

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia melalui beberapa tahap kehidupan dari lahir, dewasa, hingga usia tua. Pada setiap tahapan, manusia memiliki tugas dan persyaratan yang harus dipenuhi atau dapat disebut tugas perkembangan. Dalam menjalani kehidupannya, khususnya dewasa awal, sangat perlu dan penting dalam menyelesaikan tugas perkembangannya, agar dalam kehidupannya tidak mengalami masalah yang berarti dan merasa bahagia menjalani kehidupan yang akan dijalani selanjutnya. Menurut Erikson, usia dewasa awal berkisar antara 20 sampai 40 tahun, masa ini adalah masa peralihan dari masa remaja menuju dewasa (Saraswati, 2011). Oleh karena itu orang dewasa adalah seseorang yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukannya di masyarakat bersama orang dewasa lainnya (Hurlock, 1996).

Hurlock (2009) membagi tugas perkembangan dewasa awal, antara lain, sebagai berikut: (a) mendapatkan suatu pekerjaan, (b) memilih seorang teman hidup, (c) belajar hidup bersama dengan suami istri, (d) membentuk suatu keluarga, (e) membesarkan anak-anak, (f) mengelola sebuah rumah tangga, (g) menerima tanggung jawab sebagai warga negara, (h) bergabung dalam suatu kelompok sosial.

Laki-laki dewasa awal akan mendapat peran yang berbeda dengan perempuan karena laki-laki dewasa awal nantinya akan menjadi kepala keluarga mempunyai kewajiban untuk memenuhi kebutuhan intelektual, emosional, sosial-moral dan materil keluarganya. Dalam posisi kepala rumah tangga, laki-laki bertanggung jawab sebagai pemimpin yang mengontrol dinamika interaksi keluarga dalam rumah tangga, sebagai pembuat kebijakan, pengambil keputusan, dan pemimpin bagi istri dan anak-anaknya (Sari, 2015). Kepala keluarga tidak hanya bertugas menjadikan anak sebagai individu religius, namun mampu menjadi pribadi dengan kepekaan dan fleksibilitas tinggi yang mampu menghadapi masa depan dengan baik (Julaihah, 2004).

Secara tradisional, kepala rumah tangga adalah orang yang bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan materi, memberikan pendidikan bagi anak-anak, dan menciptakan lingkungan yang baik yang fungsi selanjutnya tertuju pada pemahaman konsep mengenai kerja keras dan keuletan (Sari, 2015). Sehingga menurut teori nature, laki-lakilah yang berperan di luar rumah mencari nafkah untuk menghidupi keluarga atau rumah tangganya dan keluarganya (Muassomah, 2009).

Status sosial ekonomi penduduk di suatu wilayah dapat mencerminkan pola status perkawinan. Berdasarkan artikel Kominfo Jatim (2022), jika diperhatikan menurut tipe daerah, pemuda yang tinggal di pedesaan cenderung lebih banyak yang berstatus pernah kawin (47,9 %) dibandingkan pemuda yang tinggal di perkotaan (37,6 %). Melihat data tersebut, dapat dikatakan bahwa pemuda yang tinggal di pedesaan cenderung lebih cepat menikah dibandingkan yang tinggal di perkotaan. Hal ini antara lain dapat dipengaruhi oleh cara pandang tentang pernikahan serta budaya atau kultur yang berbeda antara pedesaan dan perkotaan. Kesederhanaan kehidupan di pedesaan berdampak pada sederhananya pola pikir masyarakatnya, tidak terkecuali dalam hal perkawinan karena untuk sekedar menikah, asalkan sudah saling mencintai, seseorang sudah dapat melangsungkan perkawinan tanpa harus memiliki persiapan yang cukup dalam segi materi ataupun pendidikan (Listiyorini, 2016).

Persaingan di dunia kerja perkotaan sangat ketat yang mana hal tersebut juga berdampak pada tingkat pengangguran pada suatu kota, salah satunya adalah Kota Surabaya. Surabaya merupakan kota yang masuk dalam 10 besar kota dengan tingkat pengangguran tertinggi di Jawa Timur. Hal itu dibuktikan dengan TPT (Tingkat Pengangguran Terbuka) di Kota Surabaya yaitu sebesar 9,6 % pada tahun 2021, dan pada tahun 2022 di triwulan II sebesar 7,6 % (Pemerintah Kota Surabaya, 2022).

Melihat tingkat pengangguran yang tinggi di Kota Surabaya, hal tersebut akan dapat menyebabkan tidak terselesaikannya tugas perkembangan seorang laki-laki dewasa awal karena menurut Hurlock (2009), bekerja adalah salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal. Adanya tugas perkembangan yang

berbeda-beda dalam waktu yang bersamaan membuat individu seringkali mengesampingkan satu tugas perkembangan demi mencapai tugas perkembangan lainnya sehingga hal tersebut memicu permasalahan. Masalah yang muncul pada masa dewasa awal juga terkait dengan tugas perkembangan, salah satunya adalah memilih pasangan hidup. Setelah melewati masa remaja, golongan dewasa muda semakin memiliki kematangan fisiologis (seksual) sehingga mereka siap melakukan tugas reproduksi, yaitu mampu melakukan hubungan seksual dengan lawan jenisnya, asalkan memenuhi persyaratan yang sah (Havighurst dalam Dariyo, 2003). Untuk sementara waktu, dorongan biologis tersebut, mungkin akan ditahan terlebih dahulu namun mereka akan berupaya mencari calon teman hidup yang cocok untuk dijadikan pasangan dalam perkawinan ataupun membentuk kehidupan rumah tangga.

Pasangan hidup adalah suatu hubungan antara dua orang atau individu yang telah sah, hidup dalam satu atap ataupun terpisah, terikat dalam suatu pernikahan dan menjalani rumah tangga, dimana yang satu berperan sebagai suami dan yang lain sebagai istri (Khairuddin, 2002). Pemilihan pasangan hidup merupakan proses mencari dan menemukan teman untuk dilibatkan dalam hubungan yang kemudian menjadikan hubungan sebagai komitmen jangka panjang dan berakhir pada pernikahan (Wisnuwardhani & Mashoedi, 2012).

Dalam praktiknya, mencari dan memilih pasangan bukanlah hal yang mudah. Pasalnya, memilih pasangan hidup merupakan proses yang panjang dan rumit karena didasari dengan memilih calon yang dapat melengkapi apa yang dibutuhkan oleh individu tersebut (DeGenova, 2008). Dikatakan proses yang panjang karena proses ini bersifat sekuensial, yaitu mengikuti tahap yang berurutan dengan sedikit kesempatan untuk lompat dari tahap satu ke tahap berikutnya (Knapp & Vangelisti, 1992). Proses tersebut diawali dari tahap kontak dan interaksi, pengenalan lebih dalam, dan keterlibatan (Devito, 2003). Namun, jika seseorang kesulitan dalam memilih pasangan hidup, hal ini dapat meningkatkan jumlah populasi dewasa lajang.

Pada tahun 2021, laki-laki yang melajang jauh lebih banyak daripada perempuan. Sebanyak 36,4 % laki-laki melajang, sedangkan perempuan sebanyak

27,2 % (Jayani, 2021). Perempuan sedikit lebih banyak yang sudah menikah daripada laki-laki. Tercatat 59,9 % perempuan telah menikah, sementara laki-laki menikah sebanyak 59,2 % (Jayani, 2021). Laporan Statistik Pemuda Provinsi Jawa Timur Tahun 2021 yang dipublikasikan di laman resmi BPS Jatim pada bulan Juli 2022 bahwa di tahun 2021, sekitar 42,1 % pemuda di Jawa Timur berstatus pernah kawin, dengan rincian 40,85 persen berstatus kawin dan 1,2 % berstatus cerai hidup/cerai mati, sedangkan lebih dari separuh pemuda Jawa Timur berstatus belum kawin, yaitu sekitar 57,8 % (Kominfo Jatim, 2022).

Kemudian berdasarkan jenis kelamin, tampak ada perbedaan pola status perkawinan antara pemuda laki-laki dan perempuan. Pemuda perempuan cenderung lebih banyak yang berstatus pernah kawin dibandingkan pemuda laki-laki (54,1 % berbanding 29,9 %) (Kominfo Jatim, 2022). Data tersebut menunjukkan bahwa pemuda perempuan cenderung lebih cepat menikah dibandingkan pemuda laki-laki.

Oleh sebab itu dapat disimpulkan dari data-data di atas, banyak hal yang menjadi pertimbangan laki-laki dewasa awal untuk memilih pasangan hidup karena dipengaruhi oleh faktor tuntutan ekonomi dan budaya (Kominfo Jatim, 2022). Selain itu, penelitian lain yang dilakukan oleh Oktavianin (2014) mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi pria dewasa awal yang belum menikah dalam menunda pernikahan yakni, tidak mencapai usia kematangan yang sebenarnya, identifikasi yang ketat terhadap orang tua, mempunyai tanggung jawab keuangan dan waktu kepada orang tua dan saudara-saudaranya, dan terlanjur memikirkan karir. Individu dewasa dituntut untuk dapat mendapatkan pekerjaan yang layak dan mengemban tanggung jawab baru seperti menjadi kepala keluarga dan pencari nafkah (Havighurst dalam Wahyudhi, 2019). Pengaruh tuntutan, persaingan, serta bencana yang terjadi dalam kehidupan individu dapat membawa dampak terhadap kesehatan fisik dan psikologi, salah satu dari dampak psikologis yaitu kecemasan (Sutejo, 2018). Penelitian yang dilakukan Wulandari (2021) juga mengungkapkan bahwa keterlambatan menikah pada laki-laki dewasa awal menyebabkan individu tersebut merasa cemas, merasa stres, dan merasa kecewa.

Blackburn dan Davidson (1994) menyatakan, kecemasan merupakan gejala fisik dan psikologi yang tidak menyenangkan yaitu berupa perasaan takut yang

tidak jelas dan subjektif, biasanya dapat ditandai dengan adanya perubahan suasana hati, motivasi, pikiran, dan gejala biologis. Kecemasan (ansietas) adalah istilah yang sangat akrab dengan kehidupan sehari-hari yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah, takut, tidak tenang disertai berbagai keluhan fisik (Anggraeini, 2016). Menurut Zakariah (2015) kecemasan adalah suatu perasaan yang tidak menyenangkan yang digambarkan dengan kegelisahan atau ketegangan dan tanda-tanda hemodinamik yang abnormal sebagai konsekuensi dari stimulasi simpatik, parasimpatik dan endokrin. Blackburn dan Davidson (1994) membagi kecemasan dalam beberapa aspek yaitu: aspek suasana hati, aspek pikiran, aspek motivasi, aspek perilaku, dan aspek gejala biologis.

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu faktor predisposisi dan faktor presipitasi, dalam faktor ini dijelaskan bahwa kecemasan timbul dari faktor internal dan eksternal dari dalam individu, sehingga menyebabkan kecemasan dalam diri individu, dalam faktor internal meliputi psikologis dan juga fisiologis individu, sedangkan di faktor eksternal nya meliputi usia, stressor, jenis kelamin, lingkungan dan juga pendidikan (Stuart, 2013).

Faktor presipitasi merupakan faktor-faktor yang dapat menjadi pencetus terjadinya kecemasan. Dalam faktor resipitasi dibagi dalam dua faktor yaitu faktor eksternal dan juga faktor internal. Dalam faktor eksternal salah satunya adalah ancaman sistem diri yang diantaranya terdapat, identitas diri, kehilangan, perubahan status dan peran, tekanan kelompok, sosial budaya dan harga diri (Stuart, 2013).

Transisi dari masa remaja ke masa dewasa merupakan masa yang kritis bagi individu dikarenakan pada masa dewasa awal terjadi berbagai macam perubahan situasional maupun personal yang dapat menimbulkan stress berlebihan pada diri individu (Hurlock, 2003). Salah satu penyebabnya adalah perubahan pola hidup dan transisi peran pada diri individu yang pada akhirnya akan memunculkan permasalahan. Masalah yang muncul adalah masalah fisik, psikis dan sosial. Permasalahan yang dihadapi individu saat memasuki masa dewasa awal baik dari segi sosial, individu, budaya, fisik maupun yang lainnya bisa saja dipengaruhi oleh

faktor internal ataupun eksternal seperti faktor lingkungan, teman sebaya, masyarakat dan lain-lain (Putri, 2018).

Menurut Hurlock (1996) orang dewasa awal diharapkan memainkan peran baru, seperti suami/istri, orang tua, dan pencari nafkah, keinginan-keinginan baru, mengembangkan sikap-sikap baru dan nilai-nilai baru sesuai tugas baru. Pada masa dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan yang baru dan harapan-harapan sosial baru (Putri, 2018). Jika individu mampu menjalani tugas-tugas perkembangan tersebut akan membawa dan menimbulkan kebahagiaan dan mengarahkan kepada keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangan pada fase-fase selanjutnya, sebaliknya jika individu tersebut gagal dalam melaksanakan tugas perkembangannya maka akan mengantarkannya pada ketidakbahagiaan dan akan mengacaukan tugas perkembangan yang akan dijalani selanjutnya (Putri, 2018). Keguncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib yang dialami, sebagai akibat adanya gap antara individu dengan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungan disebabkan oleh kegagalan penyesuaian diri (Choirudin, 2015). Sebaliknya, keberhasilan penyesuaian diri pada individu ditandai dengan tidak adanya kegoncangan atau kecemasan yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya (Choirudin, 2015).

Schneiders (2008) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi, dan konflik, tujuannya untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana dia tinggal dengan tuntutan didalam dirinya. Haber & Runyon (Pangestuti, 2021), menyatakan penyesuaian diri merupakan suatu proses yang ditandai dengan seberapa baik Individu mampu menghadapi situasi serta kondisi yang selalu berubah sehingga individu merasa sesuai dengan lingkungan dan mendapatkan kepuasan dalam pemenuhan kebutuhannya. Menurut Desmita (2014), penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau

harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan.

Schneider (2008) membagi aspek penyesuaian diri menjadi enam aspek, yaitu kontrol terhadap emosi yang berlebihan, mekanisme pertahanan diri yang minimal, frustrasi personal yang minimal, pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu, sikap realistik dan objektif. Menurut Schneiders (Putri, 2018), kemampuan penyesuaian diri dalam diri seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain yaitu sebagai berikut: a. Keadaan Fisik, b. Perkembangan dan Kematangan, c. Keadaan Psikologis, d. Keadaan Lingkungan, e. Tingkat Religiusitas dan Kebudayaan

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa laki-laki nantinya akan mendapat peran yang berbeda dari perempuan dalam tahap dewasa awal khususnya dalam berumah tangga. Ditambah lagi jika tugas perkembangan yang lain belum terselesaikan, yakni mendapat pekerjaan. Hal ini akan menjadikan laki-laki dewasa memiliki banyak pertimbangan untuk dapat memilih pasangan hidupnya. Tuntutan yang dihadapi oleh individu dalam memenuhi tugas perkembangannya karena perubahan status dan peran dari remaja ke dewasa awal dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Dalam menghadapi kenyataan tersebut, penyesuaian diri memiliki peran yang penting. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji **“Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup Pada Laki-Laki Dewasa Awal”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, agar memudahkan penulis dalam menjawab masalah tersebut, maka peneliti merumuskan sebagai berikut: “Apakah Terdapat Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup pada Laki-Laki Dewasa Awal? “

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Penyesuaian Diri dengan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup pada Laki-Laki Dewasa Awal.

1.4 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan, serta dapat menjadi masukan yang berguna dan dapat menjadi tambahan bahan referensi penelitian lebih lanjut dengan menggali lebih dalam tentang Hubungan Penyesuaian Diri dengan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup pada Laki-Laki Dewasa Awal.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Subjek

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan berpikir laki-laki dewasa awal terkait penyesuaian diri dan kecemasan memilih pasangan hidup.

2. Bagi Masyarakat

Dengan adanya penelitian ini diharapkan memberikan ilmu pengetahuan masyarakat mengenai penyesuaian diri dan kecemasan memilih pasangan hidup pada laki-laki dewasa awal.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan kajian pemikiran tentang hubungan penyesuaian diri dan kecemasan memilih pasangan hidup pada laki-laki dewasa awal, sebagai acuan bagi mahasiswa dalam mengembangkan penelitian selanjutnya.