

REVIEW LITERATUR : ADULT LIFE SATISFACTION

Fitria Erma Megawati
 Universitas Muhammadiyah Malang
fitria.megawati.fe@gmail.com

ABSTRAK: Artikel ini bertujuan untuk melakukan review terhadap penelitian tentang kepuasan hidup pada orang dewasa. Prosedur review dilakukan pada sebelas hasil penelitian yang telah diterbitkan dalam jurnal internasional antara tahun 2014 hingga 2018. Hasil review menunjukkan bahwa kepuasan hidup atau *life satisfaction* orang dewasa memiliki pengaruh positif pada religiusitas, yang dapat diartikan bawah mereka dapat merasa rasa puas dalam dirinya ketika melakukan kewajiban sesuai agama yang dianut. Selain itu, orang dewasa yang mampu meyelesaikan permasalahannya dan mengetahui kebutuhan diri maka dapat mencapai kepuasan hidup. Melalui kesimpulan dari hasil review, penulis memberikan rekomendasi untuk penelitian selanjutnya, khususnya penelitian di Indonesia yang memiliki keberagaman budaya dan kepercayaan agama.

Kata kunci: kepuasan hidup, dewasa

ABSTRACT: *This article aims to conduct a review of research on life satisfaction in adults. The review procedure was carried out on eleven research results that had been published in international journals between 2014 and 2018. The review results showed that below life satisfaction in adults has a positive influence on religiosity, which can be interpreted below them can feel satisfaction in doing obligations according to religion adopted. In addition, adults who are able to solve their problems and know their needs can achieve life satisfaction. Through conclusions from the results, the authors provide recommendations for further research, especially research in Indonesia which has a diversity of cultures and religious beliefs.*

Keyword: Life satisfaction, adult

PENDAHULUAN

Kepuasan hidup merupakan salah satu bagian terpenting dari *subjective well being*. Kepuasan hidup merupakan proses pemaknaan hidup individu. Setiap individu berbeda sesuai dengan periode perkembangan. Tipe yang terjadi dari remaja memiliki kepuasan hidup yang akhir hingga pertengahan 20-an, ini

periode diisi dengan keputusan tentang pendidikan dan karier serta peran orang dewasa (Arnett, 2004; Mouw, 2005). Terlepas dari pilihan yang diambil individu, apakah mereka melanjutkan pendidikan, mengejar pekerjaan, memulai keluarga, atau kombinasi peran-peran tersebut, persepsi tentang menerima dukungan dan rasa tekad mungkin menjadi

pusat kepuasan kehidupan. Saat ini, mendapatkan pekerjaan adalah proses yang sangat kompleks dan sulit bagi lulusan.

Beberapa orang dapat menghadapi transisi dan bekerja dengan percaya diri, optimisme, keterlibatan, dan harapan, sedangkan yang lain menghadapi keraguan, ketidakpastian, dan pesimisme (Karavdic & Baumann, 2014; McIlveen, Beccaria, & Burton, 2013; Murphy, Blustein, Bohlig, & Platt, 2010). Seiring berjalannya waktu individu harus mempersiapkan mental yang kuat dan *skill* yang dimiliki sebagai bekal orientasi di masa depan dalam mencapai kepuasan hidup. Mereka juga harus mengambil tanggung jawab lebih besar untuk pengembangan profesional mereka sendiri dan belajar untuk merasa percaya diri tentang masa depan, *coping strategi*, dan pengetahuan diri mereka (Santilli, Marcionetti, Rochat, Rossier, & Nota, 2016; Savickas, 2012). Menurut Cabras & Mondo (2018) bahwa mahasiswa yang

percaya diri dalam adaptasi karirnya dan merasakan kepuasan hidup yang disebabkan rasa percaya diri dengan prospek masa depan mereka. Ketika individu ingin mencapai kepuasan hidup, ada harapan di dalam dirinya untuk diwujudkan. Pada saat harapan itu telah tercapai mereka mendapatkan kepuasan tersendiri.

Ada dua faktor individu yang dikaitkan dengan *future time perspective* dan *hope* merupakan faktor yang potensial yang mempengaruhi kepuasan hidup (Dwivedi & Rastogi, 2017). Kepuasan hidup juga mengacu pada evaluasi retrospektif kebahagiaan hidup melalui penyesuaian-penyesuaian diri yang akan memberikan indeks pada penyesuaian seseorang dan lingkuannya. Seseorang yang memiliki kepuasan hidup yang tinggi diharapkan memiliki penyesuaian diri dan kebahagiaan dengan situasi hidupnya dan sebaliknya (Kang & Princy, 2013). Individu yang melakukan *proactive coping*

memberikan efek pada kehidupannya sehingga kepuasan hidup semakin meningkat (Dwivedi & Rastogi, 2017). Ketika remaja merasa puas dalam hidupnya, mereka dapat mengcoping perilakunya saat mengalami kecemasan, depresi, dan masalah perilaku lainnya (State & Kern, 2017).

Pada dasarnya kepuasan hidup orang dewasa dan remaja berbeda. Kepuasan hidup tergantung dari seberapa baik individu menilai secara obyektif kehidupannya dengan menilai domain yang lebih positif. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kepuasan hidup individu. Martikainen (2008) mengemukakan ada faktor-faktor yang mempengaruhi tersebut diantaranya (1) faktor usia, dimana ditemukan bahwa individu dengan usia dibawa 24 tahun dan diatas 44 tahun lebih puas dibandingkan dengan individu yang berada pada masa dewasa madya, (2) status ekonomi atau pendapatan yang juga dapat memprediksi

tingkat kepuasan hidup individu, (3) Pekerjaan, ditemukan bahwa orang yang dipekerjakan lebih menentukan kepuasan hidup dibandingkan dengan orang yang tidak bekerja/pengangguran, (4) status perkawinan dan dukungan sosial baik dari keluarga maupun orang lain yang berhubungan dengan kepuasan hidup individu, (5) kepuasan hidup juga ditentukan oleh kepribadian atau trait individu terutama berkaitan dengan kompetensi pribadi, (6) berbagai macam peristiwa kehidupan yang penting atau pengalaman yang juga dapat menjelaskan perbedaan tingkat kepuasan hidup masing-masing individu, (7) konsep diri, kepuasan hidup juga mencerminkan konsep diri yang mempengaruhi sistem di dalam diri yang merupakan penilaian kognitif kompetensi dan kelemahan diri (Chang, Mc-bridge, Stewart, Au, 2003) dan (8) religiusitas agama, ditemukan bahwa peran agama dalam membentuk religiusitas yang memberikan efek pada kehidupannya

dapat mempengaruhi tingkat kepuasan hidupnya (Lin & Putnam, 2010).

Tingkat optimisme dari kesukarelaan mempengaruhi kepuasan hidup dan kesejahteraan psikologis orang dewasa maupun orang tua yang mengalami kanker. (Heo, Chun & dkk, 2018). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup orang dewasa. Variabel-variabel yang mengurangi kepuasan hidup orang dewasa yang lebih tua termasuk kemiskinan, status kesehatan yang dilaporkan sendiri lebih rendah, penurunan kesehatan fisik, kemampuan mengunyah, kemampuan melakukan aktivitas rumah tangga, dan peningkatan perasaan depresi dan perasaan ditarik secara sosial. Sebaliknya, menikah, memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi, dan memiliki pekerjaan yang menghasilkan pendapatan meningkatkan kepuasan hidup di antara orang dewasa yang lebih tua (Celik, & dkk, 2018). Untuk mengetahui lebih lanjut maka dilakukan

review literatur *life satisfaction* pada orang dewasa.

Life Satisfaction

Menurut Rode (2004), kepuasan hidup adalah komponen kognitif kesejahteraan subjektif seseorang (SWB), yang merupakan konstruk yang lebih luas daripada kepuasan hidup. SWB memiliki struktur tiga komponen: kepuasan hidup, *affect* positif dan *affect* negatif (Arthaud-Day et al., 2005; Diener, 1984). Diperkirakan bahwa kepuasan hidup merupakan komponen kognitif, komponen penilaian SWB, sedangkan komponen emosional SWB menggabungkan pengaruh positif dan negatif (Hamama et al., 2013; Keyes, 2006). Selain itu, kepuasan hidup dapat diartikan pula sebagai rasa puas, damai, dan puas dari perbedaan kecil antara keinginan dan kebutuhan dengan prestasi dan pencapaian (Snyder & Lopez, 2007).

Karakteristik yang dimiliki seseorang memiliki keterkaitan dengan kepuasan hidup. Gilme, Huebner dan Buckman (2009) menyatakan bahwa penilaian terhadap kepuasan hidup terlihat relatif stabil, namun sensitif terhadap perubahan, sehingga memfasilitasi kemampuan peneliti untuk memantau perbedaan dari waktu ke waktu serta sebagai respons terhadap berbagai peristiwa kehidupan. Kepuasan hidup bukan hanya produk sampingan dari peristiwa kehidupan, tetapi mempengaruhi hasil kehidupan yang penting. Meskipun dibedakan dari ukuran psikopatologi, tingkat kepuasan hidup dapat memprediksi bagaimana beberapa seseorang merespons intervensi psikososial.

Pengukuran terhadap kepuasan hidup seseorang telah banyak mengalami perkembangan yang didasarkan pada variasi dan *setting* psikososial, pendidikan dan medikal. Dua instrumen pengukuran atau *assessment* yang paling sering

digunakan yaitu *Satisfaction with Life Scale* (SWLS), yang berisi lima item dan sesuai untuk orang dewasa. Selanjutnya, *Students' Life Satisfaction Scale* (SSLSS), yang berisi tujuh item serta sesuai digunakan untuk anak-anak usia sekolah dan remaja (Gilman dkk., 2009). Walaupun kedua instrumen diatas telah diakui secara kuat dalam psikometrika, namun hanya dapat menjelaskan sebagian perbedaan dalam domain kehidupan tertentu.

Perbedaan individu dalam lingkup kepuasan hidup, sejak dahulu telah dipelajari dengan memeriksa indikator obyektif seperti tingkat pendapatan, status pernikahan, jenis kelamin, dan negara asal (Gilman dkk., 2009). Sebagai contoh, pendapatan keuangan yang tinggi tidak berdampak pada meningkatnya kepuasan hidup pada masyarakat di negara-negara dengan tingkat kemiskinan dan/atau kekerasan yang tinggi. Hal itu tampak tidak sejalan dengan hirarki kebutuhan atau

hierarchic of need Maslow (1987), yang dimana kebutuhan dasar dipenuhi melalui daya beli yang lebih kuat dan peningkatan modernisasi membuat motivasi dan kebahagiaan seseorang ikut meningkat.

Kepuasan hidup kurang dipengaruhi oleh perolehan barang material atau status sosial (mis., Sangat kaya atau cukup nyaman, menikah vs lajang); itu lebih dipengaruhi oleh persepsi orang tentang keadaan kehidupan mereka. Pada beberapa kondisi, Gilman dkk (2009) menyatakan bahwa bukan jumlah uang yang dihasilkan seseorang melainkan persepsi keamanan finansial atau kontrol yang memengaruhi kepuasan; demikian pula dengan menikah, tidak ada hubungannya dengan kepuasan seseorang daripada persepsi kualitas pernikahan.

Prosedur Review

Pengumpulan hasil penelitian dilakukan dengan mencari literatur berupa

artikel jurnal melalui komputer di beberapa website yaitu:

1. www.springer.com
2. www.emeraldinsight.com
3. www.elsevier.com
4. www.sage.com

Kata kunci yang digunakan dalam pencarian literatur jurnal yaitu, *life satisfaction*, dan *life satisfaction adulth*. Dengan kata kunci tersebut diperoleh sejumlah artikel jurnal dan setelah dilakukan seleksi sesuai kriteria *life satisfaction adulth* 11 jurnal hasil penelitian (lihat tabel 1). Sebagian besar koleksi jurnal artikel yang diperoleh merupakan artikel jurnal yang diterbitkan oleh (APA) *American Psychological Association*. Adapun kriteria *life satisfaction adulth* yang dijadikan syarat untuk dilakukan review adalah artikel jurnal berupa hasil penelitian .

METODE

Pencarian sistematis oleh basis data elektronik yang relevan secara tematis dilakukan untuk mengidentifikasi studi tentang *life satisfaction* yang berkaitan dengan faktor yang mempengaruhi. Dalam pencarian data elektronik menggunakan Springer, Emerald Insight, Elsevier, dan Sage. Jurnal yang digunakan mulai tahun 2017 hingga 2018. Abstrak semua studi ditinjau dan memenuhi syarat diidentifikasi. Refrensi penelitian mengidentifikasi secara relevan dalam pencarian formal.

Adapun penjelasan dari 11 jurnal yang telah disajikan yaitu terdapat 103.578 responden. Hasil dari penelitian 11 jurnal terdapat 8 jurnal menggunakan desain *cross sectional study*, 1 jurnal menggunakan desain *longitudinal study*, 1 jurnal menggunakan desain eksperimen, dan 1 jurnal menggunakan desain *multi-level modeling*. Dalam review literatur ini terdapat persyaratan dimana mengukur *life*

satisfaction pada dewasa awal sampai dewasa akhir, secara statistik menilai hubungan, pengaruh yang mempengaruhi dari *life satisfaction* dan ukuran sampel, standar deviasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan peninjauan terhadap 11 jurnal hasil penelitian tentang *life satisfaction adult*, maka berikut ini disajikan ringkasan hasil studi tersebut. Ringkasan ini dimaksudkan agar pembaca memperoleh gambaran secara menyeluruh tentang isi dari jurnal hasil penelitian yang direview. Selanjutnya akan dilakukan pembahasan terhadap kecenderungan hasil penelitian tersebut.

Berdasarkan hasil review literatur 11 jurnal internasional diperoleh gambaran bahwa jumlah keseluruhan responden sebanyak 103.578, dengan rentan perkembangan dewasa awal sampai dewasa akhir. Sebagian besar variabel

terikat dari jurnal penelitian yang digunakan yakni *life satisfaction*.

Hasil penelitian dari 11 jurnal menggambarkan bahwa bahwa *life*

satisfaction berperan penting dalam setiap kehidupan individu, ketika individu mewujudkan *life satisfaction* ada faktor-faktor yang mempengaruhi.

Tabel 1. Tabel Ringkasan Karakteristik Hasil Penelitian

Peneliti & Tahun	Sampel		Variabel		Metode/ Design
	Jumlah	Karakteristik	X	Y	
Aneta Przepiorkaa, Malgorzata Sobol-Kwapinskab (2018)	591	Warga negara Polandia, Usia 18 th – 73 th	Time perspective	Life satisfaction	Kuantitatif (Cross sectional Study)
Arzu Tasdelen-Karckay, Orkide Bakalim (2017)	253	Laki-laki dan perempuan, usia 21th - 62th, Pendidikan: memiliki tingkat pendidikan yang lebih rendah, lulusan SMA, Sarjana Status: singel, menikah dan bercerai	Work family conflict	Life satisfaction	Kuantitatif (Longitudinal Study)
Dipti Pandey, Arun Kumar Jaiswal (2017)	300	Laki-laki, Wanita Usia 20th – 50 th	Peran meta kognitif positif & meta-emosi	Life satisfaction	Kuantitatif (Cross sectional Study)
Emmanuel Twumasi Ampofo, Alan Coetzer, Paul Poisat (2017)	549	Karyawan yang berada di 4 pusat bisnis di Afrika Selatan	Job embeddednes	Life satisfaction	Kuantitatif (Cross sectional Study)
Fahimeh Dehghani (2018)	261	Laki-laki dan perempuan, usia 20 tahun - 71 tahun,	Type D personality	Life satisfaction	Kuantitatif (Cross sectional Study)

Kazem Toosi, Mehdi Amiri (2018)	30	Usia Ibu : 20 tahun - 58 tahun Pendidikan : SMA, Diploma, Sarjana, Master, Doktor	The efficacy of cognitive-behavioral therapy on depresi	Life satisfaction	Eksperimen dengan kelompok kontrol
Peneliti & Tahun	Sampel		Variabel		Metode/ Design
	Jumlah	Karakteristik	X	Y	
Matthias Pollmann-Schult (2018)	4.881	Singel mother dari Negara Islandia, Jerman dan Inggris, usia 18 th-59 th,	Singel motherhood	Life satisfaction	Kuantitatif (Longitudinal Study)
Mohsen Joshanloo, (2018)	952.739	Laki-laki Wanita yang terdapat pada data di tahun 2009-2017	Differences gender	Life satisfaction	Kuantitatif (multi-level modeling)
Nicolas Loewe, Luis Araya-Castillo, Claudio Thieme, Joan Manuel Batista-Foguet (2015)	658	Pekerja Chili yang berasal dari Kota, Kabupaten, dan yang tinggal di blok, perumahan	Work satisfaction	Life satisfaction	Kuantitatif (Cross sectional Study)
Yeniaras Volkan, Tugra Nazli Akarsu (2017)	413	Laki-laki Wanita, Menikah, Tidak memiliki anak, Pendidikan minimal SMA atau sarjana, lajang,	Religiously	Life satisfaction	Kuantitatif (Cross sectional Study)
Yongli Wang, Zhaoming Huang, Feng Kong (2017)	369	Ibu yang mempunyai anak <i>cerebral palsy</i> Usia: 21th - 55th	Parenting stress	Life satisfaction	Kuantitatif (Cross sectional Study)

Dalam review jurnal ini *life satisfaction* berperan sebagai variabel terikat. Individu memiliki religiusitas terutama religiusitas ekstrinsik cenderung lebih menurunkan perspektif negatif-masa lalu dan perspektif waktu present-fatalistik dan kepuasan hidup. Salah satu konteks di mana pendekatan institusional dalam agama diperlakukan sebagai sarana untuk mendapatkan manfaat bagi diri sendiri, seperti melupakan masalah, justifikasi, atau rasa kenyamanan mental (Przepiorkaa & Kwapinskab, 2018).

Setiap individu mempunyai masalah dalam hidup, untuk mencapai kepuasan mereka juga mempunyai strategi untuk menyelesaikan dan tetap merasakan kepuasan hidupnya. Pada penelitian kali ini *life satisfaction* juga dipengaruhi oleh individu yang mengalami *work-family conflict* dan *family-work conflict*, untuk menuju pada kepuasan hidup maka *work-life balance* yang mendukung proses individu ketika mengalami *work-family*

conflict dan *family-work conflict* (Karckay & Bakalim, 2017).

Selain itu peran *meta-cognitions* dan *meta-emotions* dapat meningkatkan *life satisfaction* individu. Penelitian telah menunjukkan bahwa peran *meta-cognitions* dan *meta-emotions* pada pria cenderung lebih tinggi pada *life satisfaction*, dibandingkan peran *meta-cognitions* dan *meta-emotions* wanita (Pande & Jaiswal, 2017). Menurut Wells (2000), model tiga varietas metakognisi menunjukkan sebagai pusat pengembangan dan pemeliharaan disfungsi dan gangguan psikologis yakni (a) keyakinan metakognitif (pengetahuan diri) mengacu pada informasi yang dimiliki individu tentang kognisi dan keadaan internal mereka sendiri, dan tentang *coping strategi* berikutnya yang berdampak pada keduanya (Brown, 1987; Wells & Matthews, 1994-1996; Wells, 2000-2009); (b) Pengalaman metakognitif dikonseptualisasikan sebagai penilaian (*valance*) dan interpretasi pengalaman

kognitif (pikiran) pada tingkat sadar; (c) Kontrol dan regulasi metakognitif yang terdiri dari serangkaian fungsi eksekutif, yang paling penting adalah alokasi perhatian, pemantauan, pengecekan dan perencanaan (Brown et al., 1983).

Dalam suatu komunitas atau organisasi terjalin suatu hubungan yang erat dalam antar individu. Individu merupakan makhluk sosial dimana membutuhkan orang lain dan mengaktualisasikan dirinya dalam lingkungan sosial. Hal ini juga membuktikan penemuan keterkaitan dalam berorganisasi dan keterkaitan dalam komunitas berhubungan positif dengan kepuasan hidup. Pada sub-dimensi *job embeddedness* hanya kecocokan dan pengorbanan dalam berorganisasi yang secara positif terkait dengan kepuasan hidup (Ampofo & dkk, 2017).

Kepuasan hidup dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor termasuk sifat dan tipe kepribadian. Tingkat *social interaction* yang tinggi mengalami tingkat

ketidakamanan yang tinggi dalam situasi sosial dan kontrol diri yang besar terhadap ekspresi diri karena tidak disetujui oleh orang lain (Denollet, 2005). Pada penelitian yang dilakukan Fahimeh Dehghani (2018) dukungan sosial berperan dalam menghubungkan pada pravelansi kepribadian tipe D terhadap *life satisfaction*.

Pada saat individu mengalami sakit ataupun mendapatkan masalah akan mempengaruhi kepuasan hidup. Seseorang yang memiliki kepuasan hidup yang tinggi diharapkan memiliki penyesuaian diri dan kebahagiaan dengan situasi hidupnya dan sebaliknya (Kang & Princy, 2013). Dalam temuan ini menunjukkan bahwa terapi perilaku kognitif memiliki dampak positif pada depresi dan kepuasan hidup pada ibu dengan anak yang dirawat di rumah sakit jiwa selama periode tindak lanjut (Toosi & Amiri, 2018).

Penelitian yang dilaukan Matthias Pollmann-Schult (2018) menunjukkan bahwa kesenjangan kepuasan hidup

ditunjukkan antara ibu tunggal dan lajang yang memiliki anak, jauh lebih kecil kesenjangannya daripada antara ibu tunggal dan ibu yang mempunyai pasangan. Selain itu, perempuan lajang yang tinggal di negara-negara dengan kebijakan keluarga yang mendukung dan tingkat kesetaraan gender yang tinggi melaporkan tingkat kepuasan hidup yang serupa dibandingkan dengan lajang yang tidak memiliki anak.

Perbedaan gender dan budaya dapat mempengaruhi *life satisfaction*. Temuan kali ini gender memprediksi *life satisfaction* pada 150 negara. Pada penelitian ini menggunakan desain *longitudinal study*. Mohsen Joshanloo (2018) mengungkapkan tingkat kesamaan yang besar dalam prediktor kepuasan hidup lintas gender, sedangkan temuan lain menunjukkan bahwa variabel sosial-politik, yang terkait dengan pekerjaan, dan pendidikan lebih penting dalam menentukan kepuasan hidup pada pria, sedangkan variabel yang terkait

dengan status perkawinan dan hubungan interpersonal lebih penting pada wanita.

Selain itu kepuasan hidup pada wiraswasta memiliki hubungan positif hubungan antara kepuasan kerja dan kepuasan hidup, sedangkan hubungan ini lebih kuat untuk pekerja mandiri daripada pekerja bergaji (Loewe & dkk, 2015). Seseorang lebih puas memiliki usaha sendiri dibanding bekerja suatu perusahaan. Ketika individu merasakan kepuasan hidup, religiusitas berkontribusi dalam hal ini. Penelitian yang dilakukan Volkan & Akarsu (2017) menunjukkan bahwa religiusitas terdapat hubungan secara linier dengan kepuasan hidup. Saat religiusitas muncul pada orang dewasa cenderung merasakan kepuasan hidup baik secara fisik dan rohaninya.

Dalam hal parenting kepuasan hidup juga dialami khususnya ibu, dimana ibu yang telah mengandung dan merawat anaknya mulai dari kecil hingga tumbuh dewasa. Penelitian yang dilakukan Wang & dkk

(2017) menunjukkan bahwa ibu yang mempunyai anak *cerebral palsy* cenderung menurunkan tingkat stres ketika mendapatkan dukungan dari keluarga dan teman-teman, sehingga membantu meningkatkan pula kepuasan hidup.

Kepuasan hidup dan karier dimediasi oleh upaya kerja dan regulasi emosi, sehingga orang dewasa dengan pencapaian karier yang tinggi akan merasakan kepuasan hidup yang tinggi pula ketika upaya kerja yang dilakukan maksimal dan dapat meregulasi emosinya (Praskova, Creed, & Hood, 2015). Dalam hal ini kepuasan hidup juga dapat dipengaruhi oleh tindakan dan emosi setiap individu.

Pada orang dewasa wanita dan pria yang lebih tua terdapat hubungan kepuasan hidup, dimana program dan layanan harus dikembangkan. Tujuan dari program ini untuk mengeksplorasi dan mengidentifikasi aspek positif dari diri individu, meningkatkan hubungan mereka dengan

anak-anak serta menumbuhkan citra yang lebih positif dari penuaan di masyarakat yang lebih luas (Bai, Guo, & Fu, 2018).

Hasil pembahasan jurnal *life satisfaction* dapat dikaitkan dengan teori Abraham Maslow yaitu hirarki kebutuhan. Menurut Maslow, terdapat 5 macam kebutuhan dasar, yang senantiasa dialami seseorang individu yaitu: kebutuhan fisiologis (*physiological needs*), kebutuhan akan rasa aman (*safety needs*), kebutuhan untuk diterima (*social needs*), kebutuhan untuk dihargai (*self esteem needs*), kebutuhan aktualisasi-diri (*self actualization*). Apabila individu telah mencapai tahap-tahap tersebut, maka individu dapat merasakan kepuasan hidup.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil review literatur yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa *life satisfaction* setiap individu berbeda, yang berkaitan dengan:

periode perkembangan, gender, status, tipe kepribadian, perspektif, religiusitas, pekerjaan, parenting, studi, dan konflik. *Life satisfaction* memiliki pengaruh positif pada religiusitas, mereka merasakan rasa puas dalam dirinya ketika melakukan kewajibannya sesuai agama yang dianut. Individu yang mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dan mengetahui kebutuhan dirinya maka ia dapat mencapai kepuasan hidup.

Berdasarkan 11 jurnal yang telah direview *life satisfaction* dikaitkan dengan variabel yang bervariasi. Diharapkan pada penelitian selanjutnya menggunakan desain eksperimen yang dirasa dapat mengetahui *action* individu saat merasakan kepuasan hidup, literatur dari jurnal *life satisfaction* diharapkan lebih banyak mengupas tentang *life satisfaction* orang Indonesia agak mendapatkan gambaran yang lebih banyak dan mengetahui *life satisfaction* orang Indonesia yang berkaitan dengan budaya serta agama yang beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Amat, S., & Mahmud, Z. (2009). Hubungan antara ketegasan diri dan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar institusi pengkajian tinggi. *Jurnal Pendidikan Malaysia*, 34(2), 49-65.
- Ampofo, E. T., Coetzer, A., & Poisat, P. (2017). Relationships between job embeddedness and employees' life satisfaction. *Emerladinsight*, 39(7).
- Arthaud-Day, M.L., Rode, J.C., Mooney, C.H. and Near, J.P. (2005). The subjective well-being construct: a test of its convergent, discriminant, and factorial validity. *Social Indicators Research*, 74(3), 445-476.
- Brown, A. L. (1987). Metacognition, executive control, self-regulation, and other more mysterious mechanisms. In *F.E. Weinert and R.H. Kulwe (Eds), Metacognition, vation, and understanding* (pp. 65-116). Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Brown, A.L, Bansford, J.D., Campione, J.C., & Ferrara, R.A. (1983). *Learning, Child psychology: Cognitive development* (Vol. 3, pp. 77-166). New York: Wiley.

- Cabras, Cristina., & Mondo, Marina., 2018. Future Orientation as a Mediator Between Career Adaptability and Life Satisfaction in University Students. *Journal of Career Development*, 45(6), 597-609.
- Celik, S, S., Celik, Y., & dkk. (2018). Factors Affecting Life Satisfaction of Older Adults in Turkey. *The International Journal of Aging and Human Development*, 87(4), 392–414.
- Dehghani, F. (2018). Type D personality and life satisfaction: The mediating role of social support. *Journal of Personality and Individual Difference*, 134, 75-80.
- Deniz, M. E., Karakus, O., Tras, Z., Eldeleklioglu, J., Ozyesil, Z., & Hamarta, E. (2013). Parental attitude perceived by university students as predictors of subjective well being and life satisfaction. *Scientifict Research*, 4(3), 169-173.
- Dwivedi, A., & Rastog, R. (2017). Future Time Perspective, Hope and Life Satisfaction: A Study on Emerging Adulthood. *Jindal Journal of Business Research*, 5(1), 17–25.
- Dwivedi, A., & Rastog, R. (2017). Proactive Coping, Time Perspective and Life Satisfaction: A Study on Emerging Adulthood. *Journal of Health Management*, 19(2), 264–274.
- Gilman, R., Huebner, S., & Buckman, M. (2009). Life Satisfaction. Dalam S. J. Lopez (Ed.), *Encyclopedia of positive psychology* (hlm. 582–585). Malden, MA: Wiley-Blackwell.
- Hamama, L., Ronen, T., Shachar, K. and Rosenbaum, M. (2013), Links between stress, positive and negative affect, and life satisfaction among teachers in special education schools. *Journal of Happiness Studies*, 14(3), 731-751.
- Heo, Jinmoo.,Chun, Sanghee., & dkk. (2018). Life Satisfaction and Psychological Well-Being of Older Adults With Cancer Experience: The Role of Optimism and Volunteering. *The International Journal of Aging and Human Development*, 83(3), 274–289.
- Joshanloo, M. (2018). Gender differences in the predictors of life satisfaction across 150 nations. *Journal of Personality and Individual Differences*, 135, 312-315.
- Kang, T.K., & Princy. (2013). Life satisfaction correlate of death anxiety

- among elderly. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 4(1), 121-124.
- 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.
- Karckay, A. T., & Bakalim, O. (2017). The mediating effect of work-life balance on the relationship between work-family conflict and life satisfaction. *Australian Journal of Career Development*, 26(1), 3-13.
- Lim, C., & Putnam, R.D. (2010). Religion, social network and life satisfaction. *American Sociological Review* 75 (6), 914-933
- Loewe, N., Castillo, L. A., Thieme, C., & Foguet, J. M. B. (2015). Self-employment as a moderator between work and life satisfaction. *Emerladinsight*, 28(2).
- Maslow, Abraham H. 1984. *Motivasi dan Kepribadian: Teori Motivasi dengan Ancangan Hirarki Kebutuhan Manusia (judul asli: Motivation and Personality)*. Diterjemahkan oleh Nurul Iman. Jakarta: PT. Pustaka Binaman Pressindo.
- McIlveen, P., Beccaria, G., & Burton, L. J. (2013). Beyond conscientiousness: Career optimism and satisfaction with academic major. *Journal of Vocational Behavior*, 83, 229-236.
- Mouw, T. (2005). Sequences of early adult transitions: A look at variability and consequences. In R. A. Settersten, F. F. Furstenberg, Jr, & R. G. Rumbaut (Eds.), *On the frontier of adulthood: Theory, research, and public policy* (pp. 256-291). -Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Murphy, K. A., Blustein, D. L., Bohlig, A. J., & Platt, M. G. (2010). The college-to-career transition: An exploration of emerging adulthood. *Journal of Counseling and Development*, 88, 174.
- Pandey, D., & Jaiswal, A. K. (2017). Role of positive meta-cognitions and meta-emotions in satisfaction with life *Indian Journal of Positive Psychology*. 8(4), 616-620.
- Przepiorkaa, A., & Kwapinskab, M. S. (2018). Religiosity moderates the relationship between time perspective and life satisfaction. *Journal of Personality and Individual Difference*, 134, 261-267.

- 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*, 62–76.
- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career adapt-abilities scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior, 80*, 661–673.
- Schult, M. P., (2018). Single motherhood and life satisfaction in comparative perspective: do institutional and cultural contexts explain the life satisfaction penalty for single mothers. *Journal of Family Issues, 39*(7), 2061–2084.
- Bai, X., Guo, Y., & Fu, Y. Y. (2018). Self-image and intergenerational relationships as correlates of life satisfaction in Chinese older adults: Will gender make a difference? *Ageing and Society, 38*(7), 1502–1519. <https://doi.org/10.1017/S0144686X17000113>
- Gilman, R., Huebner, S., & Buckman, M. (2009). Life Satisfaction. Dalam S. J. Lopez (Ed.), *Encyclopedia of positive psychology* (hlm. 582–585). Malden, MA: Wiley-Blackwell.
- Maslow, A. H. (1987). *Motivation and personality* (3rd ed). New York: Harper and Row.
- Praskova, A., Creed, P. A., & Hood, M. (2015). Self-Regulatory Processes Mediating Between Career Calling and Perceived Employability and Life Satisfaction in Emerging Adults. *Journal of Career Development, 42*(2), 86–101. <https://doi.org/10.1177/0894845314541517>
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2007). *Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths*. Thousand Oaks, Calif: SAGE Publications.
- State, T. M., and Kern, L. (2017). Life Satisfaction Among High School Students With Social, Emotional, and Behavioral Problems. *Journal of Positive Behavior Interventions, 19*(4), 205–215.
- Toosi, K. & Amiri M, (2018). The efficacy of cognitive-behavioral therapy on depression and life satisfaction in mothers with children admitted to

- psychiatric hospital. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 20(4), 7-8.
- Wang, Y., Huang, Z., & Kong, Feng. (2017). Parenting stress and life satisfaction in mothers of children with cerebral palsy: *The mediating effect of social support. Journal of Health Psychology*, 1-10.
- Wells, A. (2000). *Emotional disorders and metacognition: Innovative cognitive therapy*. Chichester, UK:Wiley.
- Wells, A., & Matthews, G. (1994). *Attention and emotion: A clinical perspective*. Hove, UK: Erlbaum.
- Wells, A., & Matthews, G. (1996). Modelling cognition in emotional disorder: The S-REF model. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 881-888.
- Grated Model”, *Human Relations*, 57(9),1205-1230.
- Yeniaras,V., & Akarsu, T, N. (2017). Religiosity and life satisfaction: a multi-dimensional approach. *Journal Happiness Study*, 18, 1815–1840.