

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Beberapa tahun belakangan ini telah dikembangkan teori terkait tahap atau periode perkembangan baru pada usia 18–29 tahun yang disebut dengan *emerging adulthood* (Arnett, 2015). *Emerging adulthood* merupakan “*distinct period*”, yaitu periode yang berbeda dengan tahap remaja atau dewasa awal, di mana ia memiliki karakteristik demografis, subjektif, dan karakteristik terkait identitasnya tersendiri. Pada dasarnya, periode ini adalah saat di mana individu cenderung menganggap diri mereka terlalu tua untuk dikatakan remaja, tetapi belum menjadi dewasa sepenuhnya (Arnett, 2000). *Emerging adulthood* dianggap sebagai periode kehidupan yang paling tidak stabil dalam rentang kehidupan (Arnett et al., 2014). Hal ini dikarenakan *emerging adults* menghadapi berbagai transisi atau perubahan penting dan signifikan dalam perjalanan mereka menuju kedewasaan. Hal ini didukung dengan pendapat Arnett et al., (2014), di mana *emerging adults* mengalami serangkaian hubungan cinta dan sering berganti pekerjaan sebelum membuat keputusan untuk jangka panjang.

Menurut Arnett (2015), periode *emerging adulthood* ditandai oleh beberapa karakteristik yaitu (1) *Age of Identity Explorations*, di mana oleh individu yang bergerak untuk pemahaman siapa mereka, kemampuan dan keterbatasan apa yang mereka miliki, apa keyakinan yang mereka percayai, dan bagaimana mereka menyesuaikan diri dengan lingkungan masyarakat; (2) *Age of Instability*, ditandai

oleh ketidakstabilan yang dialami individu saat mengeksplorasi diri, individu merasa kewalahan, cemas, dan merasa tidak percaya diri untuk berhasil; (3) *Self-focused Age*, ditandai dengan *semiautonomy*, yaitu individu berfokus pada dirinya sendiri sambil mengembangkan pengetahuan, kemampuan, dan pemahaman diri yang mana akan dibutuhkan di masa dewasa nanti; (4) *Age of Feeling In Between*; ditandai dengan perasaan subjektif pada diri sendiri, merasa bukan remaja tapi belum sepenuhnya dewasa; (5) *Age of Possibilities*, ditandai dengan individu yang cenderung optimis karena tersedianya berbagai potensi untuk hal pekerjaan, pasangan, komitmen, dan lain sebagainya.

*Emerging adulthood* merupakan periode yang ditandai oleh banyaknya stresor, seperti stresor akademik, sosial, dan profesional di tengah meningkatnya tekanan untuk memiliki otonomi (mengatur dirinya secara mandiri) (O'Rourke et al., 2018). Dengan berbagai tantangan yang dialami, tidak heran jika tingkat stres yang dialami *emerging adults* lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lain. Sebuah survei di Amerika Serikat menunjukkan bahwa generasi *millennial* (18-33 tahun) di mana *emerging adults* termasuk di dalamnya, memiliki tingkat stres rata-rata paling tinggi dibandingkan generasi lain (American Psychological Association, 2012). Hal ini tentunya berdampak pada kesehatan mental *emerging adults* itu sendiri. Menurut studi di Amerika Serikat, prevalensi gangguan kejiwaan pada individu berusia 18-29 tahun lebih tinggi dibandingkan individu di kelompok usia lainnya, terutama untuk gangguan kecemasan, depresi, gangguan *mood*, dan penyalahgunaan zat (Kessler et al., 2005).

Peristiwa kematian orang tua merupakan hal yang wajar terjadi ketika anak beranjak dewasa (Aiken, 2001). Walaupun begitu, kematian orang tua merupakan hal yang tidak dapat diperkirakan kapan terjadi dan dapat memberikan dampak signifikan dan dapat memengaruhi pengalaman yang *emerging adults* rasakan di periode perkembangan ini. Menurut penelitian Porter dan Claridge (2021) terhadap *emerging adults* yang berduka akibat kematian orang tua menunjukkan bahwa subjek penelitian mengalami berbagai macam emosi yang bercampur setelah kehilangan orang tua mereka. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Ramadhanti dan Satiningsih (2022) tentang proses berduka pada individu berusia 19-21 tahun yang menemukan bahwa partisipan penelitian merasa tidak percaya, *shock*, marah, menyesal, sedih, tertekan, serta merasa kehilangan setelah kematian ayah mereka. Kehilangan orang tua juga berdampak pada perilaku, di antaranya kesulitan berinteraksi dengan orang lain, kehilangan minat untuk melakukan aktivitas, merasa marah atau terabaikan, kesulitan tidur, serta kesulitan untuk menyeimbangkan aktivitas normal (Scharlach, 1991).

Di tengah peralihan menuju kemandirian, mengalami kehilangan orang tua dapat meningkatkan risiko depresi dan kesulitan penyesuaian pada *emerging adults*. Beberapa penelitian menyebutkan kematian orang tua di masa *emerging adulthood* berhubungan dengan PTSD (*Post-traumatic Stress Disorder*), depresi, meningkatnya tingkat berpisah dalam hubungan asmara, serta menurunnya performa akademik, motivasi dan nilai pada mahasiswa (Berg et al., 2016; Høeg et al., 2018; Melhem et al., 2008; Walker et al., 2011). Selain itu, dampak dari peristiwa kematian orang tua juga akan menuntut individu untuk menyesuaikan diri

dengan perubahan tatanan hidup yang tak dapat dihindari (Fitria et al., 2013), termasuk hal finansial. Beberapa penelitian menemukan bahwa *emerging adults* mengalami kesulitan secara finansial pasca kematian orang tua mereka, yang mengakibatkan mereka kesulitan memenuhi kebutuhan harian, tidak melanjutkan pendidikan dan berpindah-pindah pekerjaan (Nurriyana & Savira, 2021; Porter & Claridge, 2021).

Peristiwa kematian merupakan salah satu sumber stres lingkungan terberat yang dapat dialami individu (Ciccarelli & White, 2015). Dalam menghadapi kematian orang tua yang termasuk stresor terberat, salah satu kapasitas atau kemampuan yang dapat membantu *emerging adults* adalah *hardiness*. Pernyataan tersebut sejalan dengan pendapat Weiss (2002) yang mengatakan bahwa salah satu faktor yang dapat membantu individu dalam menangani situasi tertekan adalah dengan adanya *hardiness*.

*Hardiness* itu sendiri merupakan kombinasi sifat yang dimiliki individu untuk dapat mengatasi situasi-situasi menekan atau stresor (Sadeghpour et al., 2021). Pollock (1989) juga menjelaskan bahwa *hardiness* merupakan salah satu faktor yang membantu individu untuk dapat menghadapi stresor dan beradaptasi dengan masalah-masalah terkait dengan kesehatan. Maddi (2002) menjelaskan bahwa *hardiness* muncul sebagai akibat dari gabungan sifat *commitment*, *control*, dan *challenge* individu ketika menghadapi situasi mengancam yang dapat membentuk sikap dan upaya individu untuk mengatasi kondisi tersebut. Gabungan dari ketiga sifat ini akan memunculkan pola sikap untuk berupaya mengubah situasi menekan menjadi keuntungan atau peluang.

Dalam penelitiannya, Schultz dan Schultz (2010) menemukan bahwa individu yang mempunyai *hardiness* akan selalu mempunyai cara pandang positif sehingga memunculkan harapan untuk bergerak menjadi lebih baik. Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* akan mengidentifikasi situasi stres yang menekannya, kemudian menganalisis apa yang dapat dilakukan untuk menyelesaikannya, dan selanjutnya melaksanakan langkah-langkah untuk mengubah stresor menjadi peluang untuk bertumbuh lebih baik (Maddi, 2013). Rahardjo (dalam Cahyasari, 2008) memaparkan bahwa manfaat *hardiness* bagi individu di antaranya, membantu individu dalam beradaptasi dan lebih memiliki toleransi akan stres, mengurangi kemungkinan terjadinya *burn out* dan penilaian negatif akan situasi mengancam, meningkatkan pengharapan untuk menyukseskan proses *coping*, membuat individu tidak mudah jatuh sakit, membantu individu mengontrol keadaan serta mengambil keputusan dan pembelajaran baik dari situasi menekan atau stres.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Mathews dan Servaty-Seib (2007) pada mahasiswa usia 18 – 25 tahun yang mengalami kehilangan ditemukan bahwa *hardiness* membantu individu dalam meminimalisir simptom negatif yang berkaitan dengan duka. Beberapa penelitian lain terkait kematian orang tercinta juga menyebutkan bahwa individu dengan tingkat *hardiness* yang tinggi akan pulih lebih cepat sebagai responsnya terhadap kehilangan, mengalami peningkatan perilaku mencari pertolongan, memiliki tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah, masalah kesehatan yang lebih sedikit, tingkat harapan dan optimisme yang lebih

tinggi, serta memiliki tingkat PTG (*Post-Traumatic Growth*) yang lebih tinggi (Bennett, 2010; Blanchard et al., 2021; Soulsby & Bennett, 2017).

Berdasarkan pemaparan terkait permasalahan yang dialami *emerging adults* dan dampak kematian orang tua yang mereka rasakan, penting rasanya bagi *emerging adults* untuk memiliki *hardiness* agar memiliki pandangan yang lebih positif akan peristiwa kematian orang tua dan bisa mengatasi permasalahan yang dihadapi dengan lebih baik. Sebelumnya, sudah terdapat beberapa penelitian terkait *hardiness* pada *emerging adults*, seperti penelitian oleh Shifren et al. (2015) tentang hubungan antara *hardiness*, *well-being*, dan simtom depresi pada wanita *emerging adults* yang keluarganya bercerai dan keluarga yang utuh. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan wanita *emerging adults* yang berada pada kelompok keluarga bercerai mendapatkan skor lebih tinggi pada variabel *hardiness* dan dilaporkan lebih sejahtera serta lebih sedikit gejala depresi.

Selanjutnya, penelitian oleh Agustini (2020) tentang kepribadian *hardiness* pada dewasa awal yang orang tuanya bercerai dan masih hidup. Penelitian ini menunjukkan bahwa partisipan memiliki *hardiness* dalam dirinya dengan menunjukkan sikap optimisme terhadap masa depannya, dapat melihat hidupnya dengan sudut pandang yang positif, merasa bersyukur, dan tidak melarikan diri dari masalah atau melukai diri sendiri. Hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah belum ditemukan penelitian terkait gambaran *hardiness* pada *emerging adults* pasca kematian orang tua. Selain itu, dikarenakan minimnya penelitian terkait *hardiness* pada *emerging adults*, maka peneliti ingin melakukan

penelitian ini agar dapat mengetahui seperti apa *hardiness* pada *emerging adults* pasca kematian orang tua.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Seperti apa *hardiness* pada *emerging adults* pasca kematian orang tua?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seperti apa *hardiness* pada *emerging adults* pasca kematian orang tua.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi baru yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis dan perkembangan mengenai seperti apa *hardiness* pada *emerging adults* pasca kematian orang tua yang disertai data secara deskriptif.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Selain secara teoritis, diharapkan penelitian ini bermanfaat juga secara praktis, antara lain:

- a. Dapat memberikan pemahaman mengenai *hardiness* pada *emerging adults* pasca kematian orang tua untuk menyikapi kondisinya dengan lebih baik agar dapat menjalani penyesuaian diri dengan cara yang sehat dan adaptif.

- b. Dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat luas seperti apa *hardiness* pada *emerging adults* setelah mengalami peristiwa kematian orang tua.
- c. Dapat dijadikan sumber referensi bagi peneliti selanjutnya yang meneliti kajian yang serupa.

