

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Emerging adulthood adalah suatu periode perkembangan individu dari masa remaja akhir hingga usia dua puluh tahun akhir, yang berfokus secara spesifik di usia 18 hingga 25 tahun (Arnett, 2015). Individu yang tengah melalui periode perkembangan ini disebut dengan *emerging adult*. Periode ini identik dengan kemandirian yang relatif dari peran sosial serta ekspektasi normatif. Kemandirian yang dimaksud disini ialah *emerging adult* telah meninggalkan ketergantungannya pada masa kanak-kanak dan remaja namun belum memiliki tanggung jawab yang secara normatif akan dialami pada masa dewasa. Pada periode perkembangan ini *emerging adult* melakukan eksplorasi terkait kehidupannya baik cinta, pekerjaan, dan cara pandang terhadap dunia (Arnett, 2000).

Emerging adulthood menggambarkan adanya perubahan-perubahan dalam konteks kognitif, emosional, fisik individu, dan juga dalam segi sosial. Jalur yang akan dipilih oleh *emerging adult* ditentukan oleh interaksi yang bersifat resiprokal secara dinamis dan berkelanjutan antara individu dengan lingkungannya. Jalur dan eksplorasi peran yang beragam pada *emerging adult* menghasilkan potensi bertumbuhnya fungsi emosional dan intelektual (Arnett, 2000 dalam Wood, et al., 2018).

Menurut Learner dan Overton (2008), arah perkembangan yang muncul pada *emerging adulthood* ditentukan oleh beberapa interaksi antara individu dan konteks hidup yang saling memengaruhi dan bercabang (*bidirectional*). Individu pada masa ini berperan sebagai *co-developers* dalam jalur perkembangannya sendiri, melakukan respon yang adaptif terhadap berbagai konteks seperti biologis, kultural, dan lingkungan fisik yang mereka pengaruhi dan sebaliknya memengaruhi mereka. Apabila individu mampu menjalani tantangan perkembangan yang ada pada *emerging adulthood*, maka ia mampu memengaruhi arah perkembangan yang nantinya menentukan aspek penting dalam kehidupan dewasanya seperti hidup yang mandiri, hubungan intim, dan juga pencapaian baik secara kejuruan maupun pendidikan (Wood, et al., 2018).

Emerging adulthood memiliki perbedaan dengan periode perkembangan remaja dan dewasa muda. Perbedaan periode *emerging adulthood* dengan periode perkembangan remaja dapat dilihat dari pemilihan tempat tinggal. *Emerging adult* kebanyakan sudah meninggalkan rumah tempat tinggalnya, sedangkan remaja masih tinggal bersama orangtua mereka. Keadaan fisik individu pada dua periode perkembangan ini juga berbeda, karena pada masa remaja individu akan mengalami pubertas sedangkan pada *emerging adulthood*, individu sudah memiliki organ reproduksi yang sempurna. Kebebasan untuk mengejar edukasi pada dua periode ini juga berbeda dimana individu pada masa remaja kebanyakan akan berada di sekolah menengah, sedangkan pada *emerging adulthood* individu memiliki kebebasan untuk menentukan arah pencapaian edukasinya (Arnett, 2015).

Arnett (2015), menyatakan bahwa individu yang tengah berada di usia akhir remaja hingga pertengahan dua puluh tahun merasa bahwa mereka belum mencapai kedewasaan. Individu merasa bahwa mereka tengah berada diantara dua periode perkembangan remaja dan dewasa, sehingga *emerging adulthood* dianggap lebih pantas untuk menggambarkan keadaan ini dibandingkan dengan periode perkembangan dewasa muda. Selain itu periode perkembangan dewasa muda juga memiliki cakupan rentang usia yang lebih luas dimulai ketika individu berusia 18 hingga 40 tahun. Kebanyakan *emerging adult* masih membutuhkan edukasi, pelatihan, dan pengalaman bekerja sebagai persiapan untuk memiliki pekerjaan jangka panjang, namun individu yang berada di usia 30 tahun keatas sudah memiliki pekerjaan yang stabil. Selain itu, *emerging adult* juga belum memutuskan untuk menikah, sebaliknya individu yang berada di usia 30 tahun keatas sudah menikah dan memiliki anak. Periode perkembangan dewasa muda lebih sesuai digunakan bagi mereka yang sudah berumur 30 tahun, yang masih tergolong muda namun sudah lebih dewasa dari individu dalam periode perkembangan *emerging adulthood* (Arnett, 2015).

Pada masa ini, *emerging adult* dapat merubah hidupnya ke arah yang lebih baik atau buruk. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Galambos, Barker, & Krahn (2006) menyebutkan bahwa kesejahteraan pada *emerging adult* lebih tinggi apabila dibandingkan dengan remaja (Schwartz, 2016). Namun, pada penelitian yang dilakukan oleh Rein-herz, Paradis, Gianconia, Stashwick, & Fitzmaurize (2003) ditemukan bahwa pada *emerging adult* gejala kecemasan dan depresi semakin memburuk (Schwartz, 2016). Studi epidemiologi di Amerika

menunjukkan prevalensi berbagai gangguan kesehatan mental melebihi 40% pada individu berusia 18-29 tahun. Data ini menunjukkan persentase gangguan kesehatan mental yang paling tinggi dibandingkan kelompok usia lain terutama pada gangguan kecemasan, gangguan mood, dan penyalahgunaan zat (Arnett, Zukauskienė, & Sugimura, 2014). Sebuah survei yang dilakukan oleh *American College Health Association* terhadap 16.000 mahasiswa menunjukkan bahwa sebanyak 10% dari mahasiswa didiagnosis mengalami depresi, 3,3% diantaranya adalah laki-laki dan 1,7% adalah perempuan yang sedang menjalankan terapi untuk depresi (Berry, 2004).

Pada *emerging adulthood* terdapat lima karakteristik periode perkembangan yaitu *identity exploration*, *instability*, *self-focus*, *feeling in-between*, dan *possibilities/optimism*. Masing-masing karakteristik ini memiliki implikasi pada kesehatan mental *emerging adult*. Pada *identity exploration*, *emerging adult* melakukan pencarian jati diri mereka yang sesungguhnya dan juga mencoba pilihan hidup yang berbeda terutama dalam segi cinta dan pekerjaan (Arnett, 2015). Ketika pencarian jati diri dilakukan individu dapat beranggapan bahwa hal tersebut terasa menyenangkan, namun ada juga individu yang merasa kebingungan dan tidak mampu menentukan pilihan hidupnya. Akibatnya perasaan cemas dan tertekan sering terjadi pada *emerging adult* (Arnett, Zukauskienė, & Sugimura, 2014). *Instability* merupakan keadaan yang tidak stabil dalam periode ini pada cinta, pekerjaan, dan tempat tinggal (Arnett, 2015). Ketidakstabilan ini mampu mempengaruhi perasaan tertekan dan cemas pada *emerging adult* (Arnett, Zukauskienė, & Sugimura, 2014). *Self-focus* merupakan waktu dimana kewajiban

terhadap orang lain mencapai titik terendah dalam rentang kehidupan (Arnett, 2015). *Emerging adult* memiliki waktu untuk dirinya sendiri namun fokus tersebut juga berdampingan dengan rendahnya dukungan sosial dan munculnya depresi (Arnett, Zukauskienė, & Sugimura, 2014). *Feeling in-between* adalah masa transisi dimana *emerging adult* bukanlah seorang remaja ataupun orang dewasa (Arnett, 2015). karakteristik ini mampu memunculkan perasaan tertekan dan cemas pada *emerging adult*, terutama yang merasa bahwa mereka harus lebih dewasa dibandingkan usianya saat ini (Arnett, Zukauskienė, & Sugimura, 2014). *Possibilities/optimism*, dimana *emerging adult* memiliki harapan yang besar dan juga memiliki kesempatan yang besar untuk mengubah hidup mereka (Arnett, 2015). Pada *emerging adult* yang tidak memiliki kepercayaan bahwa hidup mereka akan baik-baik saja memiliki resiko yang tinggi untuk mengalami depresi dan kecemasan (Arnett, Zukauskienė, & Sugimura, 2014).

Keputusasaan merupakan suatu keadaan dimana individu memiliki ekspektasi yang negatif terhadap dirinya dan masa depannya (Stotland, 1969 dalam Beck, Weissman, Lester, & Trexler, 1974). Penelitian yang dilakukan oleh Arnett, Zukauskienė, & Sugimura (2014), menyebutkan bahwa pada masing-masing karakteristik periode perkembangan *emerging adulthood* terdapat implikasi kesehatan mental diantaranya perasaan cemas dan tertekan, kecemasan, dan depresi (Arnett, Zukauskienė, & Sugimura, 2014). Dalam beberapa penelitian keputusasaan dikatakan berhubungan dengan depresi dan kecemasan. Penelitian Beck et al. (1988 dalam Haatainen, et al., 2004) yang dilakukan pada sampel klinis, menemukan bahwa keputusasaan merupakan atribut yang spesifik dari

depresi dan juga memiliki hubungan yang dapat diabaikan dengan kecemasan atau psikopatologi umum apabila pengaruh dari depresi dipisahkan. Sedangkan pada penelitian dengan sampel non-klinis ditemukan bahwa keputusasaan adalah prediktor dari depresi (Rholes et al. 1985; Alford et al. 1995 dalam Haatainen, et al., 2004).

Keputusasaan pada *emerging adult* dapat muncul akibat kecemasan, kesulitan pada ranah akademik, dan jenis kelamin. Studi yang dilakukan oleh Rana et al. (2014) menemukan bahwa kecemasan dengan keputusasaan memiliki hubungan yang positif. Apabila tingkat kecemasan meningkat maka hal tersebut berefek pula dengan meningkatnya keputusasaan. Berbeda dengan penelitian milik Beck et al. (1988 dalam Haatainen, et al., 2004) dalam penelitian ini ditemukan bahwa kecemasan adalah faktor penyebab utama keputusasaan. Kecemasan seringkali dihubungkan dengan ambiguitas dan emosi negatif. Meningkatnya kecemasan diketahui mampu menyebabkan efek negatif terhadap individu. Adanya perasaan negatif dalam hidup seseorang dapat menyebabkan seseorang untuk kehilangan harapan (Rana, Lall, Mishra, Nandinee, & Vincent, 2014).

Lima dimensi pada kecemasan memiliki pengaruh gabungan pada keputusasaan, namun hanya dua dimensi yaitu kemampuan kontrol diri yang rendah dan tekanan, yang secara signifikan berhubungan dengan keputusasaan. Jenis kelamin juga secara signifikan memiliki pengaruh terhadap keputusasaan, Laki-laki memiliki tingkat keputusasaan yang lebih tinggi dibanding perempuan. Kesulitan pada ranah akademik juga mampu memprediksi terjadinya

keputusan. Pendidikan tinggi serta ekspektasi untuk dapat melalui kegiatan akademik dengan baik memiliki peran yang penting dalam kehidupan *emerging adult*. Pencapaian akademik merupakan salah satu determinan penentu dalam menentukan karir, adanya kesulitan pada ranah ini mungkin berkontribusi terhadap meningkatnya tingkat keputusan (Rana, Lall, Mishra, Nandinee, & Vincent, 2014).

Keputusan pada awalnya dipelajari secara umum melalui teori *learned helplessness* milik Seligman (1972). Dalam teori ini individu yang berulang kali mendapatkan stimulus yang tidak terkontrol dan tidak menyenangkan akan memercayai bahwa situasi tersebut tidak dapat dihindari dan memunculkan rasa tidak berdaya. Ketidakberdayaan ini menimbulkan depresi. Namun teori ini dikatakan kurang mampu untuk menjelaskan rasa depresi yang muncul akibat stresor yang tidak terkontrol, maka Abramson et al. (1989) menciptakan teori baru yang disebut *hopelessness theory of depression*. Teori tersebut menjelaskan bahwa atribusi kausal yang dibentuk oleh individu sebagai respon pengalaman negatif, memengaruhi resiko mereka untuk merasa depresi. Individu akan membentuk atribusi kausal dalam tiga dimensi, yaitu internal ke eksternal, stabil ke tidak stabil, dan dari menyeluruh ke spesifik. Dalam teori dijelaskan bahwa individu yang mengatribusikan pengalaman negatif secara internal, stabil, dan menyeluruh akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk menimbulkan depresi (Liu, Kleiman, Nestor, & Cheek, 2015).

Haatainen et al. (2004), menyebutkan bahwa faktor sosiodemografi dapat memengaruhi keputusan. Pada populasi umum di Finlandia keputusan

secara signifikan dipengaruhi oleh keadaan finansial, kesehatan, dan ketika kemampuan untuk bekerja dibatasi. Selain itu ketidakpuasan dalam hidup, gejala depresi, *alexithymia*, dan ide bunuh diri terbukti menjadi faktor yang paling berpengaruh terhadap tingkat keputusasaan normal hingga berat. Menurut Morselli (2016), keputusasaan dapat dijelaskan melalui dua tingkat, yaitu secara individu dan konteks. Secara individu keputusasaan dipengaruhi oleh kepribadian dan pengalaman hidup sedangkan secara konteks dipengaruhi oleh lingkungan tempat individu tinggal.

Kepribadian adalah komponen biologis yang dimiliki oleh masing-masing individu atau berdasarkan keturunan dan pengaruh lain, dalam kehidupan kepribadian dapat dipengaruhi oleh banyak faktor yang nantinya terbentuk menjadi pola kebiasaan, kognisi, dan pola emosional (Corr & Matthews, 2009). Keluarga dan teman dapat memengaruhi pembentukan kepribadian. Hubungan positif antara individu dengan lingkungannya dapat membantu individu menciptakan kepribadian yang positif sedangkan hubungan yang negatif dapat memengaruhi individu untuk menciptakan kepribadian yang negatif (Erdoğan et al., 2005; William & Thomas, 2003; Michael et al., 1990 dalam Mutlu, Balbag, & Cemrek, 2010).

Kepribadian dapat dijelaskan melalui banyak pendekatan, salah satunya melalui pendekatan *trait*. Kepribadian *big five* merupakan salah satu model kepribadian *trait* yang dapat menjelaskan perbedaan individu secara luas (Bayrami, et al., 2012). Kepribadian *big five* terdiri atas *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, dan *neuroticism* (Novikova,

2013). Pendekatan *trait* dapat digunakan untuk menjelaskan keputusan karena menurut teori kognitif keputusan merupakan bagian dari *trait* atau anteseden pada kepribadian (Henkel, Bussfeld, Möller, & Hegerl, 2002).

Bayrami et al. (2012) melakukan studi terhadap 120 mahasiswa, temuan dari studi tersebut yaitu adanya hubungan positif dan signifikan dari *conscientiousness* dan *neuroticism* terhadap keputusan, sebaliknya ditemukan hubungan negatif dan signifikan dengan *extraversion* dan *agreeableness*. Tidak ditemukan hubungan apapun dari *openness* dengan keputusan. *Extraversion* dan *agreeableness* memunculkan harapan sedangkan *conscientiousness* dan *neuroticism* memiliki efek langsung terhadap keputusan (Bayrami, et al., 2012). *Neuroticism* merupakan salah satu dimensi kepribadian yang ditandai dengan munculnya kecenderungan untuk mengalami afek negatif dan depresi (Bagby, Joffe, Parker, Kalembe, & Harkness, 1995; Duggan, Sham, Lee, Minne, & Murray, 1995; Enns & Cox, 1997 dalam Chioqueta & Stiles, 2005).

Keputusan dengan *neuroticism* secara signifikan berhubungan dengan depresi, keputusan, dan ide bunuh diri. Selain itu, *extraversion* memiliki hubungan negatif dengan depresi dan keputusan. *Extraversion* menggambarkan dimensi independen dari efektivitas positif. *Openness to experience* secara signifikan dan positif berhubungan dengan depresi (Chioqueta & Stiles, 2005). Individu yang terbuka akan mengalami emosi positif dan negatif yang lebih kuat dibandingkan individu yang tidak terbuka (Costa & McCrae, 1992 dalam Chioqueta & Stiles, 2005).

1.2 Identifikasi Masalah

Emerging adulthood adalah suatu periode perkembangan individu dari masa remaja akhir hingga usia dua puluh tahun akhir, yang berfokus secara spesifik di usia 18 hingga 25 tahun (Arnett, 2015). Periode ini identik dengan kemandirian yang relatif dari peran sosial serta ekspektasi normatif. Kemandirian yang dimaksud disini ialah *emerging adult* telah meninggalkan ketergantungannya pada masa kanak-kanak dan remaja namun belum memiliki tanggung jawab yang secara normatif akan dialami pada masa dewasa. Pada periode perkembangan ini *emerging adult* melakukan eksplorasi terkait kehidupannya baik cinta, pekerjaan, dan cara pandang terhadap dunia (Arnett, 2000).

Pada masa ini, *emerging adult* dapat merubah hidupnya ke arah yang lebih baik atau buruk. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Galambos, Barker, & Krahn (2006) menyebutkan bahwa kesejahteraan pada *emerging adult* lebih tinggi apabila dibandingkan dengan remaja (Schwartz, 2016). Namun, pada penelitian yang dilakukan oleh Rein-herz, Paradis, Gianconia, Stashwick, & Fitzmaurize (2003) ditemukan bahwa pada *emerging adult* gejala kecemasan dan depresi semakin memburuk (Schwartz, 2016). Dalam beberapa penelitian keputusan dikatakan berhubungan dengan depresi dan kecemasan.

Keputusan merupakan suatu keadaan dimana individu memiliki ekspektasi yang negatif terhadap dirinya dan masa depannya (Stotland, 1969 dalam Beck, Weissman, Lester, & Trexler, 1974). Menurut Morselli (2016), keputusan dapat dijelaskan melalui dua tingkat, yaitu secara individu dan konteks. Secara individu keputusan dipengaruhi oleh kepribadian dan

pengalaman hidup sedangkan secara konteks dipengaruhi oleh lingkungan tempat individu tinggal. Kepribadian adalah komponen biologis yang dimiliki oleh masing-masing individu atau berdasarkan keturunan dan pengaruh lain, dalam kehidupan kepribadian dapat dipengaruhi oleh banyak faktor yang nantinya terbentuk menjadi pola kebiasaan, kognisi, dan pola emosional (Corr & Matthews, 2009).

Five factor model merupakan deksripsi struktur kepribadian yang paling komprehensif. Tipe kepribadian ini terdiri dari *openness*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, dan *neuroticism* (Costa & McCrae, 1992 dalam Chioqueta & Stiles, 2005). Pada periode perkembangan *emerging adulthood*, terdapat salah satu karakteristik periode perkembangan yaitu *possibilities/optimism*. Karakteristik ini menggambarkan peluang masa depan yang luas, sehingga individu cenderung untuk memiliki harapan yang tinggi serta ekspektasi yang tinggi pada kehidupannya. Harapan maupun keputusan merupakan refleksi individu untuk mencapai tujuannya (Bayrami, et al., 2012). Keputusan berhubungan dengan trait kepribadian *neuroticism* yang ditandai dengan kecenderungan untuk mengalami afek negatif dan juga *extraversion* yang menggambarkan keadaan emosi positif dan kecenderungan untuk mengalami emosi positif (Chioqueta & Stiles, 2005). Tingkat *neuroticism* yang tinggi menyebabkan keputusan pada individu meningkat, sedangkan tingkat *extraversion* yang tinggi menyebabkan keputusan pada individu menurun (Velting, 1999 dalam Chioqueta & Stiles, 2005).

Studi yang dilakukan oleh Bayrami et al. (2012) menemukan adanya hubungan positif dan signifikan dari *conscientiousness* dan *neuroticism* terhadap keputusan, sebaliknya ditemukan hubungan negatif dan signifikan dengan *extraversion* dan *agreeableness*. Tidak ditemukan hubungan apapun dari *openness* dengan keputusan. *Extraversion* dan *agreeableness* memunculkan harapan sedangkan *conscientiousness* dan *neuroticism* memiliki efek langsung terhadap keputusan.

Studi yang dilakukan oleh Chioqueta & Stiles (2005), menemukan adanya hubungan positif antara *neuroticism* dengan keputusan dan hubungan negatif *extraversion* dengan keputusan. Pada studi yang dilakukan oleh Mutlu, Balbag, & Cemrek (2010), *extraversion* dan *conscientiousness* berhubungan negatif dengan keputusan sedangkan *neuroticism* dan *agreeableness* berhubungan positif dengan keputusan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Velting (1999), keputusan berkorelasi positif dengan *neuroticism* dan berkorelasi negatif dengan *extraversion* dan *conscientiousness*.

1.3 Batasan Masalah

1.3.1. *Emerging Adult*

Emerging adulthood adalah suatu periode perkembangan individu dari masa remaja akhir hingga akhir dua puluh tahun, yang berfokus secara spesifik di usia 18 hingga 25 tahun (Arnett, 2015). *Emerging adulthood* memiliki lima karakteristik yaitu *identity exploration*, *instability*, *self-focus*, *feeling in-between*, dan *possibilities / optimism* (Arnett, 2015).

1.3.2. Keputusasaan

Keputusasaan merupakan suatu keadaan dimana individu memiliki ekspektasi yang negatif terhadap dirinya dan masa depannya (Stotland, 1969 dalam Beck, Weissman, Lester, & Trexler, 1974).

1.3.3. Kepribadian *Big Five*

Five factor model merupakan versi kontemporer dari model faktor kepribadian yang dikembangkan melalui kerangka kerja teori sifat. Tipe kepribadian *big five* merupakan dimensi yang paling dasar dari struktur kepribadian manusia yang menentukan ragam pikiran manusia, perasaan, dan perilaku. Model kepribadian ini mengusulkan bahwa setiap orang terlepas dari gender, usia, atau budaya, memiliki sifat dasar yang sama namun berbeda dalam manifestasinya. Model ini memiliki dimensi *Openness to Experience (O)*, *Conscientiousness (C)*, *Extraversion (E)*, *Agreeableness (A)*, and *Neuroticism (N)* (Novikova, 2013).

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian, maka terdapat beberapa rumusan masalah, yaitu :

1. Apakah terdapat hubungan antara dimensi kepribadian *openness to experience* dengan keputusasaan pada *emerging adult*?
2. Apakah terdapat hubungan antara dimensi kepribadian *conscientiousness* dengan keputusasaan pada *emerging adult*?
3. Apakah terdapat hubungan antara dimensi kepribadian *extraversion* dengan keputusasaan pada *emerging adult*?

4. Apakah terdapat hubungan antara dimensi kepribadian *agreeableness* dengan keputusan pada *emerging adult*?
5. Apakah terdapat hubungan antara dimensi kepribadian *neuroticism* dengan keputusan pada *emerging adult*?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini berdasarkan rumusan masalah penelitian diatas, yaitu :

1. Mengetahui hubungan dimensi kepribadian *openness to experience* dengan keputusan pada *emerging adult*.
2. Mengetahui hubungan dimensi kepribadian *conscientiousness* dengan keputusan pada *emerging adult*.
3. Mengetahui hubungan dimensi kepribadian *extraversion* dengan keputusan pada *emerging adult*.
4. Mengetahui hubungan dimensi kepribadian *agreeableness* dengan keputusan pada *emerging adult*.
5. Mengetahui hubungan dimensi kepribadian *neuroticism* dengan keputusan pada *emerging adult*.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini secara teoritik dapat memberikan pengetahuan tambahan mengenai tipe kepribadian, keputusan, dan *emerging adult*. Selain itu penelitian ini juga dapat digunakan untuk mengembangkan kajian Psikologi

Klinis mengenai hubungan antara tipe kepribadian dengan keputusan pada *emerging adult*.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Psikolog

Hasil penelitian ini diharapkan mampu membantu psikolog untuk mengembangkan program preventif bagi *emerging adult* agar tidak merasa putus asa dalam melaksanakan tugas perkembangannya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu untuk memberikan referensi bagi penelitian berikutnya terkait dengan tipe kepribadian dan keputusan pada *emerging adult*.