

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Emerging adulthood merupakan suatu periode perkembangan di mana seseorang dianggap telah meninggalkan masa remaja tetapi belum memasuki masa dewasa awal, dengan fokus pada rentang usia 18 – 25 tahun (Arnett, 2000). Secara umum, masa *emerging adulthood* dicirikan dengan lima karakteristik utama, antara lain yaitu berlangsungnya eksplorasi identitas; instabilitas dalam pekerjaan, cinta, dan tempat tinggal; *self-focused*, di mana mereka memiliki sedikit kewajiban sosial dan sedikit komitmen kepada orang lain seperti orang tua atau pasangan; perasaan “di antara” karena bukan termasuk ke dalam remaja atau dewasa (*feeling-in-between*); serta munculnya kemungkinan dan harapan positif untuk masa depan dan kesempatan krusial dalam mengubah hidup (Arnett, 2006). Banyaknya kekhasan dalam masa *emerging adulthood* menjadikan masa ini menjadi masa perkembangan yang krusial.

Emerging adult merupakan kelompok individu dengan kondisi hidup yang sangat heterogen. Berbeda dengan remaja, banyak *emerging adult* yang telah keluar rumah dan memiliki kondisi hidup berbeda-beda, baik dalam hal edukasi dan pekerjaan, komitmen dengan pasangan, serta kondisi tempat tinggal, yang mencerminkan banyaknya eksplorasi yang terjadi (Arnett, 2006, 2014). Salah satu bagian dari populasi *emerging adult* adalah mahasiswa, yaitu individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Di Indonesia sendiri, individu yang

berada pada lembaga pendidikan tinggi menjadi salah satu persentase terbesar dari *emerging adult*. Pada tahun 2020, tercatat bahwa terdapat sebanyak 22,7 penduduk berusia 20 – 24 tahun (Badan Pusat Statistik, 2020), dan terdapat sebanyak 7 juta orang yang sedang menempuh pendidikan sarjana (Kemendikbud, 2020). Oleh karena itu, mahasiswa dapat dianggap sebagai salah satu subpopulasi dari *emerging adult*.

Pada masa ini, mahasiswa mengalami banyak sekali perubahan, baik secara akademik, sosial, maupun personal. Mahasiswa di perguruan tinggi dihadapkan dengan sistem pembelajaran yang sepenuhnya berbeda dengan yang selama ini telah mereka jalani di sekolah, dilihat dari kurikulum yang digunakan, sistem pengajaran, sistem penilaian, tugas-tugas yang dihadapi, dan sebagainya. Hal tersebut membawa tantangan baru yang mungkin lebih sulit dihadapi. Mahasiswa juga harus menghadapi lingkungan sosial yang jauh berbeda dibandingkan sebelumnya. Mahasiswa harus membangun relasi sosial yang baru dengan orang-orang baru dari latar belakang yang berbeda, yang memiliki karakteristik berbeda pula, sehingga mahasiswa mungkin merasa asing dan sendiri, terutama ketika baru memasuki lingkungan perkuliahan. Tidak jarang pula, mahasiswa keluar dari daerah asalnya untuk melanjutkan kuliah, sehingga harus berpisah dengan keluarga dan beradaptasi dengan budaya yang berbeda. Perubahan-perubahan ini dapat menjadi tantangan yang besar apabila mahasiswa tidak dapat menanganinya dengan baik.

Salah satu aspek psikologis yang perlu dimiliki oleh individu *emerging adulthood* dalam menghadapi tantangan kehidupan di perguruan tinggi adalah *self-*

esteem. *Self-esteem*, yang sering pula disebut sebagai *self-worth* atau *self-image*, merujuk pada sikap positif atau negatif yang dimiliki individu terhadap dirinya secara keseluruhan (Rosenberg dkk., 1995), atau evaluasi global terhadap diri sendiri (Santrock, 2020). Penelitian-penelitian terdahulu menemukan bahwa *self-esteem* berkaitan dengan berbagai aspek kesehatan mental, akademik dan karier, serta aspek perkembangan individu pada masa *emerging adulthood*. *Self-esteem* pada masa ini memiliki hubungan positif dengan *well-being* (Olenik-Shemesh dkk., 2018) serta hubungan negatif dengan *psychological distress* (Pilar Matud dkk., 2020). *Self-esteem* juga berkaitan dengan performa akademik (Alyami dkk., 2017) serta dapat memprediksi kehidupan pekerjaan dalam kurun waktu sepuluh tahun (Salmela-Aro & Nurmi, 2007). Selain itu, *self-esteem* memiliki hubungan resiprokal dengan beberapa proses eksplorasi identitas personal dari individu (Luyckx dkk., 2013). Oleh karena itu, *self-esteem* yang tinggi diperlukan bagi mahasiswa, yang merupakan individu *emerging adulthood*, untuk dapat menjalani kehidupan perkuliahan dengan baik.

Masa perkuliahan juga merupakan masa di mana individu jauh lebih banyak berinteraksi dengan individu lain, salah satunya dengan teman sebaya. Teman sebaya, atau *peers*, merupakan individu dengan usia atau tingkat kedewasaan yang sama dengan individu. Berbeda dengan masa remaja dan anak-anak, mahasiswa seringkali lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebaya dibandingkan dengan keluarganya. Pada masa ini, kebanyakan mahasiswa tidak lagi tinggal di rumah, sehingga kesempatan untuk berinteraksi dengan keluarga berkurang. Mahasiswa juga dituntut untuk berinteraksi secara akademik dengan teman-teman

sebayanya, terutama yang berada di lingkungan perkuliahan. Zeifman dan Hazan (2016) menemukan bahwa hampir semua individu yang tergolong dewasa memilih untuk menghabiskan waktu dan mencari *emotional support* dari teman dibandingkan orang tua. Secara umum, hubungan pertemanan dengan teman sebaya dapat memberikan keuntungan pada individu *emerging adult*, termasuk mahasiswa, seperti meningkatkan kebahagiaan dan *well-being* (Amati dkk., 2018; Demir, 2010; Rodriguez dkk., 2003), serta menjadi *buffer* antara *stress* dan *loneliness* (Lee & Goldstein, 2016). Diener dan Seligman (2002) dalam Santrock (2020) juga menemukan bahwa mahasiswa yang merasa lebih bahagia merupakan mahasiswa yang sosial, lebih terbuka, dan memiliki relasi romantis dan sosial yang lebih kuat dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak terlalu bahagia.

Terdapat satu bentuk kontribusi spesifik dari teman sebaya pada individu di masa ini, yaitu melalui *peer attachment* atau kelekatan pada teman sebaya, yang dirasakan oleh individu. Sejak masa remaja akhir, hubungan pertemanan telah ditemukan dapat memegang semua fungsi dari hubungan *attachment* yang sebelumnya dipegang orang tua (Allen & Tan, 2016). Hal ini dapat terjadi karena berbagai faktor, seperti munculnya serangkaian kekhawatiran dan minat baru (termasuk seksualitas) yang lebih mudah didiskusikan di antara teman sebaya, yang akhirnya mendorong mereka untuk mencari orang dengan ketertarikan yang sama dalam mengeksplorasi diri (Gorrese, 2016). Weiss (1982) mengemukakan bahwa *attachment* kepada teman sebaya pada individu dewasa dicirikan dengan beberapa hal, antara lain yaitu mencari figur *attachment* ketika sedang berada di bawah tekanan, mengalami kecemasan ketika figur tersebut tidak dapat dijangkau, dan

merasa terhibur dengan keberadaannya. Sementara itu, Armsden dan Greenberg (1987) melihat *peer attachment* dari rasa percaya, komunikasi, dan perasaan alienasi yang dirasakan individu dari teman sebayanya. Perbedaan individu dalam *peer attachment* dapat menentukan kesuksesan individu *emerging adult* dalam perkembangannya.

Mahasiswa dengan *peer attachment* yang baik dapat menjalani kehidupan perkuliahan dengan lebih baik. Hal ini dibuktikan dari penelitian-penelitian terdahulu yang telah menggambarkan secara ekstensif kaitan antara *peer attachment* dengan beberapa aspek psikologis individu. *Peer attachment* ditemukan berkorelasi positif dengan *well-being* (Armsden & Greenberg, 1987), serta berkorelasi negatif dengan gejala depresi, kecemasan, dan penggunaan strategi *coping* maladaptif (Dawson dkk., 2014; Gorrese, 2016). *Peer attachment* secara khusus ditemukan berkaitan dengan penyesuaian akademik, sosial, dan emosional, serta peningkatan kompetensi sosial pada mahasiswa (Holt dkk., 2018). Holt dkk. (2018) juga melaporkan bahwa mahasiswa dengan *peer attachment* yang meningkat selama masa kuliah memiliki peningkatan terkait fungsi sosial yang lebih baik seiring waktu.

Uraian di atas telah menjelaskan bagaimana *peer attachment* dan *self-esteem* dapat memengaruhi kehidupan mahasiswa. Berkaitan dengan hal tersebut, banyak penelitian terdahulu yang telah membuktikan keberadaan hubungan yang signifikan antara *peer attachment* dan *self-esteem* (Ahn & Lee, 2016; Armsden & Greenberg, 1987; Gorrese & Ruggieri, 2013; Sánchez-Queija dkk., 2016; Schneider dkk., 2014). Penelitian oleh Sánchez-Queija dkk. (2016) dan Schneider dkk. (2014)

secara khusus menemukan adanya korelasi antara *peer attachment* dan *self-esteem* pada populasi *emerging adulthood*. Dalam meta-analisis oleh Gorrese dan Ruggieri (2013), didapati adanya korelasi positif antara kedua variabel tersebut dengan *effect size* sebesar 0,27 pada individu dengan rentang usia 12 – 21 tahun. Studi tersebut secara khusus melaporkan adanya hubungan yang kuat antara dimensi *trust* dari *peer attachment* dan *self-esteem* ($r = 0,40$) dan hubungan sedang antara dimensi *communication* dan *self-esteem* ($r = 0,29$). Selain penelitian-penelitian tersebut, terdapat pula beberapa penelitian di Indonesia yang menelaah topik serupa, di mana *peer attachment* ditemukan menjadi prediktor dari *self-esteem* pada individu remaja akhir (Laumi & Adiyanti, 2012) dan *emerging adult* (Lee, 2020).

Studi-studi terdahulu telah menunjukkan bahwa *peer attachment* dan *self-esteem* memiliki peran yang sangat penting bagi perkembangan dan kondisi psikologis *emerging adult*, terutama bagi individu yang saat ini merupakan mahasiswa di perguruan tinggi. Terbuktinya korelasi antara kedua aspek ini dapat memberikan keuntungan bagi mahasiswa dalam menjalani kehidupan perkuliahannya. Meskipun telah terdapat penelitian yang membuktikan adanya hubungan antara kedua aspek ini, belum banyak penelitian yang meneliti topik ini secara khusus pada mahasiswa. Kebanyakan penelitian dilakukan pada populasi remaja dan *emerging adulthood* secara umum. Di Indonesia sendiri masih sangat sedikit penelitian yang meneliti korelasi antara *peer attachment* dan *self-esteem*. Peneliti ingin memfokuskan penelitian mengenai kedua variabel tersebut pada mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti memutuskan untuk meneliti adanya hubungan

antara *peer attachment* dan *self-esteem* pada mahasiswa, spesifiknya mahasiswa Universitas Padjadjaran.

1.2 Identifikasi Masalah

Emerging adulthood merupakan salah satu fase kehidupan yang dengan karakteristik yang khas, yang menjadikan fase ini cukup penting bagi individu. Mahasiswa merupakan salah satu bagian dari populasi *emerging adult*, yang sedang menghadapi berbagai tantangan dan perubahan besar dalam kehidupannya. Untuk dapat menghadapi tantangan-tantangan tersebut dengan baik, mahasiswa perlu memiliki *self-esteem* yang tinggi, untuk dapat meningkatkan kesehatan mental, performa akademik dan karier, serta proses-proses perkembangannya. Selain itu, memiliki hubungan yang baik dengan teman sebaya juga menjadi salah satu hal yang penting bagi mahasiswa di masa ini. *Secure peer attachment* pada masa *emerging adulthood* berkaitan dengan perkembangan yang lebih positif dan penyesuaian yang lebih baik pada mahasiswa; sebaliknya, *insecure peer attachment* berkaitan dengan kondisi psikologis yang negatif. Penelitian-penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa *peer attachment* berkaitan dengan *self-esteem* pada berbagai kelompok usia. Adanya hubungan antara kedua aspek ini dapat membantu proses perkembangan dan membawa banyak keuntungan bagi mahasiswa pada fase *emerging adulthood*. Pada saat ini, masih sedikit penelitian yang meneliti kedua aspek ini pada mahasiswa secara spesifik, terutama di Indonesia. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui apakah terdapat kaitan antara *peer-attachment* dan *self-esteem* pada mahasiswa, yaitu mahasiswa Universitas Padjadjaran.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara *peer attachment* dan *self-esteem* pada mahasiswa Universitas Padjadjaran.

1.4 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan sumbangan dalam bidang ilmu psikologi perkembangan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan informasi yang lebih mendalam mengenai kaitan antara *peer attachment* dan *self-esteem* pada populasi *emerging adulthood*, spesifiknya mahasiswa, di Indonesia. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi peneliti-peneliti yang ingin menelaah topik yang serupa di masa depan.