

---

## Super Life Span Theory and Its Implications in Career Guidance and Counseling in Schools

Eki Aprinaldi<sup>1</sup>, A. Muri Yusuf<sup>2</sup>, Afdal<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

\*Corresponding author, e-mail: [ekiaprinaldi@gmail.com](mailto:ekiaprinaldi@gmail.com)

### Abstract

Based on the findings in the field, there are still many students who after graduating from school are confused about finding work and are not comfortable with their work, so that individuals often quit their jobs because they are not comfortable and are not satisfied with their work. The method used in analyzing the problem is a literature study obtained from books, articles, and scientific journals that are relevant to the problems being analyzed. From this analysis, it was found that Super life span theory is a theory that explores career development throughout the life span, which in this theory explains that individuals are said to be mature or ready to make career decisions if their knowledge to make career decisions is supported by adequate information about work based on explorations. have been done. So it is very necessary to be understood by guidance and counseling teachers in order to support the understanding and career development of students. This theory can be applied in services by guidance and counseling teachers in schools which are designed based on the needs of students who are the target of services that can support the achievement of direction, determination and career development of students in the future.

**Keywords:** Super Life Theory, Career Guidance and Counseling

**How to Cite:** Eki Aprinaldi, A. Muri Yusuf, & Afdal. 2021. Super Life Span Theory and Its Implications in Career Guidance and Counseling in Schools. *Jurnal Neo Konseling*, Vol (3): pp. 46-49, DOI: 10.24036/00569kons2021



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2019 by author

---

## Introduction

Dalam memenuhi kebutuhan, pekerjaan adalah aspek yang sangat diperhitungkan. Kebutuhan mudah dipenuhi dengan adanya pekerjaan yang baik, sehingga gaji atau upah dari hasil pekerjaan itu dapat dipergunakan untuk menunjang pemenuhan biaya kebutuhan sehari-hari. Sehingga dalam bekerja sangat dibutuhkan suatu pekerjaan yang di dalamnya terdapat gambaran jenjang karir. Afdal, Surya, M., Syamsu & Uman (2014) mengemukakan bahwa kesuksesan karir seseorang dipengaruhi oleh kondisi dirinya dan kondisi di luar dirinya. Oleh sebab itu sangat penting pemberian bimbingan karir kepada klien atau individu. Bimbingan karir merupakan suatu usaha mempersiapkan individu agar dapat memahami dan menyesuaikan diri dengan kondisi lapangan pekerjaan (Fitria, L., Iswara, M., Afdal, 2020).

Sehingga pemberian bimbingan karir pada siswa yang sedang berada dalam jenjang pendidikan menengah baik SLTP atau SLTA sangat perlu diberikan bimbingan karir. Hal ini berupaya untuk memberikan pengetahuan mendasar tentang gambaran-gambaran pekerjaan di masa yang akan datang yang bisa ia tempuh dan ia laksanakan sebagai suatu pekerjaan. Pada saat sekarang ini tidak jarang ditemui di lapangan banyak siswa yang tamat sekolah tidak tahu tentang pekerjaan apa yang bisa ia kerjakan atau ia geluti. Banyak juga ketika sudah bekerja mereka memilih untuk berhenti bekerja dan tidak nyaman dengan pekerjaannya dan dari pekerjaannya itu ia tidak mendapatkan kepuasan diri apa yang dikerjakannya. Hal ini merupakan suatu gambaran bahwa sangat minimnya pengetahuan tamatan pada saat ini tentang informasi pekerjaan dan informasi pekerjaan yang sesuai dan cocok dengan dirinya.

Berdasarkan penjelasan tersebut dipahami bahwa bimbingan karir sangat perlu diberikan pada siswa yang sedang menempuh jenjang pendidikan menengah baik SLTP maupun SLTA. Sesuai dengan

---

pendapat Fadli, Alizamar, & Afdal (2017) di sekolah guru bimbingan dan konseling dapat mempersiapkan diri siswa baik dari segi pemahaman ataupun keterampilan yang dibutuhkan untuk memahaminya dunia pekerjaan yang akan ditempuhnya melalui bimbingan karir dan layanan bimbingan dan konseling yang efektif digunakan sesuai dengan kebutuhan klien (dalam hal ini siswa yang menjadi sasaran layanan). Sehingga siswa Untuk itu, siswa SMA dituntut untuk memahami dan menguasai konsep-konsep kematangan karir untuk dapat memilih dan memilih arah karir yang tepat ((Munawir, Yusuf, A. M., Effendi, Z. M., & Afdal, 2018). Serta membantu siswa dalam mengembangkan kreativitas siswa yang berguna untuk masa depannya (Hasanah, Ilyas, & Afdal, 2018).

Dari penjelasan yang telah dijabarkan di atas, memberikan dorongan dalam diri penulis untuk mendalami *super life span theory* ini secara kajian teoritis dengan judul *super life span theory* dan implikasinya dalam bimbingan dan konseling.

## Method

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang mendalami tentang studi pustaka. Tinjauan pustaka adalah deskripsi yang relevan dalam bidang tertentu yang ditemukan di buku, jurnal, dan artikel yang membahas secara relevan berkaitan dengan *Super Life Span Theory*.

## Results and Discussion

### A. Defenisi Super Life Span Theory

*Super life span theory* atau lebih dikenal dengan teori super yang dicetuskan oleh Donald Super. Teori ini merupakan teori yang membahas secara mendalam tentang perkembangan karir individu. Individu dinyatakan matang dalam berkair apabila ia telah mampu dan berhasil melewati setiap tahap perkembangan karir (González, A., 2008). Sehingga kemampuan individu dalam mengukur dan menggunakan kemampuan dirinya merupakan salah satu kunci penting untuk dirinya agar bisa mencapai perkembangan karir dalam hidupnya.

Selain itu pengetahuan yang tinggi terhadap informasi-informasi yang ada terkait hal-hal yang berkaitan dengan karir seperti persyarakatan yang dituntut dalam menajalani suatu karir, kemampuan diri secara teori dan praktik, serta pengetahuan tentang penguasaan lapangan dan kondisi lapangan tempat berkarir merupakan hal yang penting dalam perkembangan karir seseorang (Savickas, 2001). Teori super ini juga dikenal dengan teori *trait and factor*, yaitu suatu teori yang menjelaskan bahwa seseorang akan cocok dan merasakan kepuasan dengan pekerjaannya apabila pekerjaan yang ia kerjakan itu cocok dan sesuai dengan kepribadiannya (Lent, Brown, & Hackett, 2002). Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman diri merupakan hal utama dalam menentukan keberhasilan dan kepuasan seseorang terhadap hasil pekerjaan yang ia lakukan.

Super juga menjelaskan bahwa dalam perkembangan karir seseorang ada dua faktor yang mempengaruhinya yaitu faktor dari segi dirinya sendiri (yang lebih dikenal dengan faktor internal) dan faktor dari segi di luar dirinya (yang lebih dikenal dengan faktor eksternal) seperti kemampuan diri dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, kemampuan diri dipengaruhi oleh keadaan ekonomi, sehingga seseorang dalam mencapai perkembangan karirnya harus bisa dan mampu menganalisis secara mendalam kecocokan dan peluang yang bisa ia kerjakan dan ia manfaatkan untuk menyalurkan potensi dirinya agar dapat berkembang secara maksimal melalui pekerjaan yang ia kerjakan (Hadiani & Irman, 2009).

Selain itu Super juga menjelaskan bahwa dalam perkembangan karir yang baik seseorang harus memahami dan memiliki informasi yang lengkap tentang pekerjaan yang akan ia butuhkan, namun tidak hanya dalam satu bidang pekerjaan saja melainkan informasi pekerjaan-pekerjaan lain yang dapat dikerjakannya di masa yang akan datang, sehingga semakin kaya akan informasi tentang dunia pekerjaan merupakan suatu modal kemudahan untuk memperoleh suatu pekerjaan yang baik dan sesuai dengan diri sendiri. Pemahaman tentang sikap dan potensi diri juga sangat harus dipahami dalam kematangan karir, karena sikap merupakan suatu termometer apakah kita pantas atau tidak, cocok atau tidak, dan layak atau tidak terhadap posisi yang akan ditempati pada jenjang karir tertentu, serta pemanfaatan, pemberdayagunaan dan pengembangan kemampuan yang dimiliki digunakan untuk meningkatkan keterampilan dalam merancang karir, sehingga dapat mengukur potensi yang dimiliki terhadap karir yang dirancan tersebut (Muslihah, Agistiani, Yuanita, 2010).

### B. Tahap-tahap Perkembangan Karir Individu dalam Pandangan *Super Life Span Theory*

Ada beberapa tahap perkembangan karir individu ditinjau dari sudut pandang *super life span theory* (Manrihu, 1998), diantaranya:

1. Tahap awal dalam kehidupan yaitu masa pertumbuhan (0-14 tahun). Tahap ini merupakan tahap paling awal dalam perkemabangan karir seseorang. Tahap ini dimulai dari individu lahir dari rahim ibunya ke dunia hingga ia beranjak pada usia remaja awal yaitu berumur 14 tahun. Pada tahap ini individu lebih bercirikan rasa keingintahuan tentang sesuatu, fantasi atau dunia bermain yang terjadi pada anak berumur 4 tahun samapai dengan 10 tahun, serta barulah tumbuhnya minat pada anak ketika berumur 11 sampai dengan 14 tahun dan memahami kapasitas dirinya tentang mengukur dan meahami kemampuan dirinya ketika berada pada umur 13 sampai 14 tahun. Setelah itu individu masuk pada tahap eksplorasi.
2. *Exploration stage* (umur 15 sampai dengan 24 tahun), tahap ini terdiri dari tahap pengenalan sementara umur 15 hingga 17 tahun yang mana tahap ini individu mulai memahami dan memiliki minat akan pemilihan suatu pekerjaan yang sesuai dengan keinginan dirinya, serta tahap transis ketika individu berumur 18 hingga 21 tahun. Tahap ini individu mulai memasuki dunia kerja setelah menamatkan sekolah menengah yang mana remaja mulai memikirkan pekerjaan apa yang cocok dengan dirinya, serta masuk pada tahap uji coba ketika individu sudah berada pada usia dewasa awal yaitu umur 22 sampai dengan 24 tahun yang mana pada tahap ini individu mulai menetapkan pilihannya dalam suatu pekerjaan dan dianggap sebagai pejerjaan yang tetap (individu mulai konsisten dan bertahan terhadap pekerjaanya).
3. *Establishment substage* (umur 25 sampai dengan 44 tahun), tahap ini juga terdiri dari dua tahap yaitu masa uji coba sampai individu berumur 30 tahun yang mana individu dihadapkan persoalan yang menggoncang atau perubahan dalam karir yang sedang ia jalani, namun pada tahap ini individu sudah kukuh dalam karirnya tersebut, serta tahap stabilitasi atau sudah stabil dan merasakan kenyamanan dengan karirnya (umur 31 sampai dengan 44 tahun) yang mana individu sudah nyaman dengan pekerjaannya dan sudah menemukan kepuasan diri baik moril dan materil dari pekerjaanya tersebut.
4. *Maintenance stage* (umur 46 sampai dengan 64 tahun). Masa ini merupakan suatu masa individu menikmati hasil yang diperoleh dari pekerjaannya tersebut.
5. *Decline stage* (tahap ini mulai dari umur 65 tahun sampai akhir usia). Pada tahap ini dapat dikatakan individu sudah tidak produktif lagi dalam bekerja, karena kemampuan fisik dan pemikirannya sudah mengalami penurunan (pada usia 65 sampai dengan 70 tahun), serta sudah tidak berkarir lagi atau pensiun pada umur 70 tahun ke atas.

### C. Kelebihan dan Kekurangan *Super Life Span Theory*

Layaknya sebuah teori pada dasarnya, teori *super life span theory* ini juga memiliki kekuatan dan kelemahan dalam pengimplikasiannya dalam kehidupan.

#### 1. Kelebihan

Teori *super life span teori ini* merincikan bagaimana perkembangan karir individu mulai dari tahap awal yaitu pada ketika individu baru lahir hingga individu sudah memasuki usia pensiun yang menandakan individu tersebut sudah berhenti atau hasil masa perkembangan karirnya. Dari penjelasan masing-masing tahap tersebut sesuai dengan kenyataan yang ada, sehingga penggunaan teori ini dalam mengukur perkembangan karir seseorang dapat efektif dan mudah dipahami, serta dapat memberikan gambaran seseorang dalam perkembangan karirnya ditinjau dari rentang usianya apakah berada pada usia bayi, anak-anak, remaja, dewasa atau bahkan lanjut usia (lansia).

#### 2. Kekurangan

Dalam *super life span theory* ini tidak menggambarkan bagaimana agar individu pada setiap tahap perkembangan karirnya dapat berkembang secara maksimal, serta tidak memberikan gambaran individu-individu yang gagal pada setiap tahap perkembangan karirnya, sehingga tidak bisa memahami bagaimana seseorang individu tersebut bangkit dari kegagalannya dalam setiap tahap perkembangan karirnya. Selain itu dalam teori ini tidak digambarkan bagaimana karirnya seseorang yang cacat fisik, sehingga teori ini tidak menjelaskan apakah teori ini berlaku untuk segala lapisan ekonomi masyarakat dan heterogen.

### D. Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling

*Super Life Span Theory* ini sangat cocok diimplikasikan oleh guru bimbingan dan konseling di sekolah dalam memberikan layanan bantuan kepada siswa dalam hal mempersiapkan dirinya atau memperkenalkan dirinya terhadap berbagai macam karir yang dapat ia pilih seseuai dengan potensi dirinya sendiri. Halit, A. H. (2014) menjelaskan bahwa dalam pemberian bimbingan karir kepada siswa baik SLTP ataupun SLTA berdasarkan teori super ini harus menyiapkan beberapa hal, seperti

---

informasi tentang pekerjaan-pekerjaan yang bisa ia kerjakan setelah tamat sekolah, bagaimana cara memiliki pekerjaan yang cocok dengan diri, bagaimana caranya membuat keputusan dalam suatu pekerjaan, bagaimana sikap yang baik dalam perkembangan karir dan bagaimana caranya pengembangan karir yang sedang digeluri, sehingga nantinya siswa benar-benar siap menempuh ataupun berada dalam kerasnya dunia pekerjaan dengan kemampuan dan modal yang telah ia peroleh dari mengikuti dan menerima bimbingan karir di sekolah.

## Conclusion

*Super life span theory* ini menggambarkan dan memandang perkembangan karir berada pada semua rentang kehidupan baik mulai lahir sampai pada pensiun (akhir dari perkembangan karir) yang mana dalam perkembangan karir tersebut dibutuhkan pemahaman diri dan pemahaman akan karir yang akan digeluri. Sehingga sangat penting peran dan implikasi teori *super life span theory* ini diimplementasikan dalam membrikan layanan kepada siswa dalam konteks bimbingan karir di sekolah sebagai upaya mempersiapkan dan memantapkan siswa dalam menempuh dunia karir setelah menamatkan sekolah.

## References

- Afdal, M. Suya, Syamsu & Uman. 2014. "Kolaboratif Bimbingan Karir Pemantapan Perencanaan Karir Siswa SMA". *Jurnal Konseling Dan Pendidikan* 2 (3): 1–7. <http://jurnal.konselingindonesia.com>.
- Álvarez, González, M. 2008. "Career Maturity: A Priority for Secondary Education." *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*. Vol. 16.
- Fadli, Pratiwi, M., Alizamar, & Afdal. 2017. "Persepsi Siswa Tentang Kesesuaian Perencanaan Arah Karir Berdasarkan Pilihan Keahlian Siswa Sekolah Menengah Kejuruan." *Konselor* 6 (2): 74. <https://doi.org/10.24036/02017627578-0-00>.
- Fitria, L., Iswari, M., & Afdal. 2020. "Pentingnya Bimbingan Karir Pada Kegiatan PKK." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 5 (2).
- Hadiarni dan Imran. 2009. *Konseling Karir*. Batu Sangkar: STAIN Batu Sangkar.
- Halit, A. H. 2014. "The Validity And Reliability Test For Career Intervention Program Questionnaire (CIPQ)." *The International Journal of Social Science* 19 (1): 45–54.
- Hasanah, A., Ilyas, A., & Afdal. 2018. "Kreativitas Siswa Dan Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling/Konselor Dalam Pengembangannya." *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling* 7 (1): 1–8. <https://doi.org/10.21009/insight.071.01>.
- Lent, R., Brown, S. D., & Hackett, G. 2002. "Toward a Unifying Social Cognitive Career Theory and Academic Interest, Choice and Performance." *Journal of Vocational Behavior*.
- Manrihu, M.T. 1998. *Pengantar Bimbingan Dan Konseling Karir*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Muslihah, S., Agistiani, H., Yuanita, R. A.. 2010. *Pelatihan Organisasi Karir Dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan Orientasi Karir*.
- Munawir, Yusuf, A. M., Effendi, Z. M., & Afdal . 2018. "Internal Locus of Control and Self-Concept as Factors Affecting the Career Maturity of High School Students." *International Journal of Research in Counseling and Education* 1 (2): 24. <https://doi.org/10.24036/0018za0002>.
- Savickas, M. 2001. "A Developmental Perspective on Vocational Behaviour: Career Patterns, Salience, and Themes." *International Journal for Educational and Vocational Guidance* 1 (1–2): 49–57. <https://doi.org/10.1023/A:1016916713523>.