

Analisis Teori Karier Donald Super dan Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Jihan Fitrotun Nisa¹, Della Ayu Agustin², Novi Ana Retno Wulan³, Diva Elyssia Meniar⁴, Lailatus Ulum Fahni⁵, Adinda Tri cahyani Putri⁶, Elia Firda Mufidah⁷, Hartono⁸

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya¹²³⁴⁵⁶⁷⁸

fitrotunnisajihan@gmail.com¹, delaaugustine38@gmail.com²,
novianaretnowulan@gmail.com³, lailatusfahni12345@gmail.com⁴,
delysia89@gmail.com⁵, adindatricahyaniputri03@gmail.com⁶,
eliafirda@unipasby.ac.id⁷, hartono@unipasby.ac.id⁸

ABSTRACT

Donald Super's career development theory emphasizes that career development is a lifelong process involving an individual's evolving self-concept. Through the concepts of life-span and life-space, this theory divides career development into five stages: growth, exploration, establishment, maintenance, and disengagement. Each stage reflects the unique dynamics in an individual's career journey. The implications of this theory in guidance and counseling services are significant, as it helps individuals understand their life roles, recognize their potential, and make career decisions aligned with their needs and aspirations. With this approach, guidance services not only assist in career selection but also support holistic self-development.

keywords: *career theory, donald super, guidance and counseling services*

ABSTRAK

Teori pengembangan karier Donald Super menekankan bahwa pengembangan karier adalah proses sepanjang hayat yang melibatkan konsep diri individu yang terus berkembang. Melalui konsep *life-span* dan *life-space*, teori ini membagi perkembangan karier menjadi lima tahap: *growth* (pertumbuhan), *exploration* (eksplorasi), *establishment* (pembentukan), *maintenance* (pemeliharaan), dan *disengagement* (pelepasan). Setiap tahap mencerminkan dinamika unik dalam perjalanan karier individu. Implikasi dari teori ini dalam layanan bimbingan dan konseling sangat signifikan, karena membantu individu memahami peran kehidupan individu, mengenali potensi diri, serta membuat keputusan karier yang sesuai dengan kebutuhan dan aspirasi mereka. Dengan pendekatan ini, layanan bimbingan tidak hanya membantu pemilihan karier, tetapi juga mendukung pengembangan diri yang holistik.

Kata Kunci: teori karier, donald super, layanan bimbingan dan konseling

PENDAHULUAN

Karier merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan individu yang mencakup perjalanan hidup seseorang dalam mengembangkan potensi, memenuhi kebutuhan, serta mencapai tujuan hidup. Dalam prosesnya, individu dihadapkan pada berbagai pilihan, tantangan, dan dinamika yang membutuhkan pemahaman mendalam tentang potensi diri serta lingkungan. Dalam konteks ini, teori karier Donald Super menjadi salah satu teori yang relevan untuk memahami bagaimana individu mengelola perjalanan karier

individu dari masa ke masa. Teori pengembangan karier Donald E. Super (1910–1994) yang dikenal dengan pengembangan karier sepanjang rentang kehidupan. Teori perkembangan ini mengakui perubahan-perubahan yang dialami individu seiring dengan kematangan individu, dan menekankan pendekatan sepanjang rentang kehidupan dalam pemilihan dan adaptasi karier (Greenhaus & Callanan, 2006). Teori Donald Super memperkenalkan konsep *life-span* dan *life-space*. Fokus utama teori ini adalah bahwa pengembangan karier merupakan proses seumur hidup yang mencakup tahapan pertumbuhan, eksplorasi, pembentukan, pemeliharaan, dan pelepasan (*disengagement*). Teori ini menekankan pentingnya eksplorasi karier selama masa remaja dan dewasa muda untuk membantu individu mengembangkan identitas vokasional yang jelas (Kosine & Lewis, 2008).

Dalam layanan bimbingan dan konseling karier, teori Donald Super memiliki implikasi yang signifikan. Konselor karier dapat menggunakan teori ini untuk membantu individu mengenali potensi diri, memahami tahap perkembangan karier yang sedang dijalani, serta merancang strategi untuk mencapai tujuan karier (Budiman et al., 2020). Dengan pendekatan ini, layanan bimbingan dan konseling karier tidak hanya berfokus pada pemilihan pekerjaan semata, tetapi juga pada pengembangan diri secara holistik yang mencakup berbagai aspek kehidupan. Teori Super telah diadaptasi dan diperluas dalam konteks modern. Beberapa elemen seperti narasi pribadi, dialog konstruksi kehidupan, dan pendekatan holistik menjadi bagian penting dalam evolusi teori ini (Seyed Ali Tabar & Saberi, 2023). Pendekatan ini menekankan pentingnya menyesuaikan karier dengan identitas individu dan kebutuhan masyarakat yang terus berubah.

Bimbingan dan Konseling karier memiliki dampak positif pada pengembangan karier, seperti meningkatkan efikasi diri karier dan tujuan karier (Jemini Gashi et al., 2023). Bimbingan dan konseling karier memiliki dampak yang efektif untuk membantu remaja membuat pilihan karier yang lebih baik. Selain itu, bimbingan dan konseling dengan konseling kelompok berbasis teori Donald Super secara signifikan meningkatkan konsep diri dan kemampuan pengambilan keputusan karier (Alsqour & Shobaki, 2024). Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis teori karier Donald Super dan mengidentifikasi implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling karier. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengembangkan pendekatan bimbingan karier yang lebih adaptif dan relevan dengan kebutuhan individu di berbagai tahap kehidupan.

PEMBAHASAN

Donald Super dikenal dengan pendekatannya yang mendalam terhadap pengembangan karier melalui konsep *lifespan* dan *life-space*. Teorinya menekankan bahwa karier adalah proses perkembangan yang melibatkan integrasi pengalaman hidup seseorang dengan peran-peran yang individu

embangan sepanjang hidup. Berikut beberapa konsep dari teori Karier Donald Super:

1. Tahapan perkembangan karier

Tahapan pengembangan karier dalam teori Donald Super mencakup lima fase utama: *growth* (pertumbuhan), *exploration* (eksplorasi), *establishment* (pembentukan), *maintenance* (pemeliharaan), dan *decline* (kemunduran) (Super, 1990). Tahap *growth* berlangsung dari usia 0 hingga 14 tahun, di mana individu mulai membentuk minat, sikap, dan keterampilan dasar melalui interaksi dengan lingkungan. Pada tahap *exploration* (15-24 tahun), individu mengeksplorasi minat dan kemampuan melalui pendidikan, pekerjaan paruh waktu, dan pengalaman langsung lainnya, yang membantu individu membuat keputusan awal tentang karier. Selanjutnya, tahap *establishment* (25-44 tahun) adalah periode di mana individu mencari stabilitas di dunia kerja, membangun reputasi profesional, dan menyesuaikan diri dengan peran individu. Tahap *maintenance* (45-64 tahun) berfokus pada pemeliharaan posisi, adaptasi terhadap perubahan, dan pengembangan keterampilan untuk mempertahankan produktivitas. Terakhir, tahap *decline* (65 tahun ke atas) ditandai dengan pengurangan keterlibatan dalam pekerjaan dan persiapan pensiun. Masing-masing tahap mencerminkan perubahan kebutuhan individu dan hubungan individu dengan pekerjaan (S. D. Brown & Lent, 2005).

2. Konsep *Life-Space*

Konsep *life-space* menekankan bahwa individu menjalani berbagai peran kehidupan yang saling memengaruhi perkembangan karier individu. Peran-peran ini meliputi peran sebagai pelajar, pekerja, anggota keluarga, warga masyarakat, dan lainnya. Peran-peran ini saling memengaruhi dan berubah dominasi sepanjang siklus hidup (D. Brown, 2002). Setiap peran memiliki dominasi yang berbeda pada waktu tertentu sepanjang siklus hidup. Sebagai contoh, peran sebagai pelajar lebih dominan di masa muda, sementara peran sebagai pekerja menjadi lebih penting di masa dewasa. Peran-peran ini berubah dominasi sepanjang siklus hidup dan saling memengaruhi, menciptakan dinamika yang unik dalam perjalanan karier (Jena & Nayak, 2020). Selain itu, konflik dapat muncul ketika tuntutan dari berbagai peran bertentangan, seperti antara tanggung jawab pekerjaan dan keluarga. Oleh karena itu, penting untuk mencapai keseimbangan antara peran-peran ini agar kehidupan dan karier tetap harmonis. Konsep ini mencerminkan fleksibilitas dan kompleksitas individu dalam menavigasi tuntutan kehidupan individu.

3. Konsep *Self-Concept*

Konsep diri (*self-concept*) adalah inti dari teori Donald Super, yang menekankan bahwa karier adalah ekspresi dari diri individu. Konsep diri mencakup persepsi individu tentang minat, nilai, kemampuan, dan tujuan hidup individu. Sepanjang siklus hidup, konsep diri berkembang melalui

pengalaman pendidikan, pekerjaan, dan interaksi sosial. Pemilihan karier dianggap sebagai upaya individu untuk mewujudkan konsep diri individu. Ketika individu dapat memilih pekerjaan yang sesuai dengan konsep diri individu, individu cenderung merasa puas dan termotivasi untuk berkembang. Dengan demikian, perkembangan karier tidak hanya tentang penyesuaian pada pekerjaan, tetapi juga tentang bagaimana individu menemukan identitas individu melalui peran kerja yang individu jalani. Inti dari teori Super adalah gagasan bahwa karier merupakan ekspresi dari konsep diri individu, yang mencakup nilai, minat, kemampuan, dan aspirasi (D. Brown, 2002). Pilihan karier mencerminkan bagaimana individu melihat diri mereka sendiri dalam konteks pekerjaan. Konsep diri merupakan hasil dari interaksi yang kompleks antara pertumbuhan fisik dan mental, pengalaman pribadi, serta karakteristik dan stimulasi lingkungan (Sharma, 2016).

4. Kematangan karier (*career maturity*)

Konsep ini mengacu pada kemampuan individu untuk membuat keputusan karier yang realistis sesuai dengan tahap perkembangan mereka. Kematangan ini mencakup pemahaman individu tentang minat dan kemampuan mereka, kesadaran akan pilihan karier yang tersedia, dan kemampuan untuk merencanakan langkah karier secara strategis. Individu yang matang secara karier mampu menghadapi tantangan dalam dunia kerja dengan lebih fleksibel dan adaptif. Kematangan ini juga memainkan peran penting dalam membantu individu mengatasi transisi karier, seperti perubahan pekerjaan atau industri. Dengan memiliki tingkat kematangan karier yang tinggi, individu dapat lebih percaya diri dalam mengambil keputusan karier yang mendukung tujuan jangka panjang mereka. Karier merupakan ekspresi dari konsep diri individu, yang mencakup nilai, minat, kemampuan, dan aspirasi individu (D. Brown, 2002). Pilihan karier mencerminkan bagaimana individu melihat diri sendiri dalam konteks pekerjaan.

Teori Karier Donald Super sangat berimplikasi terhadap layanan Bimbingan dan Konseling terutama dalam bidang karier. Teori ini membantu konseli memahami situasi yang dihadapi serta bagaimana perkembangan individu dapat memengaruhi berbagai peran kehidupan mereka, termasuk karier (Super, 1990). Melalui tahapan perkembangan karier Super, konseli dengan bantuan konselor bisa memahami tahapan-tahapan karier yang dihadapi terutama dalam membuat keputusan yang terinformasi sesuai dengan konsep diri yang terus berkembang (George, 2024). Salah satu tahapan yang bisa menjadi fokus dari konselor atau guru Bimbingan dan Konseling adalah tahapan siswa di jenjang sekolah. Tahap *growth* dan *exploration* dalam teori Super memberikan kerangka kerja untuk memahami keputusan karier siswa. Pilihan karier pada tahap eksplorasi tidak harus dilihat sebagai kegagalan jika siswa memutuskan untuk mengubah jalur. Sebaliknya,

hal ini mencerminkan proses perkembangan yang sehat, di mana siswa mengevaluasi kecocokan antara minat, kemampuan, dan peluang karier (Kosine & Lewis, 2008).

KESIMPULAN DAN SARAN

Teori Donald Super memberikan kerangka kerja yang komprehensif untuk memahami perjalanan karier individu sepanjang hidup. Pendekatan *life-span* dan *life-space* memungkinkan konselor karier untuk menyesuaikan intervensi dengan tahap perkembangan individu, membantu mereka memahami peran kehidupan dan konsep diri yang memengaruhi pilihan karier. Dalam layanan bimbingan dan konseling, teori ini mendukung individu untuk mencapai keselarasan antara karier dan identitas pribadi individu, yang berkontribusi pada kepuasan kerja, motivasi, dan kesejahteraan. Implementasi teori Super dalam layanan ini juga mendorong individu untuk menghadapi transisi karier dengan fleksibilitas dan adaptasi, memastikan bahwa keputusan yang diambil selaras dengan tujuan jangka panjang.

Guru bimbingan dan konseling disarankan untuk mengintegrasikan tahapan perkembangan karier Donald Super dalam layanan bimbingan dan konseling, dengan menyesuaikan pendekatan yang relevan untuk setiap tahap kehidupan individu. Fokus pada eksplorasi karier di masa remaja dan dewasa muda sangat penting untuk membantu individu membangun konsep diri yang kuat dan identitas vokasional yang jelas. Selain itu, layanan bimbingan dan konseling harus berorientasi pada pendekatan holistik yang tidak hanya membantu dalam pemilihan karier, tetapi juga mendukung pengembangan diri secara menyeluruh, termasuk pengelolaan peran kehidupan, pemahaman potensi diri, dan penguatan kematangan karier. Dengan demikian, guru bimbingan dan konseling dapat membantu individu menavigasi tantangan karier secara efektif dan mencapai tujuan yang selaras dengan aspirasi.

DAFTAR RUJUKAN

- Alsqour, A., & Shobaki, N. (2024). THE EFFECTIVENESS OF SUPER'S THEORY-BASED CAREER GROUP COUNSELING IN DEVELOPING SELF-CONCEPT AND CAREER DECISION-MAKING AMONG A SAMPLE OF GIFTED STUDENTS IN JORDAN. *International Journal of Education and Practice*, 12, 557–573.
- Brown, D. (Ed.). (2002). *Career Choice and Development* (4th Edition). Jossey-Bass.
- Brown, S. D., & Lent, R. W. (2005). Career development and counseling: Putting theory and research to work. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work*. (pp. 682, xiv, 682–xiv). John Wiley & Sons, Inc.
- Budiman, C., Gunawan, G., & Hidayat, D. R. (2020). Layanan Bimbingan Karir Teori Donal E. Super Guna Meningkatkan Kematangan Karir Pada Peserta Didik Di Sekolah Menengah Kejuruan(SMK). *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 11(1). <https://doi.org/10.23887/jjbk.v11i1.27383>



George, C. (2024). *Career Development Theories and Graduate Employment* (Vol. 1). https://asiapacificcda.org/p0001_12

Greenhaus, J. H., & Callanan, G. A. (Eds.). (2006). Super's Career Development Theory. In *Encyclopedia of Career Development*. SAGE Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781412952675.n273>

Jemini Gashi, L., Bërxulli, D., Konjufca, J., & Cakolli, L. (2023). Effectiveness of career guidance workshops on the career self-efficacy, outcome expectations, and career goals of adolescents: an intervention study. *International Journal of Adolescence and Youth*, 28(1). <https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2281421>

Jena, L., & Nayak, U. (2020). *Theories of Career Development: An analysis*.

Kosine, N. R., & Lewis, M. V. (2008). Growth and Exploration: Career Development Theory and Programs of Study. *Career and Technical Education Research*, 33(3), 227–243.

Kosine, N. R., & Lewis, M. V. (2008). Growth and Exploration: Career Development Theory and Programs of Study. *Career and Technical Education Research*, 33(3), 227–243. <https://doi.org/10.5328/CTER33.3.227>

Seyed Ali Tabar, S. H., & Saberi, S. (2023). Beyond Traditional Pathways: Innovations in Career Counseling for the 21st Century. *KMAN Counseling and Psychology Nexus*, 1(1), 151–158. <https://doi.org/10.61838/kman.psychnexus.1.1.17>

Sharma, P. (2016). Theories of Career Development: Educational and Counseling Implications. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(63). <http://www.ijip.in>

Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In *Career choice and development: Applying contemporary theories to practice*, 2nd ed. (pp. 197–261). Jossey-Bass.