

Pengaruh *Career adaptability* terhadap *Life satisfaction*: Peran Mediasi *Hope* pada Remaja

Indrajati Kunwijaya¹, Dwi Yuwono Puji Sugiharto², Sunawan Sunawan³

^{1,2,3} Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang

Corresponding Author: Indrajati Kunwijaya, e-mail: indrajatikunwijaya@mail.unnes.ac.id

Published: July, 2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran mediasi *hope* (harapan) dalam hubungan antara *career adaptability* (kemampuan adaptasi karier) dan *life satisfaction* (kepuasan hidup) pada remaja usia sekolah menengah atas. Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional mediasi, sebanyak 473 remaja berusia 16–17 tahun dipilih secara acak sederhana sebagai partisipan. Instrumen yang digunakan meliputi Career Adapt-Abilities Scale (CAAS), *Hope Scale*, dan Satisfaction with Life Scale (SWLS). Hasil analisis menunjukkan bahwa *career adaptability* secara signifikan memprediksi *hope*, dan *hope* secara signifikan memprediksi *life satisfaction*. Namun, ketika *hope* dimasukkan sebagai variabel mediator, pengaruh langsung *career adaptability* terhadap *life satisfaction* menjadi tidak signifikan. Efek tidak langsung melalui *hope* terbukti signifikan, menunjukkan bahwa *hope* memediasi sepenuhnya hubungan antara *career adaptability* dan *life satisfaction*. Temuan ini menegaskan bahwa *hope* merupakan jalur psikologis penting dalam mengaktifkan pengaruh *career adaptability* terhadap kesejahteraan remaja. Implikasi praktis dari penelitian ini mencakup perlunya integrasi intervensi berbasis harapan dalam program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kesiapan karier dan kepuasan hidup pada remaja.

Keywords: *Career Adaptability, Hope, Life satisfaction*

Abstract

This study aims to examine the mediating role of hope in the relationship between career adaptability and life satisfaction in high school-aged adolescents. Using a quantitative approach with a mediated correlational design, 473 adolescents aged 16-17 years were selected by simple randomisation as participants. The instruments used include Career Adapt-Abilities Scale (CAAS), Hope Scale, and Satisfaction with Life Scale (SWLS). The results of the analyses showed that career adaptability significantly predicted hope, and hope significantly predicted life satisfaction. However, when hope was included as a mediator variable, the direct effect of career adaptability on life satisfaction became insignificant. The indirect effect through hope proved significant, indicating that hope fully mediates the relationship between career adaptability and life satisfaction. This finding confirms that hope is an important psychological pathway in activating the effect of career adaptability on adolescent well-being. Practical implications of this study include the need for integration of hope-based interventions in guidance and counselling programmes to enhance career readiness and life satisfaction in adolescents.

Keywords: *Career Adaptability, Hope, Life satisfaction*

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang kompleks, ditandai oleh eksplorasi identitas dan persiapan menghadapi peran-peran dewasa, termasuk dalam ranah pendidikan dan karier (Santrock, 2007). Dalam lanskap sosial ekonomi yang semakin dinamis dan penuh ketidakpastian, remaja dituntut untuk memiliki kapasitas adaptif guna menghadapi berbagai transisi

dan tantangan di masa depan. Salah satu konstruk penting dalam konteks kesiapan karier adalah *career adaptability*—kemampuan individu untuk menghadapi, mengelola, dan mengantisipasi perubahan dalam perjalanan karier mereka (Savickas, 2013).

Career adaptability terdiri dari empat dimensi utama: concern (kesadaran akan masa depan), control (pengambilan keputusan), curiosity (eksplorasi kemungkinan), dan confidence (keyakinan diri) (Savickas & Porfeli, 2012). Berbagai studi menunjukkan bahwa *career adaptability* tidak hanya berkaitan dengan hasil-hasil karier seperti kesiapan kerja atau efikasi karier, tetapi juga berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologis, termasuk *life satisfaction* (Hirschi, 2009a; Sahin & Kirdök, 2018). Remaja yang memiliki adaptabilitas karier tinggi cenderung lebih siap menghadapi tantangan akademik dan sosial, yang pada gilirannya meningkatkan kepuasan hidup (Bölükbaşı & Kirdök, 2019).

Namun demikian, temuan empiris mengenai hubungan antara *career adaptability* dan *life satisfaction* belum sepenuhnya konsisten. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa pengaruh langsung antara *career adaptability* terhadap *life satisfaction* tidak signifikan secara statistik, atau hanya menunjukkan efek yang lemah (Buyukgoze-Kavas, 2016; Zacher, 2014), bahkan kemampuan beradaptasi dalam karier tidak menunjukkan hubungan langsung dengan kepuasan hidup (Kvasková et al., 2023). Kemampuan beradaptasi dalam karier mungkin memiliki implikasi yang lebih luas terhadap kepuasan hidup, yang mengindikasikan bahwa hubungan tersebut bisa jadi lebih kompleks daripada yang dipahami sebelumnya (Hartung & Cadaret, 2017). Inkonsistensi ini menunjukkan bahwa mungkin terdapat mekanisme psikologis lain yang menjembatani hubungan tersebut, dan bahwa pengaruh *career adaptability* terhadap *life satisfaction* tidak bersifat langsung, melainkan bekerja melalui konstruk psikologis perantara.

Dalam konteks ini, *hope* sebagai kekuatan psikologis yang berorientasi pada tujuan, diyakini memainkan peran mediasi yang penting. Menurut teori *hope* (Snyder, 2002), harapan terdiri dari dua dimensi utama: agency thinking (kemampuan memotivasi diri untuk mencapai tujuan) dan pathways thinking (kemampuan merancang strategi untuk mencapai tujuan tersebut). *Hope* telah terbukti berkorelasi positif dengan berbagai indikator kesejahteraan subjektif pada remaja, termasuk kebahagiaan, efikasi diri, dan kepuasan hidup (Gallagher & Lopez, 2009; Marques et al., 2011). Individu yang memiliki harapan tinggi cenderung menunjukkan ketekunan dalam menghadapi hambatan dan lebih mampu mempertahankan orientasi positif terhadap masa depan mereka. Harapan yang tinggi juga berkaitan dengan peningkatan perencanaan masa depan, efikasi diri, serta kemampuan mengelola emosi negatif (Feldman et al., 2009). Selain itu, harapan membantu remaja membangun fleksibilitas kognitif dan ketekunan saat menghadapi kegagalan atau hambatan dalam mencapai tujuan (Weis & Speridakos, 2011). *Hope* juga diketahui memperkuat ketahanan psikologis

dan keterlibatan akademik, dua faktor yang berkontribusi pada pencapaian dan kepuasan hidup (Marques et al., 2013; Sung & Phillips, 2016).

Meskipun *career adaptability* dan *hope* secara terpisah telah dikaitkan dengan *life satisfaction*, penelitian yang secara spesifik menguji peran mediasi *hope* dalam hubungan antara *career adaptability* dan *life satisfaction* masih sangat terbatas, terutama pada populasi remaja. Padahal, *career adaptability* terbukti memiliki hubungan dengan *future orientation* dan *career optimism*, yang merupakan prasyarat munculnya harapan dalam konteks karier (Rottinghaus et al., 2012; Tolentino et al., 2019). Lebih jauh lagi, *career adaptability* memberikan rasa kontrol terhadap ketidakpastian masa depan, yang dapat meningkatkan *goal-directed motivation* (Buyukgoze-Kavas et al., 2015) dan memperkuat *self-regulatory capacity* (Ginevra et al., 2016). Dalam konteks remaja, *career adaptability* memberi kerangka kognitif untuk merespons dinamika masa depan secara fleksibel, sedangkan *hope* berperan sebagai mekanisme psikologis yang menerjemahkan kapasitas adaptif tersebut menjadi arah tujuan dan tindakan konkret yang bermakna.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah *hope* memediasi hubungan antara *career adaptability* dan *life satisfaction* pada remaja. Dengan membedakan dua dimensi *hope*—*agency* dan *pathways*—penelitian ini juga memberikan kontribusi teoretis terhadap pemahaman yang lebih dalam mengenai mekanisme psikologis yang menghubungkan adaptabilitas karier dengan kesejahteraan subjektif. Temuan ini diharapkan dapat memberikan implikasi praktis dalam pengembangan intervensi psikologis berbasis kekuatan untuk mendukung kesejahteraan remaja dalam menghadapi dinamika karier modern.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional mediasi untuk menguji hubungan antara *career adaptability* dan *life satisfaction*, dengan *hope* sebagai variabel mediator. Desain ini memungkinkan pengujian pengaruh langsung maupun tidak langsung antarvariabel yang dianalisis secara simultan (Hayes, 2017). Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja berusia 16 hingga 17 tahun yang sedang menempuh pendidikan di tingkat sekolah menengah atas (SMA). Sebanyak 473 remaja dilibatkan dalam penelitian ini. Sampel diperoleh menggunakan teknik simple random sampling, yaitu setiap siswa yang memenuhi kriteria usia memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai responden.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga skala psikologis yang telah tervalidasi dan banyak digunakan dalam penelitian sebelumnya. *Career adaptability* diukur menggunakan Career Adapt-Abilities Scale (CAAS) yang dikembangkan oleh Savickas & Porfeli, (2012), terdiri atas 24 item yang mencakup empat dimensi utama: concern, control, curiosity, dan confidence. Setiap item dijawab menggunakan skala Likert 5 poin (1 = sangat tidak setuju hingga 5 = sangat setuju), dengan reliabilitas internal yang sangat baik (Cronbach's $\alpha = 0,92$). *Hope* diukur

menggunakan *Hope Scale* yang dikembangkan oleh Snyder et al., (1991), yang terdiri dari 12 item. Empat item mengukur aspek *agency thinking* (motivasi untuk mencapai tujuan), empat item mengukur *pathways thinking* (kemampuan merancang jalur menuju tujuan), dan empat item lainnya merupakan item pengisi (*filler*). Respon diberikan pada skala 8 poin, mulai dari “sangat tidak benar” hingga “sangat benar”, dengan koefisien reliabilitas (Cronbach’s α) sebesar 0,76. Sementara itu, *life satisfaction* diukur menggunakan *Satisfaction with Life Scale (SWLS)* dari Diener et al., (1985), yang terdiri atas lima item dengan skala Likert 7 poin (1 = sangat tidak setuju hingga 7 = sangat setuju), dan memiliki reliabilitas internal yang baik (Cronbach’s α = 0,80).

Analisis data dilakukan menggunakan model mediasi sederhana (Model 4) dari makro PROCESS versi 4.1 untuk SPSS (Hayes, 2017). Pengujian hipotesis dilakukan melalui tiga tahap: (1) menguji pengaruh langsung *career adaptability* terhadap *hope* dan *life satisfaction*, (2) menguji pengaruh *hope* terhadap *life satisfaction*, serta (3) menguji efek mediasi *hope* terhadap hubungan *career adaptability* dan *life satisfaction* menggunakan analisis efek tidak langsung dengan metode bootstrapping sebanyak 5.000 sampel dan interval kepercayaan 95%. Hipotesis dianggap signifikan apabila nilai $p < 0,05$ dan interval kepercayaan tidak mencakup angka nol (Preacher & Hayes, 2008).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang ditampilkan pada Tabel 1, ditemukan bahwa rata-rata skor adaptabilitas karier pada remaja adalah 93,87 (SD = 16,17), yang menunjukkan tingkat adaptabilitas karier yang relatif tinggi pada sampel penelitian ini. Sementara itu, skor rata-rata *hope* berada pada angka 21,90 (SD = 3,21), yang mengindikasikan tingkat harapan yang cukup baik. Rata-rata skor kepuasan hidup tercatat sebesar 22,70 (SD = 5,81), yang mengarah pada kategori cukup puas terhadap kehidupan. Temuan ini mengindikasikan bahwa remaja dalam penelitian ini umumnya menunjukkan kemampuan adaptasi karier yang kuat, memiliki harapan yang konstruktif, serta cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang positif. Hasil ini mendukung asumsi awal bahwa terdapat hubungan potensial yang saling menguatkan di antara ketiga variabel tersebut dalam konteks perkembangan psikologis remaja.

Tabel 1. Hasil Analisis Mean dan Standar Deviasi

Variabel	M	SD
Career Adaptability	93.87	16.17
<i>Hope</i>	21.90	3.21
<i>Life satisfaction</i>	22.70	5.81
N = 473		

Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran mediasi harapan (*hope*) dalam hubungan antara kemampuan adaptabilitas karier (*career adaptability*) dan kepuasan hidup (*life satisfaction*) pada mahasiswa (N = 473). Hasil analisis menunjukkan bahwa adaptabilitas karier merupakan prediktor

positif yang signifikan terhadap harapan, $B = 0,13$, $SE = 0,01$, $t(471) = 18,14$, $p < 0,001$, dengan kontribusi sebesar 41,1% terhadap varians harapan ($R^2 = 0,41$). Selanjutnya, harapan secara signifikan memprediksi kepuasan hidup, $B = 0,72$, $SE = 0,08$, $t(470) = 8,64$, $p < 0,001$. Meskipun adaptabilitas karier awalnya memiliki pengaruh total yang signifikan terhadap kepuasan hidup, $B = 0,12$, $SE = 0,01$, $t(471) = 8,73$, $p < 0,001$, pengaruh langsungnya menjadi tidak signifikan setelah harapan dimasukkan ke dalam model, $B = 0,03$, $SE = 0,02$, $t(470) = 1,66$, $p = 0,097$.

Efek tidak langsung dari adaptabilitas karier terhadap kepuasan hidup melalui harapan terbukti signifikan, $B = 0,09$, BootSE = 0,01, 95% CI [0,07, 0,11], yang menunjukkan terjadinya mediasi penuh. Temuan ini mengindikasikan bahwa harapan sepenuhnya memediasi hubungan antara adaptabilitas karier dan kepuasan hidup, serta menegaskan pentingnya kekuatan psikologis dalam menjembatani sumber daya pengembangan karier dengan hasil kesejahteraan individu.

Tabel 4. Pengaruh Variabel *Hope* Sebagai Mediator

Predictors	β	t	P	SE	LLCI	ULCI	R	R ²	F	P
Criterion : <i>Hope</i>							0.64	0.41	329.24	<.001
CA	0.13	18.14	<.001	0.01	0.11	0.14				
Criterion : LS							0.51	0.26	81.46	<.001
CA	0.03	1.66	.097	0.02	-0.01	0.06				
<i>Hope</i>	0.72	8.64	<.001	0.08	0.55	0.88				
Total effect	0.12	8.73	<.001	0.01	0.09	0.5				
Indirect	0.09			0.01	0.07	0.11				

Keterangan :

CA = Career Adaptability

LS = *Life satisfaction*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa harapan (*hope*) memediasi sepenuhnya hubungan antara kemampuan adaptabilitas karier (*career adaptability*) dan kepuasan hidup (*life satisfaction*) pada remaja usia sekolah menengah atas. Secara khusus, meskipun *career adaptability* secara total berpengaruh positif terhadap *life satisfaction*, pengaruh langsungnya menjadi tidak signifikan setelah *hope* dimasukkan ke dalam model. Hal ini menunjukkan bahwa *career adaptability* tidak meningkatkan *life satisfaction* secara langsung, melainkan melalui peningkatan *hope* pada remaja. Fenomena ini dapat dijelaskan melalui karakteristik perkembangan psikologis remaja dan struktur psikologis dari masing-masing variabel. *Career adaptability*, yang terdiri dari dimensi *concern*, *control*, *curiosity*, dan *confidence* (Savickas & Porfeli, 2012), merefleksikan kapasitas individu untuk mengantisipasi masa depan, mengambil keputusan yang bertanggung jawab, mengeksplorasi berbagai kemungkinan, serta percaya diri dalam menghadapi tantangan. Pada remaja, keterampilan ini masih dalam tahap perkembangan, sehingga adaptabilitas karier yang tinggi belum secara otomatis menghasilkan kepuasan hidup jika tidak didukung oleh kekuatan psikologis lain, seperti *hope*.

Hope, menurut Snyder, (2002), mencakup dua komponen penting: *agency thinking* (kemampuan untuk memotivasi diri mencapai tujuan) dan *pathways thinking* (kemampuan untuk menemukan berbagai rute menuju tujuan tersebut). Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa *career adaptability* yang baik mampu membentuk kepercayaan diri dan rasa kontrol remaja terhadap masa depan, yang selanjutnya meningkatkan *hope*. Dengan meningkatnya *hope*, remaja merasa lebih termotivasi (*agency*) dan lebih yakin mampu mengatasi hambatan melalui berbagai alternatif strategi (*pathways*), yang pada akhirnya meningkatkan *life satisfaction*. Temuan ini sejalan dengan (Marques et al., 2011) yang menemukan bahwa *hope* merupakan prediktor penting bagi kesejahteraan subjektif remaja, termasuk kepuasan hidup dan kebahagiaan.

Ketiadaan pengaruh langsung *career adaptability* terhadap *life satisfaction* juga memberikan penjelasan atas temuan yang kontradiktif dalam penelitian sebelumnya. Beberapa studi seperti Hirschi, (2009b) dan Sahin & Kirdök, (2018) melaporkan hubungan positif yang signifikan antara *career adaptability* dan *life satisfaction*, namun studi lain menemukan tidak adanya hubungan langsung pada kelompok remaja (Buyukgoze-Kavas, 2016). Perbedaan ini dapat disebabkan oleh tidak dimasukkannya variabel mediasi psikologis seperti *hope*. Dalam konteks remaja yang masih berada dalam fase eksplorasi identitas dan pembentukan masa depan, pengaruh dari kapasitas adaptasi karier terhadap kesejahteraan psikologis sangat bergantung pada kekuatan motivasional internal yang membentuk persepsi mereka terhadap kemungkinan pencapaian tujuan (Arnett, 2018).

Dari sisi teoretis, hasil ini memperkaya model *career construction* (Savickas, 2013) dengan menambahkan *hope* sebagai mekanisme psikologis yang menjembatani antara sumber daya karier dan hasil kesejahteraan. *Career adaptability* dapat dianggap sebagai sumber daya yang membekali remaja dengan kesiapan menghadapi ketidakpastian, namun untuk mengubah kesiapan tersebut menjadi makna dan kepuasan dalam kehidupan, diperlukan *hope* sebagai kekuatan motivasional. Dengan demikian, *hope* bukan hanya pelengkap, tetapi elemen esensial dalam mengaktifkan potensi *career adaptability* agar dapat berkontribusi pada *life satisfaction*.

Implikasi dari temuan ini bersifat teoritis dan praktis. Secara teoritis, hasil ini menyarankan perlunya integrasi pendekatan *career development* dan *positive psychology* dalam memahami kesejahteraan remaja. Secara praktis, program bimbingan dan konseling di sekolah perlu dirancang tidak hanya untuk meningkatkan *career adaptability* siswa, tetapi juga untuk memperkuat *hope* melalui pelatihan pengaturan tujuan, strategi pemecahan masalah, dan peningkatan efikasi diri. Intervensi yang mengintegrasikan kedua aspek ini diperkirakan akan lebih efektif dalam meningkatkan kepuasan hidup dan kesiapan karier siswa.

Meski demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan, salah satunya adalah penggunaan desain *cross-sectional*, yang membatasi kesimpulan kausalitas. Penelitian longitudinal diperlukan untuk melihat dinamika hubungan antar variabel dari waktu ke waktu. Selain itu, karena data dikumpulkan melalui

laporan diri (*self-report*), hasilnya mungkin dipengaruhi oleh bias persepsi. Studi masa depan juga dapat mempertimbangkan variabel kontekstual seperti dukungan sosial, tekanan akademik, atau kondisi ekonomi keluarga yang mungkin memoderasi hubungan antara *career adaptability*, *hope*, dan *life satisfaction*.

Secara keseluruhan, penelitian ini menekankan pentingnya memahami *hope* sebagai jalur psikologis utama yang memungkinkan kemampuan adaptasi karier pada remaja menghasilkan dampak positif terhadap kepuasan hidup. Temuan ini tidak hanya menutup celah dalam literatur mengenai mekanisme psikologis yang menghubungkan kesiapan karier dan kesejahteraan, tetapi juga memberikan dasar yang kuat bagi pengembangan intervensi berbasis kekuatan dalam mendukung perkembangan optimal remaja di era yang semakin kompleks dan tidak pasti.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *hope* (harapan) memainkan peran mediasi penuh dalam hubungan antara *career adaptability* (kemampuan adaptasi karier) dan *life satisfaction* (kepuasan hidup) pada remaja sekolah menengah atas. Meskipun *career adaptability* berkontribusi langsung terhadap *hope* dan secara total berpengaruh terhadap *life satisfaction*, pengaruh langsungnya menjadi tidak signifikan ketika *hope* dimasukkan ke dalam model, yang menunjukkan bahwa harapan menjadi jalur utama yang menjembatani pengaruh adaptabilitas karier terhadap kepuasan hidup. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya kekuatan psikologis dalam mengaktifkan potensi adaptasi karier agar dapat menghasilkan kesejahteraan subjektif, serta memberikan landasan teoretis bagi integrasi antara pendekatan *career development* dan *positive psychology* dalam konteks remaja.

Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan, antara lain desain potong lintang yang membatasi kesimpulan kausal, penggunaan data laporan diri yang rentan terhadap bias, populasi terbatas pada remaja SMA sehingga hasil belum tentu berlaku untuk kelompok usia lainnya, serta tidak diperhitungkannya faktor kontekstual seperti dukungan sosial atau latar belakang sosioekonomi. Oleh karena itu, penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain longitudinal untuk menguji arah hubungan secara temporal, mengintegrasikan metode campuran untuk menggali dinamika psikologis secara lebih mendalam, menambahkan variabel moderator atau kontrol untuk memperkaya model konseptual, serta mengembangkan dan mengevaluasi intervensi berbasis harapan dan adaptabilitas karier guna mendukung kesejahteraan dan kesiapan karier remaja secara praktis dan aplikatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, J. J. (2018). Happily Stressed: The Complexity of Well-Being in Midlife. *Journal of Adult Development*, 25(4), 270–278. <https://doi.org/10.1007/s10804-018-9291-3>
- Bölükbaşı, A., & Kırdök, O. (2019). The mediating role of future orientation in the relationship between career adaptability and life satisfaction in high school students. *Körpeoğlu Journal*, 44(200).
- Buyukgoze-Kavas, A. (2016). Predicting Career Adaptability From Positive Psychological Traits. *The Career Development Quarterly*, 64(2), 114–125. <https://doi.org/10.1002/cdq.12045>
- Buyukgoze-Kavas, A., Duffy, R. D., & Douglass, R. P. (2015). Exploring links between career adaptability, work volition, and well-being among Turkish students. *Journal of Vocational Behavior*, 90, 122–131. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.08.006>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Feldman, D. B., Rand, K. L., & Kahle-Wroblewski, K. (2009). Hope and Goal Attainment: Testing a Basic Prediction of Hope Theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(4), 479–497. <https://doi.org/10.1521/jscp.2009.28.4.479>
- Gallagher, M. W., & Lopez, S. J. (2009). Positive expectancies and mental health: Identifying the unique contributions of hope and optimism. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 548–556. <https://doi.org/10.1080/17439760903157166>
- Ginevra, M. C., Pallini, S., Vecchio, G. M., Nota, L., & Soresi, S. (2016). Future orientation and attitudes mediate career adaptability and decidedness. *Journal of Vocational Behavior*, 95–96, 102–110. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.08.003>
- Hartung, P. J., & Cadaret, M. C. (2017). Career adaptability: Changing self and situation for satisfaction and success. In *Psychology of career adaptability, employability and resilience* (pp. 15–28). Springer.
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford publications.
- Hirschi, A. (2009a). Career adaptability development in adolescence: Multiple predictors and effect on sense of power and life satisfaction. *Journal of Vocational Behavior*, 74(2), 145–155. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.01.002>
- Hirschi, A. (2009b). Career adaptability development in adolescence: Multiple predictors and effect on sense of power and life satisfaction. *Journal of Vocational Behavior*, 74(2), 145–155. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.01.002>
- Kvasková, L., Hlado, P., Palíšek, P., Šašínska, V., Hirschi, A., Ježek, S., & Macek, P. (2023). A Longitudinal Study of Relationships Between Vocational Graduates' Career Adaptability, Career Decision-Making Self-Efficacy, Vocational Identity Clarity, and Life Satisfaction. *Journal of Career Assessment*, 31(1), 27–49. <https://doi.org/10.1177/10690727221084106>
- Marques, S. C., Lopez, S. J., & Mitchell, J. (2013). The Role of Hope, Spirituality and Religious Practice in Adolescents' Life Satisfaction: Longitudinal Findings. *Journal of Happiness Studies*, 14(1), 251–261. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9329-3>
- Marques, S. C., Pais-Ribeiro, J. L., & Lopez, S. J. (2011). The Role of Positive Psychology Constructs in Predicting Mental Health and Academic Achievement in Children and Adolescents: A Two-Year Longitudinal Study. *Journal of Happiness Studies*, 12(6), 1049–1062. <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9244-4>
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879–891. <https://doi.org/10.3758/BRM.40.3.879>

- Rottinghaus, P. J., Buelow, K. L., Matyja, A., & Schneider, M. R. (2012). The Career Futures Inventory–Revised. *Journal of Career Assessment*, 20(2), 123–139. <https://doi.org/10.1177/1069072711420849>
- Sahin, I., & Kirdök, O. (2018). Investigation of Relationship between High School Students' Career Adaptability, Subjective Well-Being and Perceived Social Support. *International Education Studies*, 11(8), 127–135.
- Santrock, J. W. (2007). *A topical approach to life-span development*. McGraw-Hill Companies.
- Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work*, 2, 144–180.
- 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. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.01.011>
- Snyder, C. R. (2002). Hope Theory: Rainbows in the Mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249–275. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570–585. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.4.570>
- Sung, H., & Phillips, R. (2016). *Conceptualizing a Community Well-Being and Theory Construct* (pp. 1–12). https://doi.org/10.1007/978-3-319-29942-6_1
- Tolentino, M., Maliwat, E., & Dullas, A. (2019). Hope, resilience level, and creativity among job-seekers under a work-based welfare program in Australia. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 8(2). <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2019.4008>
- Weis, R., & Speridakos, E. C. (2011). A Meta-Analysis of hope enhancement strategies in clinical and community settings. *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 1(1), 5. <https://doi.org/10.1186/2211-1522-1-5>
- Zacher, H. (2014). Career adaptability predicts subjective career success above and beyond personality traits and core self-evaluations. *Journal of Vocational Behavior*, 84(1), 21–30. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2013.10.002>