

KEMAMPUAN ADAPTASI KARIR DAN KEPUASAN HIDUP: STUDI META-ANALISIS

Ananda Avavidya

Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No 100, Depok 16424, Jawa Barat
ananda_avavidya@staff.gunadarma.ac.id

Received: 3 Agustus 2021

Revised: 30 November 2021

Accepted: 2 Desember 2021

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat korelasi sesungguhnya antara kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup dengan menggunakan metode meta-analisis dengan menghitung koreksi pengambilan sampel dan koreksi kesalahan pengukuran. Data yang dianalisis diambil dari 15 artikel ilmiah dengan jumlah 20 studi secara keseluruhan. Jumlah partisipan dalam studi meta-analisis ini adalah 6502 orang. Berdasarkan perhitungan meta-analisis yang dilakukan, hasil menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup memiliki korelasi yang positif dengan true r sebesar 0.432, di mana hal ini memperlihatkan kemampuan adaptasi karir dapat mendorong kesuksesan dalam melakukan tugas dan melewati transisi dalam karir sehingga dapat meningkatkan pada kepuasan hidup.

Kata Kunci: *kepuasan hidup, kemampuan adaptasi karir, meta-analisis*

Abstract

This study aims to see the true correlation between career adaptability and life satisfaction by using the meta-analysis method by calculating the sampling correction and measurement error correction. The data analyzed were taken from 15 scientific articles with a total of 20 studies. The number of participants in this meta-analysis study was 6502 people. Based on the calculation of the meta-analysis carried out, the results show that career adaptability and life satisfaction have a positive correlation with a true r of 0.432, where this shows that career adaptability can encourage success in carrying out tasks and passing transitions in careers to increase in life satisfaction.

Keywords: *life satisfaction, career adaptation, meta-analysis*

PENDAHULUAN

Mencapai kesejahteraan dan kepuasan hidup merupakan hal yang diinginkan oleh semua orang. Kepuasan hidup merupakan bagian dari kesejahteraan subjektif, dimana kepuasan hidup mengukur komponen kognitif dari kesejahteraan hidup seseorang. Kepuasan hidup yang diukur dalam kesejahteraan subjektif berkaitan dengan kepuasan hidup seseorang secara umum (Maddux, 2018). Sementara itu, kepuasan hidup yang berkaitan dengan banyak domain kehidupan berkaitan dengan kualitas hidup (Sirgy, 2012).

Kepuasan hidup diartikan sebagai proses penilaian, dimana seseorang mengukur kualitas hidupnya berdasarkan kriterianya sendiri (Shin & Johnson, 1978). Ketika seseorang membandingkan keadaan hidupnya dengan standar kehidupan yang dimilikinya, di mana kondisi seseorang tersebut dianggap mendekati atau cocok dengan standarnya, maka diartikan bahwa orang tersebut memiliki kepuasan hidup yang tinggi. Dengan kata lain semakin kecil diskrepansi antara kondisi dan standar hidup seseorang maka semakin tinggi kepuasan hidupnya. Oleh karena itu kepuasan hidup adalah proses kognitif yang dilakukan secara sadar dalam menilai hidup seseorang, dimana kriteria penilaian tersebut tergantung dari masing-masing kriteria yang dimiliki seseorang (Pavot & Diener, 1993).

Pekerjaan merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kesejahteraan seseorang. Kepuasan hidup pada orang yang bekerja ditemukan lebih tinggi dibandingkan dengan

orang yang tidak bekerja (Warr dalam Linley & Joseph, 2004). Kesejahteraan yang terkait dengan pekerjaan banyak dihubungkan dengan kepuasan hidup (Judge & Watanabe dalam Linley & Joseph, 2004). Kepuasan hidup dalam kaitannya dengan pekerjaan banyak dihubungkan dengan kepuasan kerja. Sementara itu kepuasan kerja banyak diteliti kaitannya dengan performansi kerja, sehingga kepuasan hidup dan performansi kerja saling berkaitan dalam kehidupan bekerja (Linley & Joseph, 2004).

Kehidupan kerja saat ini menghadapi situasi yang tidak pasti dan terus berubah yang diakibatkan oleh perkembangan zaman dan melesatnya perkembangan teknologi. Oleh karena itu seseorang sebisa mungkin beradaptasi dengan kehidupan dan lingkungan pekerjaannya agar dapat bertahan dalam mempertahankan karirnya. Kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan perubahan pasar kerja dan kondisi-kondisi kerja berkaitan dengan kemampuan adaptasi karir. Seseorang yang mampu beradaptasi dengan baik dengan lingkungan kerjanya dan lingkungan atau lingkungan pendidikan formalnya, diharapkan dapat menunjukkan peran kerjanya dan peran siswanya dengan efektif, kesuksesan dalam peran kerjanya akan membawa pengaruh baik pada dunia diluar pekerjaannya (orang tua, pasangan, keluarga, komunitas) yang akan menghasilkan kepuasan hidup. Individu yang memiliki kemampuan adaptasi karir yang tinggi merasakan beberapa hasil yang positif seperti kemampuan kerja yang lebih tinggi,

kesuksesan dan kepuasan karir yang tinggi dan juga kepuasan hidup yang tinggi (Ng, Lim, Cheah, Ho, & Tee, 2020).

Kemampuan adaptasi karir pertama kali muncul sebagai konsep dari teori *life-span*, khususnya teori kematangan karir. Kemampuan adaptasi karir berkembang secara empiris dan konseptual selama kurang lebih 20 tahun, sebagai pengganti kontrak kematangan karir yang diartikan sebagai proses penyesuaian pada masa remaja dengan aturan sosial di lingkungan termasuk peran-peran dalam pekerjaan. Hal tersebut berarti bahwa konsep kematangan karir berada dalam lingkup perkembangan vokasional remaja (Savickas & Porfeli, 2012). Sedangkan kemampuan adaptasi karir berkembang sebagai kontrak konsep sumber-sumber coping untuk membuat perubahan pada diri dan situasi di luar individu agar individu dapat mengatur kehidupan karirnya (Savickas & Porfeli, 2012).

Super dan Knasel (dalam Johnston, 2016) mendefinisikan kemampuan adaptasi karir sebagai kesiapan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan pekerjaan yang berubah dan perubahan dalam kondisi-kondisi pekerjaan.

Di sisi lain, kemampuan adaptasi karir juga disebut sebagai kontrak psikososial yang menekankan kesiapan individu dan sumber-sumber coping dengan kondisi perkembangan tugas-tugas vokasional saat ini, transisi okupasional, dan trauma personal (Savickas dalam Johnston, 2016). Savickas dan Porfeli

(2012) menyebutkan kemampuan adaptasi karir berkaitan dengan bagaimana individu berpartisipasi dalam kehidupan bekerja dan beradaptasi dengan kebutuhan tidak terduga yang berkaitan dengan perubahan pasar kerja dan kondisi-kondisi pekerjaan. Penelitian-penelitian yang menghubungkan kemampuan adaptasi karir dengan kepuasan hidup sudah cukup banyak. Riset Hirschi (2009) misalnya, meneliti kemampuan adaptasi karir dengan *sense of power* dan kepuasan hidup pada remaja dan menemukan bahwa peningkatan dalam kemampuan adaptasi karir memprediksi peningkatan dalam *sense of power* dan kepuasan hidup. Penelitian lain dari Ginevra, Di Maggio, Santilli, Sgaramella, Nota dan Soresi (2017) yang dilakukan pada karyawan yang memiliki anak berkebutuhan khusus menunjukkan hasil bahwa kemampuan adaptasi karir secara tidak langsung berhubungan dengan kepuasan hidup melalui resiliensi.

Hubungan antara kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup pada remaja juga diteliti oleh Santilli, Marcionetti, Rochat, Rossier, dan Nota (2016). Riset ini menemukan bahwa kemampuan adaptasi karir berhubungan secara langsung dan tidak langsung dengan kepuasan hidup. Penelitian oleh Cabras dan Mondo (2017) yang dilakukan pada mahasiswa menunjukkan hasil bahwa kemampuan adaptasi karir berhubungan dengan kepuasan hidup melalui orientasi masa depan, yang berarti bahwa mahasiswa yang percaya diri terhadap

kemampuan adaptasi karirnya lebih puas terhadap hidupnya dikarenakan para mahasiswa tersebut percaya diri terhadap prospek masa depannya. Selain beberapa penelitian yang telah dijabarkan masih terdapat beberapa penelitian lain mengenai kemampuan adaptasi karir hubungannya dengan kepuasan hidup, dengan subjek penelitian yang berbeda-beda. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah hubungan antara kemampuan adaptasi karir dengan kepuasan hidup memiliki hubungan secara konsisten melalui metode metanalisis, yaitu metode artefak dengan melihat kesalahan sampel dan kesalahan pengukuran.

METODE PENELITIAN

Tahap awal meta analisis dilakukan dengan mencari berbagai artikel ilmiah sebelumnya mengenai kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup. Pencarian artikel mulai dilakukan dengan memasukkan kata kunci *career adaptability* dan *life satisfaction* melalui, *Researchgate*, *Ebsco-host*, *Science-direct*, dan *Schoolar Google*. Pencarian artikel ilmiah didasarkan pada kriteria yang dibutuhkan dalam studi meta-analisis. Kriteria tersebut adalah adanya nilai koefisien korelasi atau nilai koefisien regresi, serta mencantumkan besaran nilai t, f atau d, dan nilai reliabilitas alat ukur di dalam artikel-artikel ilmiah tersebut. Berdasarkan hasil penemuan artikel-artikel ilmiah yang didapatkan, beberapa artikel mencantumkan

besaran nilai reliabilitas pada alat ukur kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup, namun beberapa artikel ada yang tidak mencantumkan nilai reliabilitas alat ukurnya.

Berdasarkan hasil pencarian artikel ilmiah, peneliti menemukan 15 artikel ilmiah dengan total jumlah studi sebanyak 20. Studi-studi tersebut dipublikasikan antara tahun 2009 hingga tahun 2020. Terdapat 15 artikel ilmiah dan 20 hasil studi yang ditemukan berasal dari *Journal of Vocational Behavior*, *Journal of Career Development*, *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, *Journal of Adolescence*, *Education and Science*, *The Career Development Quarterly*, *Jurnal Manajemen Inovasi*, *Journal of Social Sciences*, *BMC Public Health*, *Current Psychology*. Analisis data dilakukan melalui metode meta-analisis dengan melakukan studi artefak yaitu koreksi kesalahan pengambilan sampel dan koreksi kesalahan pengukuran. Prosedur analisis data pada teknik studi meta analisis dari Hunter dan Schmidt (1990), sebagai langkah awal yaitu dengan merubah data yang jika ditemukan hanya nilai F dari suatu studi, maka diubah menjadi nilai t, d, dan r. Pada penelitian ini terdapat satu penelitian yang hanya mencantumkan nilai t sehingga harus ditransformasikan terlebih dahulu menjadi nilai r. Langkah berikutnya, dilakukan meta-analisis *Bare Bones* yang digunakan sebagai koreksi kesalahan sampel dengan menghitung mean korelasi populasi, yang dilanjutkan dengan menghitung varians korelasi r_{xy} .

Berikutnya adalah menghitung varians kesalahan pengambilan sampel, dan dampak pengambilan sampel. Langkah terakhir yaitu melakukan koreksi kesalahan pengukuran dengan cara menghitung besaran rerata gabungan, koreksi kesalahan pengukuran pada x dan y , koreksi yang sesungguhnya dari populasi, serta interval kepercayaan dan bagaimana dampak variasi reliabilitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis data yang berasal dari 20 studi terkait korelasi kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup dengan metode meta analisis. Hasil dari penelitian meta analisis ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya mengenai kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup sebagai pertimbangan dalam menerima atau menolak hipotesis. Jumlah total sampel dari 20 studi dalam penelitian ini yaitu berjumlah 6.502 dengan karakteristik sampel dalam penelitian ini antara lain yaitu karyawan, remaja, mahasiswa dan siswa sekolah tinggi dan siswa sekolah menengah. Berdasarkan hasil analisis data dengan koreksi kesalahan pengambilan sampel diketahui bahwa jumlah total sampel yaitu 6.502 dengan sampel remaja sebagai karakteristik sampel terbesar berjumlah 1.202 pada studi 7, dan jumlah sampel terkecil yaitu pada studi 18 dengan karakteristik sampel

mahasiswa luxembourg, seperti yang dilihat pada Tabel 1.

Hasil yang ditemukan menunjukkan bahwa nilai korelasional yang ditemukan pada masing- masing studi memiliki nilai korelasi r dengan rentang antara -0.03 hingga 0,99. Nilai korelasi terendah ditemukan pada sampel mahasiswa Luxembourg yaitu -0.03, dan korelasi tertinggi ditemukan pada sampel pekerja yang berkuliah pascasarjana dengan nilai 0.99. Angka estimasi rerata korelasi menunjukkan nilai sebesar 0.362 seperti yang dapat dilihat pada Tabel 2.

Berdasarkan hasil perhitungan varians kesalahan pengambilan sampel, menunjukkan angka 0.0023 dengan estimasi varians korelasi populasi sesungguhnya atau *true score* sebesar 0.0202. Interval kepercayaan yang didapatkan dari hasil perhitungan kesalahan pengambilan sampel yaitu sebesar 2.547 standar deviasi menunjukkan skor nilai lebih dari 0, sehingga dalam studi ini dapat dikatakan bahwa korelasi kedua variabel adalah positif.

Dampak kesalahan sampel dari korelasi yang positif antara kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup, memiliki presentase sebesar 9.36%, yang berarti sebesar 90.64% belum terspesifikasikan dari faktor lainnya. Hasil dari perhitungan koreksi kesalahan pengambilan sampel dapat dilihat dalam Tabel 3.

Tabel 1. Karakteristik Sampel Studi Penelitian Sebelumnya

Tahun	Peneliti	Studi Ke-	N	Sampel Karakteristik
2009	Hirschi	1	330	Remaja
2014	Santilli, Nota, & Soresi	2	120	Pekerja dengan <i>mild intellectual disability</i>
2016	Santilli dkk.	3	726	Remaja Italia
2016	Santilli dkk.	4	409	Remaja Swiss Orang tua dari anak dengan <i>mild intellectual disability</i>
2017	Ginevra dkk.	5	152	<i>intellectual disability</i>
2017	Cabras & Mondo	6	373	Mahasiswa spanyol dan Itali
2018	Ginevra dkk.	7	1202	Remaja
2019	Marcionetti & Rossier	8	357	Remaja
2019	Bolukbasi & Kirdok	9	617	Siswa SMA
2019	Ghosh dkk.	10	134	mahasiswa militer
2019	Di Maggio dkk.	11	234	Pengguna narkoba
2020	Santilli, Grosen, & Nota	12	158	Siswa SMP Belgia
2020	Santilli, Grosen, &Nota	13	158	Siswa SMP Italia
2019	Putri & Suryani	14	243	Mahasiswa
2014	Karavdic & Baumann	15	455	Mahasiswa pascasarjana
2014	Karavdic & Baumann	16	144	Mahasiswa yang sudah lulus
2020	Odero dkk.	17	381	Mahasiswa Eropa
2020	Odero dkk.	18	43	Mahasiswa Eropa yang kuliah di luar negeri
2020	Odero dkk.	19	66	Mahasiswa Luxembourg
2020	Ng, Lim, Chea, Ho, Tee	20	200	Pekerja yang berkuliah pascasarjana
	Total (N)		6502	

Tabel 2. Nilai Korelasi Studi Penelitian Sebelumnya

Studi ke	N	Sampel	Nilai rxy/rj	N x rj	r _i - r	(r _i - r) ²	N(r _i - r) ²
1	330	Remaja	0.22	72.60	-0.143	0.020	6.714
2	120	Pekerja dengan <i>mild intellectual disability</i>	0.42	50.40	0.057	0.003	0.395
3	726	Remaja Italia	0.37	268.62	0.007	0.000	0.039
4	409	Remaja Swiss	0.35	143.15	-0.013	0.000	0.065
5	152	Orang tua dari anak dengan <i>mild intellectual disability</i>	0.38	57.76	0.017	0.000	0.046
6	373	Mahasiswa Spanyol dan Italia	0.33	123.09	-0.033	0.001	0.397
7	1202	Remaja	0.36	432.72	-0.003	0.000	0.008
8	357	Remaja	0.41	146.37	0.047	0.002	0.801
9	617	Siswa SMA	0.47	289.99	0.107	0.012	7.112
10	134	Mahasiswa militer	0.68	91.12	0.317	0.101	13.496
11	234	Pengguna narkoba	0.36	84.24	-0.003	0.000	0.002
12	158	Siswa SMP Belgia	0.44	69.52	0.077	0.006	0.946
13	158	Siswa SMP Italia	0.27	42.66	-0.093	0.009	1.356
14	243	Mahasiswa	0.27	65.61	-0.093	0.009	2.085

15	455	Mahasiswa pascasarjana	0.27	122.85	-0.093	0.009	3.905
16	144	Mahasiswa yang sudah lulus	0.21	30.24	-0.153	0.023	3.355
17	381	Mahasiswa Eropa	0.15	57.15	-0.213	0.045	17.227
18	43	Mahasiswa Eropa yang kuliah di luar negeri	0.32	13.76	-0.043	0.002	0.078
19	66	Mahasiswa Luxembourg	-0.03	-1.98	-0.393	0.154	10.175
20	200	Pekerja yang berkuliah pascasarjana	0.99	198	0.627	0.394	78,717
Σ	6502		7.240	2357.87	-0.0127	0.78952	146.919
X	325.1		0.362	0.363	-0.000002	0.00012	0.0226

Tabel 3. Rangkuman Hasil dari Koreksi Kesalahan Pengambilan Sampel

Perhitungan	Hasil dari 20 Studi
Total (N)	6502
Rerata korelasi populasi (\bar{r})	0.363
Varians kesalahan pengambilan sampel atau varians error (σ^2_e)	0.002
Estimasi varians korelasi populasi (σ^2_p)	0.0202
Interval kepercayaan	2.547
Dampak kesalahan pengambilan sampel	9.36%

Langkah berikutnya setelah melakukan koreksi kesalahan sampel adalah koreksi kesalahan pengukuran. Pada 20 studi mengenai kemampuan adaptasi karir dan kepuasan kerja, dilihat skor reliabilitas masing-masing studi. Berdasarkan hasil pemeriksaan skor reliabilitas masing-masing studi, ditemukan bahwa 17 studi mencantumkan reliabilitas alat ukur kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup, sedangkan pada 3 studi lainnya skor reliabilitas tidak dicantumkan. Sebaran skor reliabilitas yang di temukan pada masing-masing variabel yang digunakan untuk perhitungan estimasi kesalahan pengukuran dapat dilihat pada Tabel 4, sedangkan hasil perhitungan koreksi kesalahan pengukuran dapat dilihat dari Tabel 5. Hasil penghitungan kesalahan pengukuran dari 17 studi yang mencantumkan skor reliabilitas, diperoleh

hasil rerata reliabilitas kemampuan adaptasi karir sebesar 0.927 dan rerata reliabilitas kepuasan hidup sebesar 0.905. Sedangkan hasil rerata gabungan yang berasal dari rerata kedua reliabilitas alat ukur yaitu sebesar 0.838.

Hasil Estimasi r populasi atau korelasi populasi setelah dikoreksi oleh kesalahan pengukuran sebesar 0.432 dan jumlah koefisien kuadrat variasi menunjukkan skor sebesar 0.002. Skor varians yang mengacu variasi artifak atau varians error yang didapatkan dari hasil rerata gabungan dikuadratkan dan dikalikan dengan hasil estimasi r populasi dikuadratkan yang kemudian dikalikan kembali dengan jumlah koefisien kuadrat variasi menunjukkan hasil 0.0002, sedangkan dari hasil perhitungan varians korelasi sesungguhnya ditemukan skor sebesar 0.028.

Tabel 4. Skor Reliabilitas Alat Ukur Kemampuan Adaptasi Karir dan Kepuasan Hidup

Studi	N	Sampel	raa	(a)	rbb	(b)
1	330	Remaja	0.87	0.9327	0.82	0.9055
2	120	Pekerja dengan <i>mild intellectual disability</i>	0.75	0.8660	0.75	0.8660
3	726	Remaja Italia	0.80	0.8944	0.80	0.8944
4	409	Remaja Swiss	0.80	0.8944	0.80	0.8944
5	152	Orang tua dari anak dengan <i>mild intellectual disability</i>	0.94	0.9695	0.87	0.9327
6	373	Mahasiswa Spanyol dan Italia	0.82	0.9055	0.83	0.9110
7	1202	Remaja	0.86	0.9274	0.87	0.9327
8	357	Remaja	0.90	0.9487	0.88	0.9381
9	617	Siswa SMA	0.91	0.9539	0.74	0.8602
10	134	Mahasiswa militer	0.85	0.9220	0.87	0.9327
11	234	Pengguna narkoba	0.92	0.9592	0.77	0.8775
12	158	Siswa SMP Belgia	0.91	0.9539	0.75	0.8660
13	158	Siswa SMP Itali	0.91	0.9539	0.75	0.8660
14	243	Mahasiswa	0.902	0.9497	0.789	0.8883
15	455	Mahasiswa pascasarjana	0.80	0.8944	0.87	0.9327
16	144	Mahasiswa yang sudah lulus	0.80	0.8944	0.87	0.9327
17	381	Mahasiswa Eropa	-	-	-	-
18	43	Mahasiswa Eropa yang kuliah di luar negeri	-	-	-	-
19	66	Mahasiswa Luxembourg	-	-	-	-
20	200	Pekerja yang berkuliah pascasarjana	0.88	0.9381	0.90	0.9487
Σ	6502		16.622	15.758	13.929	15.380
X	325.10		0.860	0.927	0.819	0.905

Tabel 5. Rangkuman Hasil dari Koreksi Kesalahan Pengukuran

Perhitungan	Hasil dari 20 Studi
Total (N)	6502
Rerata gabungan (\bar{A})	0.838
Korelasi populasi setelah dikoreksi oleh kesalahan pengukuran (ρ)	0.432
Koefisien kuadrat variasi (V)	0.002
Varians yang mengacu variasi artifak (varians error)	0.0002
Varians korelasi sesungguhnya Var (ρ)	0.028
Interval kepercayaan	1.309
Dampak variasi reliabilitas	25.7%.

Hasil standar deviasi yang didapatkan dari kuadrat varians korelasi sesungguhnya didapatn nilai sebesar 0.168. Nilai interval kepercayaan sebagai variasi hasil dari korelasi populasi setelah dikoreksi kesalahan pengukuran dengan nilai 0.432 yang dibandingkan dengan 2 kali standar deviasi dengan nilai 0.330, didapatkan skor sebesar 1.309 dengan standar deviasi di atas 0, dan nilai estimasi r populasi lebih besar dari 2 kali standar deviasi, hal ini menunjukkan bahwa korelasi variabel kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup adalah positif. Hasil perhitungan dampak kesalahan pengukuran pada metanalisis ini menunjukkan presentase skor 25.7%, hal ini berarti 74.3% belum terspesifikasikan.

Pada Tabel 4 dapat dilihat nilai reliabilitas alat ukur kedua variabel yang ditemukan pada masing-masing studi, berada pada rentang 0.74 hingga 0.94 yang dapat diartikan bahwa nilai reliabilitas kedua alat ukur sudah cukup baik. Pada penelitian metanalisis ini ditemukan bahwa persentase dampak variasi reliabilitas menunjukkan angka yang lebih besar dari persentase dampak kesalahan pengambilan sampel. Besarnya presentase variansi dampak kesalahan pengukuran menunjukkan bahwa terdapat kemungkinan adanya bias kesalahan dalam pengukuran pada studi-studi dalam penelitian ini.

Hasil meta analisis dari perhitungan koreksi kesalahan sampel dan koreksi kesalahan pengukuran dalam penelitian ini

didapatkan bahwa kedua metode tersebut sama-sama menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif antara kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup. Hal tersebut juga mengungkapkan tujuan dari penelitian meta-analisis ini, yaitu adanya konsistensi hubungan pada kedua variabel dalam berbagai yang ada dalam penelitian ini.

Menurut teori konstruksi karir dari Savickas (dalam Marcionetti & Rossier, 2019), kemampuan adaptasi karir merupakan hal yang penting karena menyangkut sikap dalam perencanaan, eksplorasi diri dan lingkungan, dan membentuk pembuatan keputusan baik pada orang dewasa maupun remaja. Kemampuan adaptasi karir membantu seseorang dalam merencanakan masa depannya, mengeksplor pilihan-pilihannya, dan membantu pembentukan keputusan karir, misalnya remaja yang memiliki tingkat kemampuan adaptasi karir yang tinggi akan lebih mudah dalam mengambil keputusan terkait pendidikan dan pekerjaannya di masa depan (Marcionetti & Rossier, 2019; Sulistiani & Handoyo, 2017). Pada orang dewasa, kemampuan adaptasi karir memegang peran penting dalam merencanakan kehidupan karir dan personalnya dengan meningkatkan fleksibilitas dan otonomi yang berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan toleransi terhadap ketidakpastian, situasi ambigu, dan mampu dalam menghadapi tantangan karir dan personal (Ginevra, Maggio, Santilli,

Sgaramella, Nota, & Soresi, 2017; Rasyidi, Akhmad, Sudrajat, & Nadhirah, 2021).

Hirschi (2009) menyatakan bahwa adaptabilitas karir merupakan prediktor kepuasan hidup dari waktu ke waktu. Kesuksesan dalam melakukan tugas dan melewati transisi dalam karir dapat berkontribusi pada kepuasan hidup dan fungsi positif kehidupan secara umum. Pada remaja, memiliki kemampuan adaptasi karir yang tinggi dapat menstimulasi persepsi kemungkinan-kemungkinan dan kesempatan dalam konteks sosial yang kompleks, dan memfasilitasi kesejahteraan subjektif untuk beradaptasi dengan tantangan-tantangan dan meningkatkan kesuksesan dalam meraih tujuan di masa depan (Ginevra, Magnano, Lodi, Annovazzi, Camussi, Patrizi, & Nota, 2018).

Pada orang dewasa yang bekerja, hubungan antara kemampuan adaptasi karir dan kepuasan kerja dijelaskan dalam teori konstruksi karir dan teori *life-span*, di mana teori konstruksi karir menekankan bahwa seseorang yang memiliki kemampuan adaptasi karir yang baik cenderung akan memenuhi dirinya dengan meraih prestasi dalam pekerjaan dan menikmati kepuasan karir yang lebih tinggi (Ng, Lim, Cheah, Ho, & Tee, 2020). Secara lebih jauh juga disebutkan bahwa pekerjaan adalah salah satu dari empat bidang utama dalam kehidupan manusia, di mana orang dewasa menghabiskan sepertiga waktu dalam kehidupan sehari-harinya untuk bekerja. Ketika

seseorang memiliki kemampuan adaptasi karir yang tinggi maka akan memiliki kompetensi internal yang lebih tinggi dan kecenderungan untuk menunjukkan kinerja yang lebih tinggi dalam pekerjaan, sehingga dapat lebih menikmati kepuasan kerja dan kepuasan hidup. Oleh karena itu pekerjaan menjadi sesuatu yang krusial dalam kepuasan hidup seseorang (Aydintan & Koc, 2016; Ng dkk., 2020).

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil dari penelitian metanalisis ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup yang ditunjukkan dari hasil perhitungan kesalahan pengambilan sampel dan kesalahan alat ukur. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk pengambilan hipotesis bagi peneliti lain yang akan meneliti mengenai hubungan antara kemampuan adaptasi karir dan kepuasan hidup, serta mempertimbangkan alat ukur yang lebih tepat untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aydintan, B., & Koc, H. (2016). The relationship between job satisfaction and life satisfaction: An empirical study on teachers. *International Journal of Business and Social Science*, 7(10), 72-80.
- *Bolukbasi, A., & Kirdok, A. (2019). The mediating role of future orientation in

- the relationship between career adaptability and life satisfaction in high school students. *Education and Science*, 1-15. DOI: 10.15390/EB.2019.8090
- *Cabras, C., & Mondo, M. (2017). Future orientation as a mediator between career adaptability and life satisfaction in university students. *Journal of Career Development*, 089484531772761. doi: 10.1177/0894845317727616
- *Di Maggio, I., Shogren, K. A., Wehmeyer, M. L., Nota, L., & Sgaramella, T. M. (2019). Career adaptability, self-determination, and life satisfaction: A mediational analysis with people with substance use disorder. *Journal of Career Development*, 089484531984700. doi: 10.1177/0894845319847006
- *Ginevra, M. C., Di Maggio, I., Santilli, S., Sgaramella, T. M., Nota, L., & Soresi, S. (2017). Career adaptability, resilience, and life satisfaction: A mediational analysis in a sample of parents of children with mild intellectual disability. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 1-10. DOI: 10.3109/13668250.2017.1293236
- *Ginevra, M. C., Magnano, P., Lodi, E., Annovazzi, C., Camussi, E., Patrizi, P., & Nota, L. (2018). The role of career adaptability and courage on life satisfaction in adolescence. *Journal of Adolescence*, 62, 1-8. doi: 10.1016/j.adolescence.2017.11.002
- *Ghosh, A., Kessler, M., Heyrman, K., Opelt, B., Carbonelli, M., & Fouad, N. A. (2019). Student veteran career transition readiness, career adaptability, and academic and life satisfaction. *The Career Development Quarterly*, 67(4), 365-371. doi: 10.1002/cdq.12205
- *Hirschi, A. (2009). Career adaptability development in adolescence: Multiple predictors and effect on sense of power and life satisfaction. *Journal of Vocational Behavior*, 74(2), 145-155. doi: 10.1016/j.jvb.2009.01.002
- Hunter, J. E., & Schmidt, F. L. (1990). *Methods of meta-analysis: Correcting error and bias in research findings*. London: Sage Publication
- Johnston, C. S. (2016). A systematic review of the career adaptability literature and future outlook. *Journal of Career Assessment*, 26(1), 3-30. doi: 10.1177/1069072716679921
- *Karavdic, S., & Baumann, M. (2014). Positive career attitudes effect on happiness and life satisfaction by master students and graduates. *Open Journal of Social Sciences*, 2, 15-23. <http://doi.org/10.4236/jss.2014.28003>.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Applied positive psychology: A new perspective for professional practice. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.),

- Positive psychology in practice*, pp. 354-370. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Maddux, J. E. (2018). Subjective well-being and life satisfaction: An introduction to conceptions, theories, and measures. In J. E. Maddux (Ed.), *Subjective well-being and life satisfaction* (pp. 3–31). Routledge/Taylor & Francis Group.
- *Marcionetti, J., & Rossier, J. (2019). A longitudinal study of relations among adolescents' self-esteem, general self-efficacy, career adaptability, and life satisfaction. *Journal of Career Development*, 089484531986169. doi: 10.1177/0894845319861691
- *Ng, S. I., Lim, Q. H., Cheah, J. H., Ho, J. A., & Tee, K. K. (2020). A moderated-mediation model of career adaptability and life satisfaction. *Current Psychology*.
<https://doi.org/10.1007/s12144-020-00837-7>
- *Odero, A., Chauvel, L., Hartung, A., le Bihan, E., & Baumann, M. (2020). Life Satisfaction and mobility: Their associations with career attitudes, and health-related factors among postgraduates having studied in universities intra EU and outside EU. *BMC Public Health*, 20(1). doi: 10.1186/s12889-019-7913-8
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-172. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>
- *Putri, S., & Suryani, A., I. (2019). Pengaruh adaptabilitas karir dengan keberanian sebagai pemediasi pada mahasiswa S1 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Manajemen Inovasi*, 10 (2), 75-78
- Rasyidi, S. N. A., Akhmad, S. N., Sudrajat, D., & Nadhirah, N. A. (2021). The career adaptability among young adulthood: A systematic literature review. *Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, 2(1), 14-19. <https://doi.org/10.21831/ProGCouns>
- *Santilli, S., Grossen, S., & Nota, L. (2020). Career adaptability, resilience, and life satisfaction among Italian and Belgian middle school students. *The Career Development Quarterly*, 68(3), 194- 207. doi: 10.1002/cdq.12231
- *Santilli, S., Marcionetti, J., Rochat, S., Rossier, J., & Nota, L. (2016). Career adaptability, hope, optimism, and life satisfaction in Italian and Swiss adolescents. *Journal of Career Development*, 44(1), 62-76. doi: 10.1177/0894845316633793
- *Santilli, S., Nota, L., Ginevra, M. C., & Soresi, S. (2014). Career adaptability, hope and life satisfaction in workers with intellectual disability. *Journal of Vocational Behavior*, 85(1), 67-74. Doi :10.1016/j.jvb.2014.02.011

- Savickas, M. L. (2011). *Career counseling*. Washington, DC: American Psychological Association
- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career Adapt-Abilities Scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior*, 80(3), 661- 673. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jvb.2012.01.011>
- Shin, D. C., & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social Indicator Research*, 5(1), 475-492. Doi: 10.1007/BF00352944
- Sirgy, M. J. (2012). *The psychology of quality of life: Hedonic well-being, life satisfaction, and eudaimonia* (2nd ed.). Springer Science + Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-94-007-4405-9>
- Sulistiani, W., & Handoyo, S. (2017). Career adaptability: The influence of readiness and adaptation success in the educational context – A literature review. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 133, 195-205.
- Ket: * yang digunakan untuk meta-analisis