

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kehidupan merupakan tempat praktek dan ujian yang diberikan oleh yang maha pemberi hidup. Dalam kehidupan tentu pernah terjadi ketidakstabilan dalam diri setiap manusia. Ketidakstabilan dapat menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya hal-hal yang negatif, seperti merasa emosional dan merasa sedih (Darmawati & Yuniar 2018). Ketidakstabilan biasanya terjadinya pada individu dalam masa transisi atau peralihan. Fase peralihan merupakan fase yang membingungkan, dibenturkan pada kenyataan bahwa setiap insan di paksa teralihkan dalam sebuah keadaan (Nugraha, 2017).

Peralihan dari masa anak-anak ke masa remaja merupakan salah satu contoh masa transisi. Berakhirnya masa remaja, tuntutan dan tekanan dari lingkungan di sekitarnya semakin bertambah. Di sisi lain remaja mulai memasuki tahap perkembangan dewasa, seperti berfikir lebih kompleks dan mengalami tahapan transisi dari remaja ke dewasa yang disebut dengan *emerging adulthood* yang terjadi dari usia 18 sampai 25 tahun.

Menurut Arnett (dalam Santrock, 2012), salah satu ciri-ciri individu yang beranjak dewasa adalah ketidakstabilan. Berbagai macam reaksi yang muncul dalam menyambut masa dewasa, seperti yang disampaikan Agustin (2012) adalah merasakan ketidakstabilan dalam dirinya, seperti merasa senang dan antusias, juga ada individu yang merasa resah, cemas dan khawatir akan masa dewasanya karena merasa tidak memiliki persiapan yang cukup. Reaksi dari setiap individu yang berbeda merupakan suatu fase tersendiri yang harus dilewati semua individu di penghujung masa remajanya. Banyak yang masih mencari jalur karier yang ingin di ambil, ingin menjadi individu seperti apa dan gaya hidup seperti apa yang diinginkan, hidup melajang, hidup bersama atau menikah (Arsa, 2018).

Berbagai tuntutan yang ditujukan baik dari lingkungan maupun dari dirinya sendiri, banyak sekali individu yang merasa kurang nyaman dengan keadaannya dan memilih untuk berbuat hal-hal negatif seperti memakai narkoba, mencuri dan berbuat kekerasan kepada dirinya sendiri atau pasangannya. Salah satu ketidakstabilan tersebut penulis temukan di wilayah Kelurahan Jatimulya. Salah satu hal yang membuat merasa tidak stabil adalah karena tidak memiliki pekerjaan tetap. Banyak individu mengalami stres emosi dan rendah diri karena tidak dapat bekerja (Santrock, 2012).

Individu yang tidak memiliki pekerjaan tetap tercatat cukup banyak, karena banyak yang bekerja di perusahaan yang bersifat kontrak. Pekerjaan itu sendiri ada syarat usia maksimal untuk setiap pekerjaan. Contohnya, lowongan pekerjaan yang beredar di kalangan masyarakat rata-rata usia maksimal untuk bekerja di perusahaan dengan tingkat jenjang SMA atau sederajat adalah 24 tahun. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) mengungkapkan bahwa jumlah angkatan kerja pada Februari 2018, sebanyak 133,94 juta, dan yang bekerja sebanyak 127,07 juta. Penduduk berusia 15 tahun ke atas yang bekerja atau memiliki pekerjaan, namun sementara yang tidak bekerja dan pengangguran dinamakan angkatan kerja.

Berdasarkan informasi yang dituliskan oleh *Indonesia-Investment* tahun 2018, salah satu karakteristik di Indonesia adalah bahwa angka pengangguran cukup tinggi yang dihadapi oleh tenaga kerja muda usia 15 sampai 24 tahun, jauh lebih tinggi dari angka rata-rata pengangguran secara Nasional. Hal ini membuat individu yang berumur 24 tahun ke atas merasakan ketidaknyamanan karena harapan untuk diterima kerja semakin sulit.

Menurut *The Guardian* tahun 2011 melaporkan bahwa, *quarter life crisis* dipengaruhi 86% oleh generasi *millennial*, para *millennial* terjebak oleh ketidaknyamanan, kekecewaan, kesepian, dan depresi (Schroeder, 2016). Generasi *millennial* merupakan generasi yang lahir antara tahun 1980 hingga tahun 2000 (Budiati, et al. 2018). Berdasarkan sensus penduduk

Indonesia tahun 2010, dari 237 juta penduduk Indonesia sebanyak 62 juta diantaranya merupakan penduduk dengan usia 15 hingga 29 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa 26 persen dari jumlah penduduk Indonesia merupakan generasi *millennial* dan berpotensi mengalami krisis seperempat abad (*quarter life crisis*).

*Quarter life crisis* adalah sebutan untuk individu yang mengalami kegalauan hidup di usia seperempat abad. *Quarter life crisis* cenderung terjadi ketika melihat, atau aktif mencoba untuk keluar dari tahap kehidupan saat munculnya kedewasaan. Dikatakan oleh Robinson (2018), *quarter life crisis* terjadi ketika beralih atau baru saja beralih dari struktur kehidupan yang tidak stabil, terbuka, dan eksplorasi ke sisi yang lebih mapan, lebih dapat diprediksi, dan lebih berakar pada peran produktif. Fase *quarter life crisis* yang ditemukan oleh Abby Wilner pada tahun 1997 menjadi viral di kalangan generasi muda berusia 25 tahun dan tidak tahu akan melakukan apa dalam hidupnya (Nurjanah, 2015).

Berita yang dituliskan oleh Kumparan pada Desember 2018, empat warga Surabaya merasakan stres dan putus asa lantaran tidak mendapatkan pekerjaan, dan untuk menghilangkan stres empat warga tersebut mengonsumsi sabu-sabu, dua diantaranya berusia 24 dan 25 tahun. Penulis juga menemukan berita yang dituliskan *Detiknews* pada 25 Desember 2018, dua mahasiswa universitas terkemuka di Bandung bunuh diri dengan cara gantung diri. Menurut keterangan, diketahui bahwa dua mahasiswa tersebut bunuh diri dikarenakan keduanya sama-sama belum menyelesaikan skripsi dan diketahui mereka sudah sama-sama semester 13 dan terancam *drop out*.

Berdasarkan wawancara singkat penulis di Kel. Jatimulnya Kec. Tambun Selatan Kab. Bekasi pada tanggal 15 Oktober 2018 melalui *google form* dan wawancara secara langsung, dari lima subjek usia 23-26 tahun sudah menikah dan belum menikah, saat ditanyakan mengenai kehidupannya saat ini mengatakan bahwa subjek merasa cemas, terutama mengenai masa depannya. Pada usianya saat ini subjek menjadi lebih emosional dan masih merasa kurang berharga dan bermakna. Banyak faktor

yang menjadi penyebab subjek merasakan hal tersebut, diantaranya merasa tidak dihargai oleh pasangan, belum dapat memberikan yang terbaik dan membahagiakan orang tua, dikarenakan alasan uang dan merasa sering tidak didengarkan oleh keluarga dan pasangannya.. Subjek merasa dirinya tidak bisa berbuat apa-apa, merasa minder kepada teman seusianya karena belum memiliki hal yang dibanggakan. Pada saat seperti itu subjek cenderung lebih senang untuk menyendiri dan tidak banyak bicara kepada siapapun dan sedikit lebih emosional dari biasanya, terlebih apabila orang tua yang telah tiada.

Contoh di atas merupakan hal yang menjadikan hambatan bagi individu yang menimbulkan ketidakstabilan dalam dirinya. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Manara (2008) bahwa ketidakstabilan tersebut yang sering menjadi masalah pada kehidupan, diharapkan mampu untuk kembali pulih dari suatu keadaan yang menekan dan mampu beradaptasi dan bertahan dari kondisi tersebut atau resiliensi. Beberapa individu mengatakan bahwa telah mencoba beradaptasi terhadap masalahnya namun masih memikirkan hal-hal negatif yang akan terjadi di masa depannya.

Pada usia tersebut yang seharusnya merasakan kesenangan dan kenyamanan pada hidupnya seperti banyak yang mencintai dan menghargai tapi bagi individu yang mengalami fase *quarter life crisis* ini merasakan kebalikan dari harapannya seperti merasa tidak berguna, tidak nyaman akan kehidupannya, merasa hidupnya tidak berharga dan tak bermakna juga merasa tidak memiliki siapapun (Nash & Murray, 2010).

Hal di atas tersebut membuat emosi tidak stabil, menjadi suka melamun dan marah-marah pada hal kecil bahkan melakukan sesuatu yang negatif. Kondisi ini tentunya sangat tidak baik bagi individu. Individu yang mampu menjalani hal tersebut akan hilang seiring waktu, dan menjadikan hal tersebut sebagai pembelajaran bagi masa depan dan menjadikan sebuah makna dari kehidupan (Vitagliano, 2015).

Setiap individu memiliki kualitas masing-masing terhadap pemecahan masalahnya, ada yang memiliki kualitas baik ada juga sebaliknya. Menurut Roellyana dan Listiyandini (2017) kualitas pribadi yang memungkinkan untuk bangkit ketika menghadapi kesulitan dinamakan dengan resiliensi, mampu beradaptasi dan menghadapi semua masalah yang menghampirinya di masa tersebut dan tetap stabil untuk menjalani kehidupan selanjutnya. Dalam keadaan yang sulit individu diharapkan memiliki resiliensi yang baik, walau kenyataannya masih saja ada individu yang tidak resilien dan cenderung kurang mampu dalam menghadapi masalah sehingga berdampak pada kehidupan selanjutnya. Jika mengacu pada permasalahan di atas, maka harus terdapat kemampuan pada diri individu untuk dapat bangkit dan beradaptasi terhadap masalah yang dihadapinya. Menurut Smith, et al. (2008) resiliensi adalah ketahanan terhadap penyakit, adaptasi, dan berkembang, kemampuan untuk bangkit kembali atau pulih dari stres paling dekat dengan makna aslinya.

Dikatakan oleh Arifani (2016), resiliensi adalah kemampuan untuk beradaptasi dan pulih kembali dari suatu keadaan dan mengambil pelajaran agar menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya. Sedangkan menurut Keye dan Pidgeon (2013) resiliensi adalah kemampuan individu memilih untuk pulih dari peristiwa kehidupan yang menyedihkan dan penuh tantangan, dengan cara meningkatkan pengetahuan untuk adaptif dan mengatasi situasi serupa yang merugikan di masa mendatang. Dengan resiliensi yang baik maka kemungkinan untuk menghadapi hal yang sulit dimasa mendatang dapat dilewati pula (Hardiyani, 2012).

Beberapa penelitian tentang resiliensi berfokus pada konstruksi yang kompleks yang terjadi pada individu ketika menghadapi keadaan yang tidak stabil dalam menghadapi suatu permasalahan. Apabila individu memiliki resiliensi yang baik, pasti mampu menyikapi setiap permasalahan dengan positif. Salah satu sumber-sumber resiliensi meliputi beberapa hal diantaranya adalah *locus of control* (Herman, et al. 2011).

*Locus of control* adalah keyakinan individu terhadap segala sumber yang terjadi pada dirinya, bisa saja karena faktor dari dalam diri, kemampuan, minat dan usaha dalam diri dan keberuntungan akan nasib akan mempengaruhi keberhasilan individu itu (Widyastuti & Widyowati, 2014). Menurut Blanchard dan Henle (2008), *locus of control* adalah suatu keyakinan di mana individu percaya hal-hal baik dan buruk terjadi pada dirinya karena tindakannya..

Menurut Zaidi dan Mohsin (2013), *locus of control* adalah keyakinan akan bakat yang menjadi kontrol relevan melebihi hasil. Individu yang menganggap dirinya mampu mengendalikan hasil dirinya sendiri dikenal dengan internal *locus of control*, sedangkan individu yang menganggap hasil di luar kendali dikenal dengan eksternal *locus of control*. Dikatakan oleh Widyaninggar (2014), *locus of control* adalah sikap individu yang yakin bahwa segala sesuatu yang terjadi merupakan resiko dari perilakunya sendiri. *Locus of control* memanifestasikan sejauh mana individu menganggap keterkaitan antara perilakunya dengan hasil yang diterimanya.

Berdasarkan penelitian terdahulu, individu yang memiliki *locus of control* internal yang tinggi maka resiliensinya juga akan lebih tinggi dari pada individu yang memiliki *locus of control* eksternal.

Individu yang memiliki *locus of control*, diharapkan dapat beradaptasi pada setiap masalah yang terjadi pada dirinya (resiliensi) meskipun tidak bekerja, belum menikah dan masalah lainnya. Tidak semua masalah dapat diselesaikan dengan hal-hal yang negatif, dan tidak semua hidup bisa ditakar oleh pendidikan, lingkungan dan pekerjaan. Hal tersebut yang membuat penulis ingin meneliti tentang resiliensi pada masa *quarter life crisis* dengan judul “Hubungan antara *locus of control* dengan resiliensi pada masa *quarter life crisis*”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *locus of control* dengan resiliensi pada masa *quarter life crisis*.

### 1.3 Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *locus of control* dengan resiliensi pada masa *quarter life crisis*.

### 1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### 1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini adalah memberikan sumbangan ilmiah pada pengembangan psikologi khususnya tentang masalah *locus of control* dan resiliensi.

#### 2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah untuk membantu mengetahui sebab-sebab ketidakstabilan pada masa *quarter life crisis* serta memberikan masukan atau sosialisasi kepada individu yang sedang atau hendak mengalami *quarter life crisis* tentang pentingnya *locus of control* dan resiliensi yang baik terutama di Kelurahan Jatimulya.

### 1.5 Uraian Kebaharuan Penelitian

Penelitian pertama dilakukan oleh Wang, Tomlinson, dan Noe (2010). dari Ohio State University dengan judul “*The Role of Mentor Trust and Prote'ge' Internal Locus Of Control in Formal Mentoring Relationships*”. Penelitian ini menguji kepercayaan mentor, *locus of control internal* prote'ge, dan fungsi mentoring yang dilaporkan oleh prote'ge's pada pendampingan formal di Tiongkok. Penelitian ini menemukan adanya hubungan positif antara *locus of control* internal prote'ge's dan tingkat mentoring yang diterima oleh responden. Apabila prote'ge dengan internal *locus of control* yang lebih tinggi akan melaporkan menerima lebih banyak fungsi pendampingan. Perbedaan dari penelitian ini adalah fenomena dan

variabel terikatnya, dalam penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan variabel resiliensi dan *locus of control* internal.

Penelitian kedua dilakukan oleh Dipayanti dan Chairani (2012) dengan judul “*Locus of Control dan Resiliensi Pada Remaja yang Orang Tuanya Bercerai*” . Penelitian yang menggunakan 60 subjek remaja yang orang tuanya bercerai ini menggunakan analisis teknik korelasi *Product Moment* dengan koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,455 ( $p=0,000$ ), yang artinya terdapat hubungan positif antara *locus of control* dengan resiliensi pada remaja yang orang tuanya bercerai. Semakin internal *locus of control* remaja yang memiliki orang tua yang bercerai maka semakin baik resiliensi yang dimiliki oleh remaja tersebut dan sebaliknya semakin eksternal *locus of control* yang dimiliki oleh remaja maka semakin buruk resiliensi yang dimiliki remaja dalam menghadapi perceraian orang tua. Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada variabel bebasnya dan fenomenanya, variabel bebas yang digunakan adalah *locus of control* sedangkan pada penelitian penulis menggunakan internal *locus of control* lebih spesifik.

Penelitian ketiga dilakukan Pratama dan Suharnan (2014) dengan judul “*Hubungan Antara Konsep Diri Dan Internal Locus Of Control Dengan Kematangan Karir Siswa SMA*”. Dengan menggunakan 118 siswa SMA, dan menggunakan Analisis data menggunakan teknik regresi ganda dan korelasi dengan  $F$  hitung 10,761 dan signifikansi  $0,000 < 0,01$ . Dengan hasil itu dapat disimpulkan ada hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan internal *locus of control* dengan kematangan karir siswa. Sedangkan korelasi antara internal *locus of control* dengan kematangan karir diperoleh  $r = 0,392$  dan taraf signifikan  $0,000 < 0,01$ , terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara internal *locus of control* dengan kematangan karir siswa. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada fenomena, subjek, dan juga variabel terikat yang digunakan.

Penelitian keempat dilakukan oleh Fatmasari (2015) dengan judul “*Hubungan Resiliensi Dengan Stres Kerja Anggota polisi Polres Sumenep*”. Dengan menggunakan sampel 30 anggota polisi. Menggunakan teknik

*Proportionate Stratified Random Sampling*. Validitas diuji dengan menggunakan *product moment* dan untuk menguji reabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha*. Dengan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara variabel Resiliensi (X) dan Stres kerja (Y). Dengan hasil 0,790. Dengan taraf signifikan 5%. Dengan ini maka rata-rata anggota Polisi Polres Sumenep memiliki kategori tingkat resiliensi tinggi (63,3%) dan memiliki tingkat stres kerja rendah (83%). Resiliensi berhubungan dengan Stres Kerja. Perbedaan dari penelitian ini adalah subjek, fenomena dan variabel resiliensi yang digunakan sebagai variabel bebas, sedangkan penulis menggunakan resiliensi sebagai variabel terikat.

Penelitian kelima dilakukan oleh Arifani (2016) dengan judul "*Locus Of Control dan Resiliensi pada Pekerja Yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (PHK)*". Dengan Rancangan penelitian korelasional dan jumlah subjek penelitian sebanyak 297 orang yang mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) diperoleh melalui teknik purposive sampling. Dengan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang terjadi antara *locus of control* dengan resiliensi. Jika pekerja yang mengalami PHK memiliki *locus of control* internal maka resiliensinya tinggi, sebaliknya jika pekerja yang mengalami PHK memiliki *locus of control* eksternal, maka resiliensinya rendah. Perbedaan dari penelitian ini adalah subjek dan fenomenanya.

Jika dibandingkan dengan kelima penelitian di atas, terdapat perbedaan yang jelas pada judul, fenomen dan subjek yang diangkat dalam penelitian ini, sekalipun variabelnya sama, tidak ada penelitian yang menggunakan fenomena dan subjek sama pada penelitian ini. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah digunakannya individu di masa *quarter life crisis* sebagai fenomenanya, dengan lokasi di Kel. Jatimulya Kec. Tambun Selatan Kab. Bekasi.