

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hardiness

1. Pengertian Hardiness

Konsep *hardiness* pertama kali diungkapkan oleh Kobasa (dalam Priasmawati & Sukhirman, 2009) dalam penelitiannya mengenai peran kepribadian dalam menjaga kesehatan individu ketika menghadapi stres (Gebharthdt, Van Doef & Paul, dalam Primaswati & Sukirman, 2009). Ketangguhan pribadi (*hardiness*) merupakan keadaan diri individu yang mampu membuat individu memiliki ketabahan dan daya tahan (Hardjana, 1994). Vogt, Rizvi, Shipherd dan Resick (dalam Fitroh, 2011) menyatakan bahwa *hardiness* sebagai konstruksi kepribadian yang merefleksikan sebuah orientasi yang lebih optimistis terhadap hal-hal yang menyebabkan stres.

Hadjam (dalam Mahmudah, 2009) menyatakan ketangguhan pribadi (*hardiness*) mengacu pada kemampuan individu yang bertahan dalam menghadapi stres tanpa mengakibatkan gangguan yang berarti, lebih lanjut dikatakan bahwa ketangguhan pribadi sangat berperan dalam menentukan tingkah laku penyesuaian individu dalam menghadapi stres. Hadjam (dalam Mahmudah, 2009) menunjukkan bahwa ketangguhan pribadi mengurangi pengaruh kejadian-kejadian hidup yang mencekam dengan meningkatkan penggunaan strategi penyesuaian, antara lain dengan menggunakan sumber-sumber sosial yang ada di lingkungan untuk dijadikan tameng, motivasi, dan dukungan dalam menghadapi masalah ketegangan yang dihadapi dan

memberikan kesuksesan. Individu yang tangguh mampu menghadapi dan menerima kesukaran, kesulitan, masalah dengan tabah. Tidak mudah goyah, bimbang, takut dan kehilangan nyali. Individu yang tangguh tahan mengalami tekanan, penderitaan, dan kemalangan. Individu tangguh tidak mundur dan putus asa menghadapi cobaan dan petaka kehidupan (Hardjana, 1994).

Kemampuan individu dalam menghadapi berbagai kejadian hidup yang menekan tidaklah sama, tetapi tergantung pada banyak hal, salah satunya adalah kepribadian. Ada tipe kepribadian tertentu yang mudah mengalami gangguan jika mengalami peristiwa-peristiwa yang menekan dan menegangkan. Ada juga tipe kepribadian tertentu yang memiliki daya tahan tinggi terhadap kejadian yang menegangkan. Tipe kepribadian yang mempunyai kemampuan dan daya tahan terhadap stres adalah *hardiness* atau *hardy personality* yang merupakan gagasan konsep Kobasa.

Kobasa (dalam Rahmawan, 2010) mengemukakan bahwa *hardiness* merupakan konstalasi dari karakteristik kepribadian yang dapat membantu untuk melindungi individu dari pengaruh negatif stres. *Hardiness* menjadi pertimbangan sebagai suatu bentuk sikap mental yang dapat mengurangi efek stres secara fisik maupun mental pada individu. Individu dengan *hardiness* yang tinggi akan memiliki kepercayaan bahwa semua masalah yang dihadapi, termasuk segala masalah dan beban yang ada adalah sesuatu yang tidak mungkin dihindari, sehingga individu dapat melakukan hal yang dianggap tepat untuk menyelesaikan masalah. Sebaliknya, individu dengan *hardiness* yang rendah seringkali menganggap banyak hal sebagai suatu bentuk

ancaman dan sumber stres, sehingga ketika dirinya merasakan stres maka konsekuensi negatif yang harus ia hadapi menjadi semakin berat (Vogt, Rizvi, Shipherd dan Resick, 2008 dalam Fitroh, 2011).

Kepribadian tangguh (*hardiness*) (Hadjam, dalam Retnowati & Munawaroh, 2009) terdiri dari tiga dimensi, yaitu: (1). Komitmen untuk menemukan tujuan hidup yang bermakna (*commitment*). (2). Keyakinan akan kemampuan mengontrol lingkungan dan peristiwa yang dihadapi (*control*). (3). Keyakinan untuk dapat tumbuh dan berkembang baik dari pengalaman positif maupun pengalaman negatif yang dialami individu (*challenge*).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *hardiness* adalah suatu karakteristik kepribadian yang mempunyai daya tahan dalam menghadapi kejadian-kejadian yang menekan atau menegangkan yang di dalamnya terdapat dimensi *control*, *commitment*, *challenge*.

2. Dimensi Hardiness

Menurut Kobasa, 1979 (dalam Rahmawan, 2010) dimensi dari *hardiness* adalah:

a. *Commitment Vs Alienation Commitment*

Commitment adalah kecenderungan individu untuk melibatkan diri ke dalam apapun yang dilakukan individu. Individu yang mempunyai *commitment* mempunyai kepercayaan yang dapat mengurangi ancaman yang dapat dirasakan dari peristiwa-peristiwa yang menimbulkan stres. Individu yang tangguh memiliki rasa bertujuan (*a sense purpose*) dalam hidup. Karena itu hidupnya mempunyai arah dan tujuan untuk dijalani

dengan keyakinan serta gairah. Rasa bertujuan tersebut membuat individu tangguh tidak mudah menyerah, mundur, dan putus asa. Demi tujuan hidup, segala hambatan, halangan, dan masalah dengan berbagai cara, dengan kekuatan sendiri atau dengan bantuan orang lain, dicoba diatasi dan diselesaikan (Hardjana, 1994).

Individu yang tinggi pada dimensi *commitment* ini akan berkomitmen dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk hubungan interpersonal, keluarga, dan rendah diri. Dengan tidak adanya *alienated*, komitmen tercermin dalam kemampuan seseorang untuk terlibat, dari pada merasa terasing. Dari titik pandang eksistensial, dimensi ini merupakan rasa dasar seseorang layak, tujuan, dan akuntabilitas, yang melindungi terhadap kelemahan sementara di bawah kesulitan (Bigbee, 1985; Pollock, 1989; Sullivan, 1993 dalam Bissonnette, 1998). Sebaliknya, individu yang *alienated* akan mudah merasa bosan atau merasa tidak berarti, karena mereka memandang hidup sebagai suatu yang membosankan dan tidak berarti, menarik diri dari tugas yang harus dikerjakan, pasif dan lebih suka menghindar dari berbagai aktifitas. Individu yang *alienated* akan menilai kejadian yang menimbulkan stres sebagai sesuatu yang hanya dapat ditahan dan tidak dapat diperbaiki, (Kobasa dalam Rahmawan 2010).

b. *Control Vs Powerlessness*

Kontrol (sebagai kontras dengan ketidakberdayaan) merangkum keyakinan dalam kemampuan seseorang untuk mempengaruhi jalannya

peristiwa (Kobasa, Maddi, & Courington, dalam Waysman, Schwarzwald, Solomon, 2001). Aspek kontrol muncul dalam bentuk kemampuan untuk mengendalikan diantara beragam tindakan yang dapat diambil. Individu yang memiliki aspek kontrol tinggi juga memiliki kendali kognitif atau kemampuan untuk menginterpretasikan, menilai, menyatukan berbagai peristiwa kedalam rencana kehidupan selanjutnya.

Individu yang kuat dalam kontrol percaya bahwa mencoba mempengaruhi hasil penyelesaian masalah sehingga membuat individu lebih cenderung mengarah pada hasil yang berarti dari pada tenggelam oleh ketidakberdayaan dalam menghadapi tekanan (Maddi, Kobasa, Harvey, Fazel, Resurreccion, 2010). *Powerlessness* adalah perasaan pasif dan akan selalu disakiti oleh hal-hal yang tidak dapat dikendalikan dan kurang memiliki inisiatif serta kurang dapat merasakan adanya sumber-sumber dalam dirinya, sehingga individu merasa tidak berdaya jika menghadapi hal-hal yang dapat menimbulkan ketegangan atau tekanan (dalam Rahmawan, 2010).

c. *Challenge Vs Threatened*

Keluwesannya kognitif menjadikan individu terlatih untuk merespon kejadian yang tidak terduga sebagai suatu masalah atau tantangan yang perlu diatasi. Dengan demikian individu memandang hidup sebagai suatu tantangan yang menyenangkan. Menurut Maddi dan Kobasa (dalam Soderstrom, Dolbier, Leiferman, Steinhardt, 2000) tantangan mencerminkan jangka pandangan hidup yang memungkinkan individu

untuk melihat perubahan sebagai suatu kesempatan untuk pertumbuhan daripada ancaman rasa keamanan atau kelangsungan hidup seseorang.

Individu yang tangguh melihat kesulitan dan masalah bukan sebagai hambatan tetapi sebagai tantangan. Bagi orang yang tangguh, pasang surutnya kehidupan, bukan merupakan kekacauan melainkan kesempatan untuk tumbuh. Perubahan bukan faktor pengguncang keamanan, melainkan kemungkinan untuk menjadi lebih baik (Hardjana, 1994)

Individu yang kuat dalam tantangan percaya bahwa ia berhak untuk kenyamanan dan keamanan. Sebaliknya, individu melihat perubahan sebagai alam dan kesempatan untuk, terus tumbuh dengan apa yang dipelajari melalui pengalaman negatif maupun pengalaman positif (Maddi, Harvey, Kobasa dkk, 2006). Sedangkan, individu yang *threatened* menganggap bahwa sesuatu itu harus stabil karena kestabilan adalah kewajaran dan ia khawatir dengan adanya perubahan karena dianggap merusak dan menimbulkan rasa tidak aman dan menganggap bahwa perubahan itu sebagai ancaman. Selain itu individu yang *threatened* tidak bisa menyambut dengan baik perubahan atau memandang perubahan sebagai ancaman daripada sebagai tantangan, dan selalu mengaitkan dengan penekanan dan penghindaran (Kobasa 1979, dalam Rahmawan, 2010).

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa dimensi *hardiness* terdiri dari aspek *control*, *commitment*, *challenge*. *Control* yaitu kemampuan individu untuk terlibat dalam kegiatan dilindungi sekitar,

commitment yaitu kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa individu dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya, dan *challenge* yaitu kecenderungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai suatu yang wajar dan menganggapnya sebagai sebuah tantangan yang menyenangkan.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Hardiness*

Stres dapat menimbulkan hal yang negatif maupun hal yang positif tergantung pada sumber penangkal stres yang meliputi *hardiness*, dukungan sosial, praktek kesehatan dan disposisi kepribadian (Kobasa, Maddi & Khan, dalam Rahmawan, 2010). *Hardiness*, dukungan sosial dan praktek-praktek kesehatan berperan besar dalam proses penanggulangan stres. Adapaun faktor yang diidentifikasi mempengaruhi *hardiness* (Bissonnette, 1998) antara lain:

a. Penguasaan pengalaman (*mastery experience*)

Non-kontingensi antara tindakan seseorang dan kejadian eksternal, atau kelonggaran kontrol, seperti yang telah ditunjukkan penyebab depresi dan pasif. Memiliki penguasaan perasaan, adalah hasil dari kontingensi antara tindakan dan hasil telah terbukti berhubungan dengan peningkatan ketahanan anak-anak. Lingkungan terstruktur (prediktabilitas), selain strategi seperti gradasi (menggunakan langkah-langkah kecil untuk dicapai tantangan *grade* dan pilihan (memaksimalkan jumlah pilihan yang diberikan kepada seorang anak) memungkinkan anak-anak untuk mengembangkan rasa kontrol atas dunia mereka (Seligman, 1995;Brooks, 1994;Stewart et al, 1997;Werner,1997 dalam Bissonnette, 1998).

Penyelesaian tugas dan dari penguasaan pengalaman juga telah ditemukan berkontribusi untuk tingkat yang lebih tinggi dari harga diri dan *self efficacy* pada individu (Masten et al, 1990, Rutter, 1987 dalam Bissonnette, 1998). Dengan adanya pengalaman kita bisa berbuat sesuatu untuk mempengaruhi suatu, peristiwa, atau individu. Memiliki pengalaman menguji kemampuan kita, sejauh mana kita mampu menghadapi kesulitan dan memecahkan masalah. Akhirnya pengalaman untuk menguji daya tahan dan ketabahan kita untuk menderita: kelaparan, kesakitan, ketakutan, dan kemalangan. Pengalaman-pengalaman ujian semacam itu dapat ikut mampu mengembangkan ketangguhan pribadi atau *hardiness* (Hardjana, 1994)

b. Perasaan yang positif (*feeling of positivity*)

Selain memberikan kesempatan eksplisit untuk penguasaan pengalaman, hubungan orangtua yang hangat tidak langsung meningkatkan penguasaan seseorang melalui peningkatan eksplorasi. Peduli, mencintai dan memimpin anak untuk melihat dirinya sebagai dicintai dan berharga akan memberikan persepsi diri yang positif, anak menerima sebagian dari orang lain, memberikan dasar yang aman untuk eksplorasi dunia. Penelitian longitudinal menyelidiki, peran faktor keluarga dalam melindungi anak-anak dari keterpurukan telah konsisten menunjukkan bahwa kehadiran, hubungan yang positif, peduli dan hangat setidaknya dengan satu orangtua menunjukkan kepedulian terhadap kesejahteraan anak dan selaras dengan kebutuhan anak memberikan kontribusi untuk

pengembangan profil tangguh (Garmezy, Werner, Masten, Seligman dalam Bissonnette, 1998).

c. Gaya Pengasuhan (*parental explanatory style*)

Mengajar anak-anak pra-sekolah untuk mengidentifikasi dan memanfaatkan berbagai keterampilan kognitif adalah tugas yang sulit karena proses kognitif mereka tidak cukup dikembangkan untuk terlibat dalam jenis kegiatan ini. Pada usia dua tahun, kausal atribusi dapat diungkapkan dengan kata (Seligman dalam Bissonnet, 1998). Kemampuan ini sebagian dikembangkan oleh pemodelan gaya orang lain, terutama orangtua. Hesse dan Cicchetti (dalam Bissonnette, 1998) berpendapat bahwa anak-anak mampu mengasimilasi emosional repertoar, bahasa, dan mengasimilasi gaya orangtua mereka.

Demikian pula Fischer dan Leitenberg (dalam Bissonnette, 1998) menunjukkan bahwa kecenderungan orangtua untuk mengungkapkan optimis atau pesimis juga berhubungan dengan tingkat optimisme anak-anak mereka. Implikasi dari temuan ini untuk ketahanan promosi pusat upaya pada gagasan bahwa orangtua dan orang dewasa yang memiliki dampak yang signifikan pada anak harus berusaha mengkomunikasikan optimisme mereka sendiri (Brooks dalam Bissonnette, 1998).

4. Fungsi *Hardiness*

Menurut Kobasa (1982) dan Maddi (2002) (dalam Rahmawan, 2010) *hardiness* dalam diri seseorang individu berfungsi sebagai:

a. Membantu dalam proses adaptasi individu

Hardiness yang tinggi akan sangat membantu dalam melakukan proses adaptasi terhadap hal-hal yang baru, sehingga stres yang ditimbulkan tidak banyak.

b. Toleransi terhadap frustrasi

Sebuah penelitian terhadap dua kelompok mahasiswa, yaitu kelompok yang memiliki ketabahan hati yang tinggi dan yang rendah, menunjukkan bahwa mereka yang memiliki ketabahan hati yang tinggi menunjukkan tingkat frustrasi yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang ketabahan hatinya rendah.

c. Mengurangi akibat buruk dari stres

Kobasa yang banyak meneliti *hardiness* menyebutkan bahwa ketabahan hati sangat efektif berperan ketika terjadi periode stres dalam kehidupan seseorang. Hal ini dapat terjadi karena mereka tidak terlalu menganggap stres sebagai suatu ancaman.

d. Mengurangi kemungkinan terjadinya *burnout*

Burnout yaitu situasi kehilangan kontrol pribadi karena terlalu besarnya tekanan pekerjaan terhadap diri, sangat rentan dialami oleh pekerja-pekerja *emergency* seperti perawat yang memiliki beban kerja tinggi. Untuk individu yang memiliki beban kerja tinggi, ketabahan hati

sangat dibutuhkan untuk mengurangi *burnout* yang sangat mungkin muncul.

- e. Mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan koping yang berhasil.

Koping adalah penyesuaian secara kognitif dan perilaku menuju keadaan yang lebih baik, bertoleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terdapat dalam situasi stres. Ketabahan hati membuat individu dapat melakukan koping yang cocok dengan masalah yang dihadapi. Individu dengan ketabahan hati yang tinggi cenderung memandang situasi yang menyebabkan stres sebagai hal positif, dan karena itu mereka dapat lebih jernih dalam menentukan koping yang sesuai.

- f. Meningkatkan ketahanan diri terhadap stres

Hardiness dapat menjaga individu untuk tetap sehat walaupun mengalami kejadian-kejadian yang penuh stres (Smet, 1994). Karena lebih tahan terhadap stres, individu juga akan lebih sehat dan tidak mudah jatuh sakit karena caranya menghadapi stres lebih baik dibanding individu yang ketabahan hatinya rendah.

- g. Membantu individu untuk melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan

Hardiness dapat membantu individu untuk dapat melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan, baik dalam keadaan stres maupun tidak.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *hardiness* yang ada dalam diri seorang individu berfungsi membantu dalam proses adaptasi individu, lebih memiliki toleransi terhadap frustrasi, mengurangi akibat buruk dari stres, mengurangi kemungkinan adanya *burnout*, mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan coping yang berhasil, lebih sulit untuk jatuh sakit yang biasanya disebabkan oleh stres, membantu individu untuk melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan.

B. Kemandirian

1. Pengertian Kemandirian

Kemandirian berasal dari kata dasar diri, pembahasan mengenai kemandirian tidak dapat dilepaskan dari pembahasan mengenai perkembangan diri itu sendiri, yang dalam konsep Carl Rogers disebut dengan istilah *self*, karena diri itu merupakan inti dari kemandirian (Ali & Asrori, 2005). Kemandirian yang dimaksud adalah kemampuan mengatur tingkah laku yang ditandai kebebasan, inisiatif, rasa percaya diri, kontrol diri, ketegasan diri, serta tanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain. Kemandirian dapat dilihat sejak individu masih kecil dan terus berkembang

sehingga akhirnya menjadi sifat yang relatif menetap pada masa remaja (Smart & Smart dalam Suryadi & Damayanti, 2003).

Upaya mendefinisikan kemandirian dan proses perkembangannya, ada berbagai sudut pandang yang sejauh perkembangannya dalam kurun waktu sedemikian lama telah dikembangkan oleh para ahli. Emil Durkheim, misalnya, melihat makna dan perkembangan kemandirian dari sudut pandang yang berpusat pada masyarakat (Kartadinata dalam Asrori & Ali, 2005). Pandangan ini dikenal juga dengan pandangan konformistik. Dengan menggunakan sudut pandang ini, Durkheim berpendirian bahwa kemandirian merupakan elemen esensial ketika dari moralitas yang bersumber pada kehidupan masyarakat. Durkheim berpendapat bahwa kemandirian tumbuh dan berkembang karena dua faktor yang menjadi prasyarat bagi kemandirian, yaitu :1) Disiplin, yaitu adanya aturan bertindak dan otoritas, 2) Komitmen terhadap kelompok (Asrori & Ali, 2005).

Dalam perspektif konformistik maka konsep kemandirian konformistik dapat ditelusuri dalam pemikiran McDougal (dalam Asrori & Ali, 2005) yang berpandangan bahwa perilaku mandiri sebagai *hallmark* dari kematangan, dan berarti juga sebagai pendorong perilaku sosial. Kemandirian dijelaskan sebagai konformitas khusus, yang berarti suatu konformitas terhadap kelompok yang terinternalisasi. Setiap individu selalu berkonformitas, dan yang membedakan konformitas antara individu satu dengan lainnya adalah variabel kelompok rujukan yang disukainya. Menurut Soelaeman (dalam Asrori & Ali, 2005) perkembangan kemandirian adalah

proses yang menyangkut unsur-unsur normatif. Ini mengandung makna bahwa kemandirian merupakan suatu proses yang terarah. Karena perkembangan kemandirian sejalan dengan hakikat ekstensi manusia, arah perkembangan tersebut harus sejalan dan berlandaskan pada tujuan hidup manusia.

Remaja yang mandiri adalah remaja yang dapat memiliki kemampuan untuk mengatur diri sendiri secara bertanggung jawab, meskipun tidak ada pengawasan dari orangtua ataupun guru. Menurut Asrori & Ali (2005) kemandirian yang sehat adalah yang sesuai dengan hakikat manusia paling dasar. Perilaku mandiri adalah perilaku memelihara hakikat eksistensi diri.

2. Aspek-aspek Kemandirian

Steinberg (dalam Herwita, 2008) mengatakan kemandirian dapat digambarkan dalam aspek-aspek berikut, yaitu:

a. Kemandirian emosional

Kemandirian ini merupakan karakteristik yang berkaitan dengan perubahan pada hubungan individu, khususnya dengan orangtua. Hubungan anak dengan orangtua berubah seiring berjalannya waktu. Perubahan dalam rasa sayang, distribusi kekuatan, dan bentuk interaksional verbal. Pada akhirnya masa remaja ketergantungan individu pada orangtua berkurang dari masa kanak-kanaknya. Hal ini dapat terlihat dalam beberapa cara, yaitu :

- 1) Remaja akhir secara umum tidak memberontak kepada orangtua ketika mereka kecil, khawatir, atau butuh bantuan.
- 2) Remaja tidak melihat orangtua sebagai yang tahu atau yang berkuasa
- 3) Remaja sering bermasalah pada kekuatan emosi dalam suatu hubungan di luar keluarga (misal, lebih dekat dengan kekasih dari pada orangtua).
- 4) Remaja bisa melihat interaksinya dengan orangtua sebagai orang biasa, bukan sebagai orangtua.

Perubahan pada hubungan orangtua dengan remaja ini merefleksikan perkembangan kemandirian emosional.

b. Kemandirian bersikap

Semua individu di setiap umur dipengaruhi oleh tekanan dari orang-orang di sekitar mereka. Pendapat dan saran dari orang lain, khususnya yang secara pengetahuan dan sikap mereka hormati, sangatlah penting dalam mempengaruhi pilihan dan keputusan mereka. Kemandirian remaja dalam bersikap bukanlah berarti bahwa mereka bebas dari pengaruh orang lain. Jika dalam kemandirian sikap seorang individu ada saran orang lain, maka saran dari orang lain tersebut merupakan alternatif pilihan bagi individu tersebut untuk memperoleh sebuah kesimpulan. Terdapat 3 hal dalam kemandirian bersikap ini, yaitu :

- 1) Kemampuan dalam pengambilan keputusan.
- 2) Perubahan dalam keberhasilan untuk mempengaruhi orang lain.
- 3) Perubahan dalam kepercayaan diri.

c. Kemandirian nilai-nilai

Kemandirian ini berhubungan dengan perubahan pada konsep remaja tentang masalah moral, politik, ideologi dan agama. Ada 3 ciri-ciri perkembangan nilai kemandirian di masa remaja, yaitu :

- 1) Melihat situasi atau masalah berdasarkan dari intisari masalah tersebut.
- 2) Semakin meningkatnya keyakinan terhadap prinsip umum yang mempunyai dasar ideologi.
- 3) Semakin meningkatnya keyakinan terhadap nilai-nilai kaum muda, bukanlah terhadap sistem nilai yang diberikan orangtua atau penguasa.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Hurlock (1980) yang mendefinisikan remaja berdasarkan pengertian tata bahasa. Istilah *adolescence* atau remaja menurut Hurlock berasal dari bahasa latin *adolescence* yang berarti “tumbuh menjadi dewasa”. Selanjutnya Piaget (dalam Hurlock, 1980) mengatakan bahwa istilah *adolescence* memiliki arti luas mencakup kematangan mental emosional, sosial dan fisik. WHO (*World Health Organization*) pada tahun 1974 mendefinisikan tentang remaja yang lebih bersifat konseptual, remaja artinya tumbuh kearah kematangan, kematangan dalam hal ini tidak hanya berarti kematangan fisik, tetapi terutama kematangan sosial-psikologis. Dalam definisi tersebut dikemukakan (tiga) kriteria yaitu biologik, psikologik, dan sosial ekonomi, sehingga secara lengkap definisi tersebut berbunyi sebagai berikut :

- a. Individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekunder sampai saat ia mencapai kematangan seksual.
- b. Individu mengalami perkembangan psikologik dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.
- c. Terjadi pralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri (dalam Sarwono, 1994).

2. Batasan Usia Remaja

Pada tahun 1974 WHO (*World Health Organization*) sebagai suatu lembaga kesehatan di dunia akhirnya memberi definisi dari remaja itu sendiri. Selain memberikan definisi yang bersifat konseptual, WHO juga menetapkan batasan usia 10-20 tahun sebagai usia remaja, yang dibagi menjadi dua tahap yaitu: remaja awal dari usia 10-14 tahun dan remaja akhir dari usia 15-20 tahun. Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) sendiri menetapkan usia 15-24 tahun sebagai usia pemuda (*youth*) dalam rangka keputusan untuk menetapkan tahun 1985 sebagai tahun Pemuda Internasional (dalam Sarwono, 1994). Menurut Yusuf (2004) masa usia mahasiswa sebenarnya berumur sekitar 18-25 tahun. Mereka dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal atau dewasa madya.

3. Tugas Perkembangan Remaja

Havighurst (dalam Sarwono, 1994) pada tahun 1972 mengemukakan suatu teori yang dinamakan teori tugas perkembangan (*development task*) yang didalamnya mengatakan bahwa setiap individu pada setiap tahapan usia mempunyai tujuan untuk mencapai sesuatu kepandaian, keterampilan, pengetahuan, sikap dan fungsi tertentu, sesuai dengan kebutuhan pribadi yang timbul dari dalam dirinya (faktor nativisme) dan tuntutan yang datang dari masyarakat sekitar (faktor empirisme). Selanjutnya Havighurst (dalam Yusuf, 2004) menambahkan bahwa ada 10 tugas perkembangan yang harus dicapai oleh remaja yaitu:

- a. Mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya dari jenis kelamin yang manapun.

Dalam hal ini ada beberapa hakikat tugas yang dialami remaja, yaitu:

- 1) Belajar melihat kenyataan, anak wanita sebagai wanita, dan anak pria sebagai pria.
- 2) Berkembang menjadi orang dewasa di antara orang dewasa lainnya.
- 3) Belajar bekerja sama dengan orang lain untuk mencapai tujuan bersama
- 4) Belajar memimpin orang lain tanpa mendominasinya.

- b. Mencapai peran sosial sebagai pria atau wanita.

Dalam hal ini ada beberapa hakikat tugas yang di alami remaja, yaitu remaja dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat.

c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakannya secara efektif.

Dalam hal ini ada beberapa hakikat tugas yang dialami remaja, yaitu agar remaja merasa bangga, atau bersikap toleran terhadap fisiknya, menggunakan dan memelihara fisiknya secara efektif, dan merasa puas dengan fisiknya tersebut.

d. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan dengan orang dewasa lainnya.

Dalam hal ini ada beberapa hakikat tugas yang dialami remaja, yaitu:

- 1) Membebaskan diri dari sikap dan perilaku yang kekanak-kanakan atau bergantung pada orangtua
- 2) Mengembangkan afeksi (cinta kasih) kepada orangtua, tanpa bergantung (terikat) kepadanya.
- 3) Mengembangkan sikap respek terhadap orang dewasa lainnya tanpa bergantung padanya.
- 4) Mencapai jaminan kemandirian ekonomi: dalam hal ini ada beberapa hakikat tugas yang dialami remaja, yaitu agar remaja merasa mampu menciptakan suatu kehidupan (mata pencaharian)

e. Memilih dan mempersiapkan karier (pekerjaan).

Dalam hal ini ada beberapa hakikat tugas yang dialami remaja, yaitu :

- 1) Memilih suatu pekerjaan yang sesuai dengan kemampuannya.
- 2) Mempersiapkan diri memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk memasuki pekerjaan tersebut.

f. Mempersiapkan pernikahan dan hidup keluarga.

Dalam hal ini ada beberapa hakikat tugas yang dialami remaja, yaitu:

- 1) Mengembangkan sikap positif terhadap pernikahan, hidup berkeluarga, dan memiliki anak.
- 2) Memperoleh pengetahuan yang tepat tentang pengelolaan keluarga dan pemeliharaan anak.

g. Mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan bagi warga negara.

Dalam hal ini ada beberapa hakikat tugas yang dialami remaja, yaitu:

- 1) Mengembangkan konsep-konsep hukum, pemerintahan, ekonomi, politik, geografi, hakikat manusia, dan lembaga-lembaga sosial yang cocok dengan dunia modern.
- 2) Mengembangkan keterampilan berbahasa dan kemampuan nalar (berfikir) yang penting bagi upaya memecahkan masalah-masalah secara efektif.

h. Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial.

Dalam hal ini ada beberapa hakikat tugas yang dialami remaja, yaitu:

- 1) Berpartisipasi sebagai orang dewasa yang bertanggung jawab sebagai masyarakat.
- 2) Memperhitungkan nilai-nilai sosial dalam tingkah laku dirinya.

- i. Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai petunjuk atau pembimbing dalam bertingkah laku.

Dalam hal ini ada beberapa hakikat tugas yang dialami remaja, yaitu :

- 1) Membentuk seperangkat nilai yang mungkin dapat direalisasikan.
- 2) Mengembangkan kesadaran untuk merealisasikan nilai-nilai.
- 3) Mengembangkan kesadaran akan hubungannya dengan sesama manusia dan juga alam sebagai lingkungan tempat tinggal.
- 4) Memahami gambaran hidup nilai-nilai yang dimiliki, sehingga dapat hidup selaras (*harmony*) dengan orang lain.

Tugas-tugas perkembangan remaja yang telah dipaparkan di atas di antaranya adalah kemandirian emosional dan kemandirian ekonomi termasuk tugas perkembangan yang harus diterima individu pada masa remaja. Kemandirian emosional dapat dilihat pada remaja bahwa mereka mulai tidak tergantung pada orangtua dan lebih berminat terhadap kegiatan-kegiatan dengan orang dewasa lainnya. Kemandirian ekonomi dapat dilihat dari adanya keinginan remaja untuk mencapai kemandirian secara ekonomi. Hal ini bisa terlihat dari adanya minat remaja, terutama mahasiswa untuk mulai mencari pekerjaan sambil kuliah. Ada yang tujuannya untuk membiayai kuliah sendiri, namun ada juga yang sekedar untuk mengisi waktu dan mengembangkan hobi atau minat hingga untuk sekedar menambah uang jajan.

D. Kerangka Pemikiran dan Hipotesis

1. Kerangka Pemikiran

Setiap individu dalam kehidupannya selalu menemui dan menghadapi terjadinya berbagai perubahan-perubahan situasi dan kondisi. Dalam berbagai perubahan dan situasi yang di hadapi tidak semua individu bisa menyesuaikan diri dengan tuntutan dan perubahan yang di alaminya. hal ini tak jarang membuat mereka tertekan dan stres dengan perubahan yang terjadi. Untuk menyesuaikan diri dengan tekanan dan permasalahan yang dihadapinya dibutuhkan kepribadian yang positif (*hardiness*) agar tahan terhadap stres akibat dari tekanan dari masalah dan tuntutan yang dihadapinya.

Hardiness merupakan suatu ketahanan psikologis yang dapat membantu dalam mengelola stres (Sukmono dalam Olivia, 2014). *Hardiness* adalah salah satu karakteristik kepribadian yang dimiliki individu dalam menghadapi situasi menekan. *Hardiness* merupakan dasar seseorang untuk memandang dunia lebih positif, meningkatkan standar hidup, mengubah hambatan dan tekanan kedalam pembangunan dan sumber pertumbuhan (Olivia, 2014).

Menurut Hadjam (2004) kepribadian tahan banting (*hardiness*) mengurangi pengaruh kejadian-kejadian hidup yang mencekam dengan meningkatkan penggunaan strategi penyesuaian, antara lain dengan menggunakan sumber-sumber sosial yang ada di lingkungannya untuk dijadikan tameng, motivasi, dan dukungan dalam menghadapi masalah ketegangan yang dihadapinya dan memberikan kesuksesan. Saat menghadapi kondisi yang

menekan, individu yang tahan banting juga akan mengalami stres atau tekanan. Namun tipe kepribadian ini dapat menyikapi secara positif keadaan tidak menyenangkan tadi agar dapat menimbulkan kenyamanan melalui cara-cara yang sehat.

Individu dengan *hardy personality* percaya bahwa mereka dapat mengontrol atau mempengaruhi kejadian-kejadian dalam hidupnya. Mereka secara mendalam berkomitmen terhadap pekerjaannya dan aktivitas-aktivitas yang mereka sukai, dan mereka memandang perubahan sebagai sesuatu yang menarik dan menantang lebih daripada sebagai sesuatu yang mengancam. Sebaliknya, kurangnya *hardiness* dalam diri individu dapat dihubungkan dengan tingkat stres yang tinggi (Riggio & Porter dalam Nurtjahjanti & Ratnaningsih, 2011). Pernyataan ini sesuai dengan hasil penelitian McCalister (dalam Nurtjahjanti & Ratnaningsih, 2011) yang menunjukkan bahwa *hardiness* berhubungan dengan sedikitnya distress psikologi, meningkatnya kebahagiaan dan penyesuaian.

Individu dengan *hardiness* yang tinggi percaya bahwa semua masalah yang dihadapi, termasuk segala masalah dan beban kerja yang ada adalah suatu yang tidak mungkin dihindari sehingga mereka dapat melakukan hal yang dianggap tepat untuk menyelesaikan masalah. Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* yang tinggi akan memiliki ketahanan psikologis yang kuat dimana individu tersebut akan mampu menghadapi suatu tekanan dengan cara mengubah stressor negatif menjadi suatu tantangan yang positif. Sebaliknya individu dengan *hardiness* yang rendah sering kali menganggap banyak hal

dalam pekerjaan sebagai ancaman dan tekanan, sehingga ketika dirinya merasakan adanya tekanan maka konsekuensi negatif yang harus ia hadapi semakin berat. Individu dengan *hardiness* yang tinggi lebih jarang jatuh sakit dibandingkan individu dengan *hardiness* yang rendah. Dengan demikian kemandirian memiliki dampak positif dalam membentuk kepribadian *hardiness*.

Individu yang tinggal terpisah dengan orangtua, memiliki kepribadian *hardiness* sangat penting, karena membantu individu untuk meminimalisir stres akibat sulitnya menyesuaikan dengan tuntutan yang akan dihadapi. Sebagai mahasiswa yang harus belajar giat demi mengejar cita-cita mereka dan juga menjadi seorang yang turut andil dalam kehidupan masyarakat sehingga seringkali mendapat tekanan yang bisa menimbulkan stres dan cemas. Individu yang mempunyai kepribadian tahan banting (*hardiness*) tidak akan mudah melarikan diri dan menarik diri dari kondisi yang mengancam dirinya (Hadjam dkk dalam Nastalia, 2007)

Mahasiswa dituntut memiliki kepribadian *hardiness* yang baik agar dapat mengatasi stres akibat dari tekanan dari keadaan yang dianggap kurang menyenangkan yang di alaminya terutama bagi mahasiswa baru. Karena memiliki kepribadian *hardiness* membantu mereka bertahan dan tidak mudah jatuh sakit karena stres dan tertekan akibat dari keadaan yang kurang menyenangkan bagi mereka sehingga mereka bisa mengikuti segala kegiatan dan peraturan baik di lingkungan kampus dan lingkungan tempat tinggalnya. Mahasiswa yang tinggal terpisah dengan orangtua harus membedakan cara belajar, cara berpakaian, serta hal-hal yang ada di kampus dan lingkungan

tempat tinggal karena hal tersebut berbeda dengan cara belajar dan cara berpakaian sewaktu di sekolah terdahulu.

Selain kepribadian *hardiness*, sebagai individu yang tinggal terpisah dengan orangtua juga harus memiliki kemandirian. Adanya kemandirian membuat individu mampu melakukan tugas-tugasnya tanpa harus bergantung pada orang lain serta individu yang memiliki kemandirian dalam mengatasi masalah yang datang karena mampu mengambil keputusan, memilih solusi yang tepat dan tindakan yang harus diambil dalam menyelesaikan masalah tersebut. Dengan kemampuan tersebut mahasiswa baru yang tinggal terpisah dengan orangtua bisa terhindar dari perasaan tertekan. Schaefer dan Millman (dalam Suparmi dan Sumijati, 2005) berpendapat bahwa tidak adanya kemandirian pada anak akan menghasilkan berbagai macam masalah perilaku, misalnya rendah harga diri, pemalu, tidak punya motivasi sekolah, kebiasaan belajar yang jelek, perasaan tidak aman, kecemasan.

Mengembangkan kemandirian merupakan salah satu usaha mempersiapkan remaja dalam menghadapi masa depan (Asrori & Ali, 2005). Kemandirian sebagai unsur yang penting agar remaja memiliki kepribadian yang matang dan terlatih dalam menghadapi masalah (*hardiness*), mengembangkan kesadaran bahwa dirinya cakap dan mampu, menguasai diri, tidak takut dan malu terhadap dirinya serta berkecil hati atas kesalahan yang diperbuat. Dengan adanya kemandirian membuat individu mampu menyelesaikan masalah tanpa harus bergantung pada orang lain, sehingga remaja tidak terlalu tertekan atas semua masalah yang dihadapinya.

Individu yang biasa hidup mandiri dan tidak bergantung pada orang lain maka individu tersebut tidak akan merasa canggung terhadap lingkungan barunya, sehingga ia langsung dapat menyeimbangkan sikap dan perilakunya terhadap tuntutan ada lingkungan kampus barunya dan lingkungan tempat tinggalnya yang baru. Hal ini dapat dilihat dari perilaku mahasiswa baru yang tinggal di kos-kosan tersebut dalam menyesuaikan jadwal kuliah, cara berpakaian di kampus, cara bergaul dengan teman-teman baru dan dosen dengan baik, menyesuaikan dengan tempat tinggal yang baru serta ikut dalam kegiatan masyarakat sebagai individu yang sudah matang secara emosi dan fisik. Mahasiswa baru yang mandiri tidak akan membutuhkan waktu lama untuk menyesuaikan dengan semua hal-hal baru serta tuntutan yang dihadapinya tersebut.

Sebaliknya, mahasiswa yang tidak mandiri maka individu tersebut akan merasa canggung terhadap lingkungan kampus yang baru mereka masuki dan juga lingkungan tempat tinggalnya yang baru. Karena orang yang tidak memiliki kemandirian tersebut biasanya mereka mengandalkan orang lain untuk membantunya dalam menghadapi masalah-masalah yang ia hadapi, seperti keluarga, saudara, juga teman-teman yang di dekatnya sehingga memiliki *hardiness* yang rendah. Hal ini yang membuat mereka merasa tertekan karena tidak bisa menyesuaikan diri dengan semua tuntutan sebagai mahasiswa baru dan individu yang tinggal di lingkungan yang baru serta tidak mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya dalam kehidupan sehari-hari.

Individu yang tinggal terpisah dengan orangtua yang tidak memiliki kemandirian, tidak akan mampu menyelesaikan masalah dan menyesuaikan diri terhadap tuntutan dengan baik karena tidak mampu mengambil keputusan yang tepat untuk menyelesaikan masalahnya. Individu tersebut akan membutuhkan waktu yang lama untuk bisa mengkondisikan dirinya dengan tuntutan lingkungan baik itu dalam perkuliahan maupun di lingkungan luar yang berada di lingkungan tempat tinggalnya. Oleh sebab itu kemandirian mempengaruhi tumbuhnya kepribadian yang tangguh (*hardiness*) dalam menyesuaikan dengan kondisi yang penuh dengan tekanan dan tantangan sehingga meminimalisir stres akibat dari masalah yang dihadapinya.

2. Hipotesis

Berdasarkan kerangka pemikiran yang telah dikemukakan diatas, hipotesis dalam penelitian ini adalah: ada hubungan antara kemandirian dengan *hardiness* pada pada mahasiswa.