

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. LATAR BELAKANG

Dunia sedang dilanda pandemi virus corona. Virus ini awalnya ditemukan di Wuhan, Tiongkok pada akhir bulan Desember pada tahun 2019 lalu. Pada awal 2020 virus ini berhasil menyebar ke seluruh penjuru dunia hingga menyebabkan banyak terjadi masalah pada negara-negara yang terkontaminasi. SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*) atau disebut dengan *Covid-19* memiliki ukuran yang sangat kecil yaitu hanya 120 nanometer bahkan virus ini hampir tidak terdeteksi. Organisasi kesehatan Internasional (WHO) menetapkan *Covid-19*, sebagai wabah global oleh sebab itu, negara-negara di dunia memiliki cara penanganan yang cenderung mirip satu sama lainnya. Penerapan penanganan ini seperti *Social distancing*, *lockdown* dan PPKM. Semuanya memiliki tujuan yang sama yakni untuk menurunkan angka penyebaran virus *Covid-19*. UNICEF menyatakan bahwa virus *Covid-19* ini dapat ditularkan melalui kontak langsung dengan percikan dahak orang yang terinfeksi (melalui batuk dan bersin) dan dapat tertular jika bersentuhan langsung dengan orang yang terkontaminasi virus.

Tercatat oleh [JHU CSSE COVID-19 Data](#) dan [Our World in Data](#) untuk bulan September, kasus *covid* di dunia mencapai angka 219 juta orang dengan total orang yang meninggal dunia sebesar 4,55 juta, di Indonesia sendiri angka

kasus *covid-19* mencapai 4,19 juta dengan total orang yang meninggal dunia sebesar 140.000 jiwa. Dikutip dari media *online* Kompas.com (Tatang Guritno) ada 55.936 kasus aktif *covid* di Indonesia, di mana kasus aktif ini ialah jumlah penduduk Indonesia yang tercatat positif *covid-19* dan sedang dirawat di rumah sakit ataupun isolasi mandiri dirumah. Data pemantauan *covid-19* mengungkapkan tentang kisaran usia yang paling banyak terdeteksi positif virus corona yakni di dua kelompok usia yakni 20-29 tahun dengan jumlah pria dan wanita yang terpapar *covid-19* 10.089 jiwa dan di usia 30-39 tahun dengan jumlah usia pria dan wanita yang terpapar *covid-19* 11.707 jiwa, ini merupakan rata-rata kelompok usia dewasa awal (Hurlock,2009) mengungkapkan masa dewasa awal dimulai pada umur 18-40 tahun di mana pada masa ini terjadi perubahan-perubahan fisik dan dan psikologis.

Pada usia dewasa awal orang akan mengembangkan kontrol emosi dan mulai mengambil tanggung jawab untuk dirinya sendiri, (Nelson dkk (dalam Santrock 2011)). Masa dewasa awal, merupakan titik di mana seseorang menghadapi tekanan dan resiko yang besar dari masalah sosial dan perkembangannya, namun mempunyai fisik dan optimisme yang yang kuat dan optimal dalam dirinya. Di beberapa negara maju masa dewasa awal ditandai dengan transisi dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi, (Bowman,2010 (dalam Santrock 2011)). Di masa dewasa awal individu akan mengakhiri masa pertumbuhannya dan mulai tahap di mana seseorang tersebut harus bisa membangun hubungan dengan orang lain (Hurlock,1999). Pada usia dewasa awal individu akan mulai bertanggung jawab atas dirinya untuk memenuhi tugas perkembangannya, individu akan memulai mencari pasangan, bekerja memulai hidup berkeluarga, mengurus anak, terlibat dalam urusan

sosial dan berbaur dalam kehidupan bermasyarakat. Masa dewasa awal adalah masa ketika orang mencoba untuk mengambil alih hidup. Salah satu cara untuk mencapainya adalah dengan memenuhi kebutuhan finansial, yang dapat dipenuhi dengan melakukan pekerjaan yang menghasilkan barang atau jasa atau mulai melanjutkan pendidikan. Orang akan mengalami krisis internal (Hurlock,2004). Santrock( 2019) menyatakan bahwa ada masa peralihan dari remaja ke dewasa yang disebut juga *emerging adulthood*, berada pada rentang usia 18-25 tahun. Pada masa ini seorang individu akan melanjutkan ke tingkat perguruan tinggi, oleh karena itu mahasiswa dituntut untuk mejadi dewasa dan mempelajari ilmu serta gaya hidup yang baru; berguna meningkatkan kemandirian, mengambil tanggung jawab.

Pandemi *covid-19* memberi efek kesehatan psikologis pada sebagian besar orang. Penyesuaian orang terhadap situasi pandemi ini akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-Being*) orang, kondisi psikologis bisa mempengaruhi tubuh dalam melawan virus yang ada. Pemberitahuan terkait masalah pandemi di berbagai *platform* media sosial juga membuat orang semakin cemas dan terganggu secara mental, karena rasa takut terjangkau dan sebagainya. Informasi yang diterima mengenai kondisi pandemi saat ini akan mempengaruhi respon yang ditimbulkan dalam diri individu. Hal tersebut sangat penting bagi pemerintah dan masyarakat untuk memperhatikan kondisi kesejahteraan psikologis tiap individu, karena beberapa riset mengatakan bahwa imunisasi dapat membantu untuk melawan pandemi. Pandemi *covid-19* juga memberikan dampak kepada mahasiswa di seluruh dunia dengan perubahan sistem pembelajaran dari pertemuan tatap muka menjadi pertemuan yang dilakukan secara *online*. Beberapa mahasiswa

mengalami kesulitan akibat perubahan sistem pembelajaran ini, ini disebabkan oleh lokasi tempat tinggal, jaringan internet, kuota internet, serta timbulnya rasa cemas dan gelisah, akibat perubahan yang disebabkan oleh pandemi *covid-19*, masalah-masalah ini akan menimbulkan kondisi kesejahteraan psikologis dari mahasiswa.

Faktor fisik, mental, sosiokultural, dan spiritual semuanya akan terkait dengan kesejahteraan psikologis. Setiap orang memiliki kekebalan fisik dan mental yang tinggi, pandemi akan mudah ditaklukkan. Orang yang tidak bahagia tidak dapat menjadi masyarakat yang berkembang dengan kesejahteraan, dan masyarakat seperti itu pada gilirannya tidak dapat menciptakan kesejahteraan orang lain. Ada dua jenis kesejahteraan yang berlaku untuk orang: internal (subjektif) dan eksternal (objektif).

Konsep mengenai kesejahteraan psikologis akan memiliki banyak keberagaman jika dibahas satu per-satu. Ada yang membahas konsep kesejahteraan psikologis meliputi unsur-unsur psikologi yang ada pada individu, ada pula yang melihat sebagai suatu kesejajaran subjektif tergantung pada diri individu itu sendiri. Hal ini pada akhirnya melahirkan konsep-konsep seperti *happiness*, *subjective well-being* dan *Psychological Well-Being*, ketika hal ini tetap menggambarkan kondisi psikologis individu yang optimal, bahagia dan hidup sesuai dengan apa yang diharapkan.

Kesejahteraan psikologis atau *Psychological Well-Being* akan merujuk pada kemampuan dan potensi yang dimiliki oleh seorang individu dalam menerima dirinya dengan segala bentuk tanpa melihat dari kelebihan dan kekurangan serta selalu bersikap positif terhadap pengalaman yang sudah terjadi (Well,2010) *Psychological Well-Being*, penyesuaian terhadap

lingkungan dan menerima diri akan mempengaruhi tingginya *Psychological Well-Being*. Berkaitan dengan konsep kesejahteraan psikologis, Ryff (1989 dalam Wells 2010) mengajukan model multidimensional yang tersusun atas enam dimensi, yaitu *Self-acceptance*, *Positive relations with others*, *Autonomy*, *Environmental mastery*, *Purpose in life*, dan *Personal growth*.

Pada Tanggal 18 September 2021 sampai dengan tanggal 27 Oktober 2021, peneliti melakukan wawancara kepada beberapa orang dewasa awal untuk mencari tahu secara lebih mendalam terkait ada tidaknya masalah pada *Psychological Well-Being* pada orang dewasa awal di masa pandemi *covid-19* ini. Berdasarkan hasil wawancara peneliti menemukan bahwa terdapat orang dewasa awal yang menunjukkan tanda-tanda mengalami masalah pada *Psychological Well-Being* nya di masa pandemi ini. Berikut kutipan wawancara tersebut:

*“saya merasa sedikit stres akibat pandemi yang terjadi saat ini, hal itu karena tugas kuliah yang diberikan semakin banyak, walaupun kegiatan diluar saya berkurang dan secara fisik lebih baik dari sebelum pandemi, namun secara mental saya lemah”.*

*“sikap positif yang paling pertama mungkin, menjaga protokol kesehatan seperti yang dianjurkan bawa hand sanitizer, pakai masker terus tidak terlalu berpikiran buruk tentang covid walaupun covid ada dan berbahaya tapi, saya mencoba berpikir positif dan saya akan baik-baik saja”*

AL-(21 Tahun

Mahasiswa)

*Saya jadi sering mageran dan suka marah-marah dengan orang sekitar saya jika terlalu banyak tugas kuliah yang diberikan, ditambah lagi saya sedang*

*mengerjakan proposal saya jadi lebih sensitif dengan orang lain.*

*Y-(21 tahun mahasiswa)*

*Saya sering merasa stres sendiri di kos karena pandemi ini saya lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain hp di kamar,kadang saya sering ikut acara-acara yang melibatkan banyak orang di masa pandemi ini. Saya suka keluar bersama teman-teman untuk jalan-jalan atau sekedar duduk berkumpul untuk menghilangkan rasa jenuh dan stres hanya berada di kos saja.*

*AG-(21 tahun mahasiswa)*

Berdasarkan hasil wawancara pada seorang mahasiswa AL,Y dan AG mengungkapkan bahwa, dengan adanya pandemi ini permasalahan-permasalahan yang muncul akibat perkuliahan online membuat kesehatan mental menjadi lemah. Hal ini tidak sesuai dengan aspek *Psychological Well-Being* mengenai *environmental mastery* atau penguasaan lingkungan yang dimana seorang individu harus bisa mengolah dan mengontrol lingkungannya dan juga hal ini tidak sejalan dengan yang dikemukakan oleh (Suleman et,al.2018) bahwa individu yang memiliki *Psychological Well-Being* yang tinggi akan merasakan emosi dan perspektif yang positif mengenai masa depan dan dapat mengurangi rasa cemas dan stres akibat padatnya beban kerja. Mahasiswa A juga mengatakan bahwa dirinya bersikap positif dengan situasi pandemi yang terjadi saat ini dengan mengikuti protokol kesehatan dan tidak terlalu berpikir buruk mengenai masalah pandemi ini dan berpikir positif bahwa semuanya baik-baik saja,namun subjek A tidak dapat menyesuaikan diri

dengan perubahan situasi dan kondisi sehingga membuatnya merasa sedikit stres. Sikap positif yang dikatakan oleh mahasiswa A ini dapat dikaitkan dengan bentuk penerimaan diri atau *self acceptance* dalam aspek *Psychological Weel-Being*, *Self acceptance* merupakan bentuk dari sikap positif seseorang terhadap dirinya sendiri dengan menerima segala aspek dalam dirinya.

Pada wawancara yang dilakukan pada orang dewasa awal lainnya yang berinisial AG dan AL yang merupakan mahasiswa di kota Kupang dan Yogyakarta juga mengungkapkan, bahwa dirinya tidak dapat mengambil keputusan sendiri ketika ingin melakukan sesuatu hal, dirinya akan melakukan konsultasi dahulu dan meminta pendapat dari orang tua dan teman-temanya. Hal ini diketahui melalui kutipan wawancara berikut ini:

*“Saya selalu menghubungi orang tua saya sebelum melakukan sesuatu, terutama mengambil keputusan untuk hal-hal yang besar masalahnya. Saya juga bertanya pendapat teman saya mengenai masalah yang sedang saya hadapi.”*

(AG-21 Tahun mahasiswa)

*“Saya selalu ijin orang tua terlebih dahulu sebelum keluar dari kos untuk melakukan sesuatu di masa pandemi ini.”*

(AL-21 tahun mahasiswa)

*“Kebetulan saya punya kaka laki-laki yang tinggal dekat dengan saya di Malang, jadi selalu ijin atau konsultasi dulu kalau mau buat sesuatu”*

LW(-23 tahun mahasiswa)

Berdasarkan kutipan wawancara di atas, dapat diketahui bagaimana subjek AG dan AL yang berusia 21 tahun yang belum dapat mengambil keputusannya sendiri dalam melakukan sesuatu hal. Berdasarkan yang dikemukakan oleh Dariyo (2003) bahwa seorang individu dewasa awal seharusnya tidak lagi bergantung dengan orang lain dirinya juga harus bisa bertanggung jawab untuk ekonomi, fisiologis dan sosiologisnya. Hal ini juga tidak sejalan dengan aspek *autonomy* atau otonomi pada *Psychological Well-Being* yang mana dikatakan bahwa individu yang otonomi ialah individu yang dapat membuat keputusan sendiri, mandiri dan menghindari tekanan sosial.

Hasil wawancara lainnya terhadap orang dewasa awal yang berinisial Y (21 tahun) mengungkapkan bahwa di masa pandemi ini dirinya hanya menghabiskan waktu di rumah saja dan tidak pergi keluar sekedar jalan-jalan dengan teman-temannya karena terpisah oleh jarak yang cukup jauh dan dirinya juga mengakui bahwa berkomunikasi secara *virtual* di masa pandemi ini memberikan spasi dalam pertemanannya dengan orang lain.

*“kalau untuk pertemanan, ini kan dirumah saja, untuk teman-teman yang dulunya berkumpul ke kost sekarang kan sekarang kan pasti beda-beda kan mereka di tempat mereka masing-masing jadi untuk pertemanan agak kurang bersahabat karena kita hanya lewat hp jadi lebih renggang lebih beda pokoknya dengan pas sebelum pandemi”*

*Y-(21 Tahun mahasiswa )*

*“Sekarang saya susah untuk pelang libur karena pandemi. Saya hanya dikos saja bersama adik saya. Tidak bisa bertemu teman-teman lama di kampung*

*karena ada pandemi,hanya lewat chat wa saja namun itupun jarang karena kesibukan masing-masing.”*

*AL-(21 tahun*

*mahasiswa)*

*“Ya dengan teman-teman begitu-begitu saya,hanya lewat chat,tidak pernah berhubungan langsung yang dekat dari pertama kuliah karena pandemi,lewat chat juga sekedar menanyakan tugas kuliah”*

*LW(23 tahun*

*mahasiswa)*

Diketahui bahwa mahasiswa Y,AL dan LW ini sebelum pandemi sering berkumpul bersama teman-temannya di kos, namun karena pandemi harus kembali ke daerah masing-masing dan hanya berkomunikasi secara virtual membuat hubungannya menjadi renggang dan dikatakan kurang bersahabat. Hal yang dikemukakan oleh mahasiswa Y,AL,LW ini tidak sejalan dengan salah satu ciri orang dewasa awal yang menurut (Hurlock, 1996) yang mengatakan bahwa individu pada usia dewasa awal merupakan individu yang sudah dapat membangun hubungan sosial di masyarakat dan memulai hubungan intim, salah satu aspek yang mendukung *Psychological Well-Being* juga ialah *positive relation with other* atau hubungan positif dengan orang lain. Membangun hubungan positif dengan orang lain ialah individu yang memiliki hubungan yang hangat dan akrab serta saling prihatin dengan kesejahteraan orang lain.

Orang dewasa awal lainnya yang merupakan seorang mahasiswa juga mengungkapkan bahwa selama masa pandemi ini, dirinya tidak menemukan sesuatu yang baru dan bermakna,karena aktifitas tiap harinya dibatasi dan

dirinya menghabiskan waktu dengan mengikuti perkuliahan *online* dan rebahan saja dikamar. Berikut merupakan kutipan wawancaranya:

*“setelah datangnya pandemi kita seperti ini kita kaya terjat,ini saya saya tidak bisa terima dari dalam diri”*  
*“pandemi menutup jalan kita untuk kebebasan, karena adanya aturan-aturan itu saya dalam diri merasa pesimis,buat apa berharap buat apa punya tujuan lagi kalau misalnya kedepan tidak bisa dilakukan dengan baik rencana yang sudah dibuat,jadi saya hanya mengikuti kemana alur akan membawa saya nanti dengan aturan-aturan di masa pandemi ini”.*

AG-(21

*mahasiswa)*

*Gimana ya,saya ikuti alur aja sih kuliah ini,ditambah lagi sama pandemi ini saya belum terpikirkan apa-apa kedepannya pokoknya lulus aja dulu deh*

*Y- (21 tahun mahasiswa)*

AG dan Y menjelaskan bahwa di situasi pandemi sekarang banyak aturan-aturan yang dibuat oleh pemerintah untuk membatasi ruang gerak guna menurunkan penyebaran *covid-19*. Aturan-aturan yang dibuat tersebut, membuat dirinya merasa terjat dan merasa bahwa kebebasan dibatasi, sehingga untuk melakukan sesuatu dirinya menjadi pesimis dengan dengan sesuatu hal yang akan terjadi ke depannya yang tidak sesuai dengan harapannya sejak awal. AG dan Y merasa bahwa dirinya tidak memiliki tujuan kedepannya karena pesimis dengan aturan-aturan yang ada akan meninggalkan harapannya di depan. Aspek *Psychological Well-Being* ada yang namanya *personal growth* dan *purpose in life*. *Personal growth* adalah perasaan untuk berkembang dan

terbuka dengan pengalaman baru untuk mengembangkan pengetahuan dalam diri seseorang, sedangkan *purpose in life* adalah tujuan hidup yang bermakna dan kehidupan individu. Hal yang dikemukakan oleh AG tidak sesuai dengan dua aspek yang mendukung seseorang mengalami *psychological well-being*.

Dampak dari pandemi Covid-19 yang menimbulkan munculnya stres dan kecemasan dan mempengaruhi kondisi *Psychological well-being* pada individu, namun dalam sebuah penelitian yang dilakukan Skomorovsky & Sudom (2011) mengatakan bahwa tidak semua individu yang mengalami suatu peristiwa yang negatif akan mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Penelitian tersebut ditemukan bahwa kesejahteraan psikologis dari anggota militer tidak terganggu meskipun mengalami guncangan stres akibat kondisi perang. Hal tersebut dapat diartikan bahwa ada karakteristik dari dalam individu terhadap pengaruh negatif dari suatu peristiwa yang memunculkan stres dan mempengaruhi kesehatan psikologis dan membuat individu menjadi menjadi lebih kuat dan tangguh.

Kesejahteraan psikologis atau *Psychological Well-Being* yang ditunjukkan oleh orang dewasa awal dapat dikaitkan dengan konsep kepribadian *Hardiness*. Ryff (1989) ada empat faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu yakni faktor demografis, faktor dukungan sosial, faktor evaluasi terhadap pengalaman hidup dan faktor *locus of control*. *Locus of control* ialah ukuran standar seseorang tentang pengendalian dan kontrol terhadap satu perilaku tertentu agar dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Teori kesejahteraan psikologis, individu yang memiliki kontrol tinggi terhadap peristiwa yang dialami di kehidupannya berarti kesejahteraan

psikologis yang dimilikinya tinggi. Pribadi yang mandiri, mampu mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, tujuan hidup, mampu mengendalikan lingkungan dan menjadi pribadi yang bertumbuh merupakan individu yang memiliki kepribadian *hardiness*. Sood & Sharma (2020), membangun ketahanan terhadap situasi yang menekan dapat meningkatkan kesejahteraan secara psikologis dapat mencegah berkembangnya masalah kesehatan mental Alfred, Hammer, & Bagus (2014) menyatakan bahwa kepribadian *Hardiness* adalah suatu pola dan sikap yang dapat membantu individu dari potensi yang terancam merusak pertumbuhan dan menjadikannya peluang pertumbuhan yang lebih baik lagi. Kepribadian *hardiness* dicirikan sebagai kepribadian yang menampilkan tiga kecenderungan terkait aspek; *commitment* (komitmen), *control* (kontrol), dan *challenge* (tantangan) (Kobasa, 1979). Aspek *commitment* berkaitan dengan keyakinan dan pemaknaan terhadap tujuan diri, serta aspek *control* yang menggambarkan kemandirian diri dan pengaruh terhadap masa depan. Aspek *challenge* mencerminkan pandangan hidup yang menuntun individu untuk melihat perubahan sebagai peluang untuk berkembang dibandingkan menganggap sesuatu sebagai ancaman terhadap rasa aman atau kelangsungan hidup. *Hardiness* dapat menjadi tolak ukur dalam menilai tingkat ketahanan individu terhadap masalah atau peristiwa yang membuat stres. Amiruddin & Ambarini (2014) mengungkapkan kepribadian *hardiness* yang ada pada diri individu mampu menjadikannya lebih efektif dalam menghadapi kondisi yang penuh tekanan, memandang positif kondisi yang penuh tekanan, mampu mengontrol situasi, serta dapat mengambil pelajaran dari situasi yang menekan tersebut. Sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh oleh Cyirllius (2008), Ausie

& Selly (2018), dan Rohi (2019), Shabrina & Hartini (2021) bahwa kepribadian *hardiness* memiliki hubungan yang positif dengan kesejahteraan psikologis. *Hardiness* merupakan suatu landasan untuk terciptanya kesejahteraan psikologis. Aspek-aspek dalam kesejahteraan psikologis *Positive relations with others, Autonomy, Environmental mastery, Purpose in life, dan Personal growth* tidak akan tercipta, jika tidak memiliki kepribadian tahan banting dalam menghadapi kondisi, seperti pandemi saat ini. Kepribadian tahan banting dapat menjadi pegangan bagi individu dewasa awal untuk bersikap tangguh dalam menghadapi situasi ini.

Adanya wabah *covid-19* membuat munculnya suatu fenomena. Donny (2005) fenomenologi merupakan sebuah pendekatan filosofis untuk mengetahui pengalaman seseorang. Pada *hardiness* pada orang dewasa awal. Fenomena ini timbul karena adanya perubahan-perubahan yang terjadi di masa pandemi, berikut peneliti menjabarkan kutipan wawancara:

*“jujur saya sedikit stres karena untuk apa ya sebenarnya untuk aktivitas sebelum pandemi itu lebih sibuk karena harus pulang pergi kampus, mengambil data di tempat lain tapi kalau dengan adanya pandemi saya hanya di kosan mengerjakan tugas, secara fisik tidak menyulitkan saya tapi secara mental ia karena rasanya seperti benar-benar diisolasi mandiri . sikap positif yang paling pertama mungkin, menjaga protokol kesehatan seperti yang dianjurkan bawa hand sanitizer, pakai masker terus tidak terlalu berpikiran buruk tentang covid walaupun covid ada dan berbahaya tapi, saya mencoba berpikir positif dan saya akan baik-baik saja dan tidak akan sakit terus sebisa mungkin tidak terlalu stres dengan tugas yang diberikan juga, sebenarnya lebih ke menjaga diri saya*

*sendiri sih,supaya tidak terlalu stres tidak terbebani dengan masalah covid ini”*

*-AL(21 tahun,mahasiswa semester 7)*

*“Saya sering merasa stres sendiri di kos karena pandemi ini saya lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain hp di kamar,kadang saya sering ikut acara-acara yang melibatkan banyak orang di masa pandemi ini. Saya suka keluar bersama teman-teman untuk jalan-jalan atau sekedar duduk berkumpul untuk menghilangkan rasa jenuh dan stres hanya berada di kos saja.”*

*-AG (21 tahun mahasiswa)*

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, subjek AL dan subjek AG mengatakan bahwa mereka mengalami stres akibat aturan-aturan mengenai protokol kesehatan pandemi *covid-19*

Peneliti mengatakan hasil wawancara di atas dengan aspek-aspek dari kepribadian *Hardiness*. Ada tiga aspek yang ada pada kepribadian *Hardiness* Individu merasa memiliki kontrol pribadi ketika dirinya mampu mengenal apa yang dapat dan tidak dapat dipengaruhi lewat tindakan pribadi dalam sebuah situasi (Bissonnette,1998). Subjek AL memberikan gambaran yang secara jelas mengenai perilaku mengontrol dirinya, namun subjek AG mengatakan bahwa dirinya tidak benar-benar patuh terhadap aturan yang dibuat oleh pemerintah untuk mengurangi penyebaran *covid-19*, sedangkan subjek AL yang merupakan seorang mahasiswa yang berada di tingkat akhir,mengatakan bahwa dirinya merasa terisolasi mandiri karena tidak bisa keluar rumah karena

adanya pandemi *covid-19*. Kondisi ini merupakan gambaran dari aspek pertama *hardiness* yakni kontrol.

Aspek *hardiness* yang kedua yakni komitmen. Individu yang memiliki komitmen mempunyai kepercayaan yang dapat dirasakan dari peristiwa-peristiwa yang menimbulkan stres. Situasi yang merugikan pada akhirnya dilihat sebagai sesuatu yang bermakna dan menarik (Maddi & Kobasa, dalam Bissonette, 1998). Banyaknya aturan dan pembatasan ruang gerak yang diberlakukan selama pandemi membuat subjek AG merasa stres, namun dirinya berharap bahwa dengan adanya aturan-aturan yang dibuat pemerintah ini pandemi *covid* dapat cepat terselesaikan, subjek AL merasa bahwa dengan adanya pandemi kegiatan perkuliahan dilakukan secara *online* kesehatan mentalnya bermasalah, karena subjek mengalami stres dengan selalu belajar dan beraktifitas sendirian di kos sendirian dan adanya keterbatasan ruang gerak hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyu dan Heylen (2020) tentang Pengaruh Pandemi Covid-19 terhadap kesehatan mental masyarakat Malang dikatakan bahwa Pandemi Covid-19 memang membawa pengaruh bagi kesehatan mental masyarakat utamanya disebabkan tingkat stres yang tinggi baik, karena sakit akibat dari virus, kecemasan yang berlebihan serta pengaruh lainnya. Namun subjek A melihat bahwa dengan ini fisiknya tidak terlalu capek, karena kegiatannya dibatasi dengan situasi pandemi sekarang. Aspek seseorang dengan tipe kepribadian ini seringkali memiliki keinginan untuk maju dan memiliki persepsi bahwa hidup adalah hal yang menarik dan dinamis. Kurangnya kebutuhan keamanan adalah tanda dari hal ini. Kunci untuk mendapatkan keuntungan dari kegagalan dan kesuksesan adalah memiliki pandangan hidup yang positif dan mengubah pikiran Anda.

(Brooks, 1998; Bissonette). Hasil wawancara yang dilakukan pada subjek AG dirinya mengatakan sering keluar bersama teman-teman untuk sekedar menghilangkan stres memiliki aspek namun pada subjek A dirinya melihat adanya perubahan pada aktivitasnya sebelum dan sesudah pandemi yang membuatnya tidak harus kelelahan secara fisik.

Berdasarkan data yang diperoleh di atas, peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara *Hardiness* dan *Psychological Well-Being* pada orang dewasa awal yang berkisaran usia 18-25 tahun. Peneliti memfokuskan pada orang dewasa awal dikarenakan orang dewasa awal merupakan masa perubahan dalam tahap perkembangannya. Tahap dewasa awal ini seorang individu memiliki peran dan tanggung jawab untuk dirinya sendiri, seorang individu yang berusia dewasa awal pun akan mulai membangun hubungan intim dengan lawan jenis dan membangun relasi dengan orang dewasa lainnya. Orang dewasa awal harus bisa mandiri baik secara ekonomis, sosiologi ataupun psikologis dan tidak tergantung kepada orang lain. Seperti yang dikemukakan oleh Dariyo (2003) individu dengan usia dewasa awal akan memiliki peran dan tanggung jawabnya sendiri yang semakin besar setiap harinya, individu tidak boleh berganti dalam segi manapun kepada orang lain. Berdasarkan data yang diperoleh di atas belum menggambarkan aspek-aspek *Psychological Well-Being* secara utuh, sehingga penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Muhammad dan Yeniari yang menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Hardiness* dengan *Psychological Well-Being* pada siswa santri Madrasah Aliyah 1 Futuhiyyah Mranggen. Penelitian ini didukung pula oleh penelitian yang dilakukan oleh Jessica et al., (2020) yang menunjukkan bahwa adanya peningkatan skor *Psychological Well-Being*,

setelah mengikuti pelatihan ketahanan psikologis sehingga ditemukannya hubungan yang positif dari *Hardiness* dan *Psychological Well-Being*.

Penelitian yang akan dilakukan ini ingin menguji apakah ada hubungan antara *Hardiness* dan *Psychological Well-Being* pada orang dewasa awal. Peneliti berasumsi bahwa sebagai orang dewasa awal yang akan mengambil tanggung jawab untuk dirinya sendiri dari aspek sosial, ekonomi dan psikologis akan membuatnya dapat bertahan di situasi pandemi *covid-19*, sehingga dapat mencapai kesejahteraan psikologisnya. Penelitian untuk melihat adakah hubungan antara *Hardiness* dan *Psychological Well-Being* pada orang dewasa di masa pandemi *covid-19*.

## 1.2. BATASAN MASALAH

Peneliti membatasi hal pada penelitian sebagai berikut:

1. Variabel yang ingin diteliti adalah kepribadian *Hardiness* dan *Psychological Well Being*
2. Subjek dalam penelitian ini adalah orang dewasa awal yang berusia dari 18-25 tahun. Pada masa dewasa awal ini, seorang individu mengalami masa transisi dari remaja ke dewasa dan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi.
3. Sifat penelitian ini yaitu uji hubungan/korelasi yang dilakukan secara kuantitatif

### 1.3. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang sudah dikemukakan sebelumnya permasalahan yang ingin peneliti ajukan ialah: “Apakah ada hubungan antara *Hardiness* dan *Psychological Well-Being* pada orang dewasa awal di masa pandemi *covid-19*”?

### 1.4. TUJUAN

Adapun tujuan penelitian ini adalah “untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *Hardiness* dan *Psychological Well-Being* pada orang dewasa awal di masa pandemi *covid -19*”

### 1.5. MANFAAT

Adapun manfaat penelitian yang diharapkan peneliti:

#### 1.5.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi teoritik pada ilmu psikologi terkhususnya psikologi klinis mengenai permasalahan *Psychological Well-Being* dan *Hardiness*

#### 1.5.2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi subjek penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan mengenai hubungan *Hardiness* dan *Psychological well being*, sehingga orang dapat memaknai kepribadian *Hardiness* agar dapat mencapai *well-being*.

##### b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan sebagai pengetahuan kepada masyarakat mengenai hubungan antara *Hardiness*

dan *Psychological Well-Being*, sehingga diharapkan masyarakat dapat memiliki kepribadian yang tahan banting agar tercapailah *well-beingnya*.

c. Bagi orang dewasa awal

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada orang dewasa awal terkait dengan hubungan antara *Hardiness* dan *Psychological Well-Being* di masa pandemi saat ini.