

## HUBUNGAN INTOLERANSI TERHADAP KETIDAKPASTIAN DAN KETANGGUHAN PADA EMERGING ADULTHOOD SELAMA PANDEMI COVID-19

**Syifa Rahmani Amalia & Laurentius Purbo Christianto**  
*Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya,*  
*Jakarta, Indonesia*  
*Corresponding author: laurentius.purbo@atmajaya.ac.id*

### ABSTRAK

*Situasi pandemi menimbulkan ketidakpastian yang menyebabkan rasa takut, khawatir, serta tidak berdaya. Hal ini juga dihadapi individu emerging adulthood yang pada umumnya masih menempuh pendidikan dan mempersiapkan diri masuk dunia kerja. Emerging adulthood berada pada masa transisi dari remaja menuju dewasa. Kecemasan yang muncul pada situasi tidak pasti yang dihadapi emerging adulthood akan terkait dengan ketidakmampuan mereka dalam menoleransi ketidakpastian. Ketangguhan (hardiness) ditengarai dapat membuat individu emerging adulthood lebih mampu menghadapi berbagai ketidakpastian dan perubahan di dalam hidup, melalui melihat perubahan sebagai tantangan, kemampuan mengendalikan, serta komitmen atas sesuatu yang dikerjakan. Penelitian ini hendak melihat hubungan antara intoleransi terhadap ketidakpastian dan ketangguhan pada emerging adulthood selama pandemi COVID-19. Partisipan dipilih dengan convenience sampling. Total partisipan adalah 382 individu berusia 18-25 tahun yang tinggal di Jabodetabek. Melalui teknik Pearson product moment correlation ditemukan bahwa kedua variabel berkorelasi secara negatif dan signifikan dengan koefisien korelasi sebesar  $-0,221$  ( $p < .001$ ). Pada analisis tambahan, ditemukan bahwa dimensi tantangan pada konstruk ketangguhan merupakan satu-satunya dimensi yang berkorelasi negatif secara signifikan dengan kedua dimensi intoleransi terhadap ketidakpastian. Penelitian menunjukkan bahwa dengan meningkatkan ketangguhan diri, secara khusus dengan mengembangkan pola pikir yang melihat ketidakpastian sebagai tantangan bukan ancaman, emerging adulthood dapat semakin toleran terhadap ketidakpastian.*

**Keywords:** ketangguhan, *hardiness*, intoleransi terhadap ketidakpastian, *emerging adulthood*

## PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 menjadi situasi yang juga dihadapi masyarakat Indonesia. Pada masa pandemi tersebut muncul banyak ketidakpastian di masyarakat, khususnya bagi warga yang tinggal di wilayah Jabodetabek karena pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) pada Juni 2021. Ketidakpastian itu berupa perubahan-perubahan aturan oleh pemerintah yang mengikuti kondisi pandemi yang terjadi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa situasi pandemi COVID-19 dengan kasus yang terus meningkat dapat menimbulkan perasaan cemas, kekhawatiran, kebingungan, dan stres pada individu karena hidup di dalam ketidakpastian (Buheji et al., 2020; Chen et al., 2018; Zandifar & Badrfam, 2020).

Ketidakpastian akibat pandemi terwujud dalam perubahan-perubahan aturan yang terus terjadi di berbagai bidang. Misalnya saja, pada bulan Mei 2022 status pandemi di Indonesia masih berlaku, namun pemerintah sudah mulai menetapkan kebijakan bebas masker di luar ruangan (BBC News Indonesia, 2022). Hal ini berbeda dari aturan di awal masa pandemi, dimana setiap warga negara wajib menggunakan masker saat berkegiatan di luar ruangan. Perubahan aturan seperti ini dapat menimbulkan kebingungan dan kekhawatiran. Adaptasi dan cara individu dalam mengatasi keadaan yang terus berubah menjadi sangat penting, khususnya bagi individu di kelompok *emerging adulthood*, agar bisa bertahan di tengah ketidakpastian. Menurut data peta sebaran yang dimiliki Satuan Tugas Penanganan COVID-19 (2021), per tanggal 24 September 2021,

kelompok *emerging adulthood* termasuk ke dalam kelompok kedua dengan kasus positif terbanyak di tingkat nasional, yaitu sebesar 24,8%.

Kelompok *emerging adulthood* terdiri dari individu-individu dengan rentang usia 18 hingga 25 tahun (Arnett, 2000; Santrock, 2019). *Emerging adulthood* termasuk ke dalam kelompok usia produktif karena kelompok ini banyak melakukan kegiatan dan pekerjaan di luar rumah (Hidayati, 2020). Penelitian yang dilakukan Yaremtchuk dan Bakina (2021) menunjukkan bahwa individu yang berusia 18 hingga 25 tahun menjadi salah satu kelompok yang kesejahteraan psikologisnya rentan terdampak di masa pandemi. Hal itu terjadi karena individu *emerging adulthood* berada pada masa transisi perkembangan dari remaja menuju dewasa.

*Emerging adulthood* adalah individu yang mengalami transisi, yang membuat mereka akan menemui banyak perubahan terkait pilihan-pilihan penting di dalam hidup, pendidikan, pekerjaan, dan aturan-aturan hidup (Jensen, 2011; Santrock, 2019). Masa transisi perkembangan merupakan periode penting, karena pada masa ini individu akan melakukan berbagai eksplorasi untuk menemukan jati diri (Arnett, 2000).

Pada masa pandemi COVID-19 eksplorasi oleh individu tidak sebesar sebelumnya. Di masa pandemi, individu *emerging adulthood* akan mengatur kembali kehidupan dan hubungan sosial yang mereka miliki demi keamanan semua orang dan bentuk kepedulian mereka terhadap sesama (Vehkalahti et al., 2021). Ketidakpastian

selama pandemi dapat menghambat individu dalam kelompok *emerging adulthood* untuk memperoleh dan mengeksplorasi pengalaman secara lebih luas karena beberapa keterbatasan di beberapa aspek. Aspek-aspek tersebut adalah batas fisik, batas sosial, dan kontradiksi mental (Vehkalahti et al., 2021). Situasi semacam ini dapat memengaruhi aspek psikologis *emerging adulthood*.

Santrock (2019) mengatakan bahwa individu *emerging adulthood* dapat mengalami kecemasan, depresi, dan juga kekhawatiran yang cukup besar tentang masa depan mereka. Tumbuh di situasi yang tidak stabil akibat pandemi yang sedang terjadi akan memperkuat ketidakpastian yang dirasakan individu (Andronnikova, 2021). *Emerging adulthood* yang tumbuh di situasi yang tidak pasti, seperti pandemi, juga semakin dapat menambah cemas dan khawatir mereka. Penyesuaian dan adaptasi pada situasi yang dipenuhi oleh ketidakpastian, khususnya ketidakpastian yang muncul akibat situasi pandemi COVID-19, menjadi hal yang perlu dimiliki oleh *emerging adulthood* agar tetap bertumbuh.

Pada situasi yang tidak pasti, akan ada individu yang mampu mengatasi dan ada pula individu yang tidak mampu mengatasi. Ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi ketidakpastian disebut sebagai intoleransi terhadap ketidakpastian (Malehmir et al., 2021). Bottesi et al. (2019) menjelaskan bahwa seseorang yang intoleran terhadap ketidakpastian melihat keadaan yang sulit diprediksi, seperti pandemi, sebagai sesuatu yang mengancam, menjengkelkan, dan tidak diinginkan. Keadaan tersebut dapat menimbulkan

perasaan cemas dan khawatir individu. Keyakinan bahwa keadaan sulit adalah sesuatu yang mengancam mengarah pada reaksi maladaptif dalam perilaku, emosi, dan kognitif individu. Hal ini dapat membuat individu tersebut mencari informasi secara berlebihan, melakukan penghindaran, serta mengambil keputusan secara impulsif (Malehmir et al., 2021).

Intoleransi terhadap ketidakpastian memiliki dua dimensi, yaitu *prospective IU* dan *inhibitory IU*. *Prospective IU* adalah kecenderungan individu untuk mencari informasi secara berlebihan dalam upaya mengurangi ketidakpastian; sedangkan *inhibitory IU* adalah kecenderungan seseorang untuk menghindari saat berada dalam ketidakpastian (Bottesi et al., 2019).

Kemampuan individu dalam beradaptasi dengan situasi pandemi dapat berbeda-beda. Terdapat beberapa individu yang masih bertahan dan bahkan menemukan kebiasaan baik yang baru selama pandemi COVID-19. Kemampuan individu untuk bertahan dalam situasi yang sulit disebut sebagai ketangguhan atau *hardiness*. Ketangguhan adalah salah satu aspek yang memengaruhi kemampuan individu untuk dapat menghadapi kecemasan akibat ketidakpastian serta ambiguitas (Malehmir et al., 2021). Ketangguhan atau *hardiness* ialah persepsi individu tentang diri mereka pada tiga dimensi, yaitu komitmen atas apa yang dikerjakan, kontrol akan situasi dan lingkungan, serta tantangan yang dihadapi (Maddi & Khoshaba, 1994). Individu yang tangguh adalah individu yang berkomitmen kepada tugasnya (apa yang harus dan sedang ia kerjakan), mampu mengendalikan situasi

dan lingkungannya, serta melihat situasi sulit sebagai tantangan yang menumbuhkan diri.

Ketangguhan adalah salah satu ciri sifat kepribadian tangguh. Pribadi yang tangguh berupaya untuk terus tumbuh dan berkembang di dalam hidup, dengan terus berjalan maju ke depan meskipun kondisi tidak pasti yang dapat menimbulkan kecemasan dan stres (Maddi, 2006). Hal ini karena ketangguhan membuat individu lebih berkomitmen pada apa yang dilakukan, memiliki kontrol di berbagai situasi, serta melihat perubahan dalam hidup sebagai tantangan dan bukan hal yang dapat menimbulkan stres (Malehmir et al., 2021). Ketangguhan menjadi faktor penting agar individu dapat beradaptasi serta tumbuh dalam kondisi yang kritis dan tidak stabil (Andronnikova, 2021).

Penelitian terkait toleransi terhadap ketidakpastian dan ketangguhan pernah dilakukan oleh Andronnikova (2021) pada remaja di Rusia. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa remaja memiliki ketangguhan diri pada tingkat rata-rata (tidak tinggi maupun tidak rendah), dimana mereka memiliki dua kecenderungan yaitu intoleran dan toleran terhadap ketidakpastian (Andronnikova, 2021). Hasil ini menunjukkan bahwa remaja tidak sepenuhnya merasa bingung, namun juga belum cukup percaya diri saat dihadapi oleh ketidakpastian.

Terdapat penelitian lain yang terkait dengan intoleransi terhadap ketidakpastian. Penelitian oleh Malehmir et al. (2021) menunjukkan hubungan dengan arah positif antara intoleransi terhadap ketidakpastian dan kecemasan akibat pandemi COVID-19.

Penelitian yang sama juga menunjukkan korelasi negatif antara ketangguhan dan kecemasan akibat pandemi COVID-19.

Walaupun terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang meneliti toleransi terhadap ketidakpastian dan ketangguhan, tetapi penulis belum menemukan penelitian tentang hubungan antara intoleransi terhadap ketidakpastian dengan ketangguhan pada individu *emerging adulthood* di Indonesia. Penelitian dengan kajian seperti itu, terutama pada situasi pandemi, juga belum pernah dilakukan.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan tampak bahwa ketangguhan dan intoleransi terhadap ketidakpastian *emerging adulthood* merupakan konstruk psikologi yang perlu diperhatikan. Hubungan kedua konstruk ini pada diri *emerging adulthood* perlu dilihat lebih jauh, agar bisa menjelaskan apakah keduanya terkait satu sama lain. Penulis tertarik untuk meneliti bagaimana hubungan intoleransi terhadap ketidakpastian dan ketangguhan individu *emerging adulthood* di Jabodetabek selama pandemi COVID-19. Hipotesis penelitian ini ialah bahwa ketangguhan diri yang dimiliki *emerging adulthood* terkait dengan intoleransi terhadap ketidakpastian. Hasil penelitian ini bermanfaat untuk pengembangan penelitian terkait intoleransi terhadap ketidakpastian dan ketangguhan. Hasil penelitian juga dapat menjadi rujukan bagi semua pihak yang hidup ataupun berkarya bersama para individu *emerging adulthood* dalam membuat program, kegiatan, ataupun pendekatan kepada mereka.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Desain korelasional dilakukan dengan uji statistik korelasi untuk menggambarkan dan mengukur besar hubungan antar dua variabel atau lebih (Creswell, 2012).

Dilakukan uji normalitas data sebelum teknik korelasi yang digunakan ditentukan. Menurut Kim (2013), pada penelitian dengan ukuran sampel yang lebih besar dari 300, uji normalitas dapat dilakukan secara visual dan didasarkan pada nilai absolut dari *skewness* serta *kurtosis*. Pada penelitian ini, uji normalitas *Shapiro-Wilk test* tidak dilakukan karena uji ini sensitif terhadap ukuran sampel yang besar (Sainani, 2012).

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data variabel intoleransi terhadap ketidakpastian dan variabel ketangguhan terdistribusi normal. Hal ini didasarkan pada nilai absolut *skewness* yang dianggap normal jika  $< 2$  dan nilai absolut *kurtosis*  $< 7$  (Kim, 2013). Nilai absolut *skewness* dan *kurtosis* dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1**  
*Uji normalitas*

Alat Ukur	<i>Skewness</i>	<i>Kurtosis</i>
IUS-R	-.098	-.317
Hardiness	-.590	1.115

### *Partisipan*

Partisipan dipilih menggunakan metode pengambilan sampel *convenience*. Teknik tersebut digunakan untuk memilih partisipan berdasarkan kesediaan dan

ketersediaan untuk terlibat dalam penelitian (Creswell, 2012).

Partisipan penelitian sebanyak 382 orang yang termasuk dalam kategori *emerging adulthood*. Partisipan berusia 18-25 tahun. Secara umum, mayoritas partisipan adalah perempuan (85.3%), sedangkan laki-laki sebanyak 14.7%. Partisipan berdomisili di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, atau Bekasi.

### *Instrumen*

Terdapat dua instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu *Intolerance of Uncertainty-Scaled Revised* (IUS-R) oleh Bottesi et al. (2019) dan Alat Ukur Hardiness untuk Individu Dewasa Awal (AU-HIDA) oleh Christianto dan Amalia (2022).

Instrumen *Intolerance of Uncertainty-Scaled Revised* (IUS-R) digunakan untuk mengukur variabel intoleransi terhadap ketidakpastian. Bottesi et al. (2019) memperbarui alat ukur sebelumnya, yaitu IUS-12 oleh Carleton (2007). IUS-R memiliki 12 *item* yang berbentuk pernyataan dengan dua dimensi, yaitu *Prospective IU* dan *Inhibitory IU*. Seluruh *item* IUS-R adalah *item favorable* yang memiliki empat pilihan respon, yaitu (1) sangat tidak setuju, (2) sedikit persetujuan, (3) cukup setuju, dan (4) sepenuhnya setuju. Jumlah skor dari masing-masing butir di kedua dimensi menjadi skor akhir partisipan. Semakin tinggi skor menunjukkan bahwa partisipan menunjukkan ketidakmampuan dalam menoleransi ketidakpastian, Uji validitas, yang dilakukan dengan menggunakan *item-rest correlation*, menunjukkan *item-item* pada IUS-R valid;

dengan rentang nilai koefisien korelasi antara 0.275 hingga 0.569. Pengujian reliabilitas IUS-R dilakukan dengan menggunakan *Cronbach's alpha*. Uji menghasilkan nilai *alpha* 0.802 yang berarti bahwa alat ukur IUS-R reliabel.

Variabel ketangguhan diukur dengan Alat Ukur Hardiness untuk Individu Dewasa Awal (Christianto & Amalia, 2022). Instrumen ini terdiri dari 18 butir pernyataan, yang mengukur tiga dimensi, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Masing-masing dimensi memiliki enam butir yang mencakup butir *favorable* dan *unfavorable*. *Item favorable* memiliki empat pilihan jawaban: (1) sangat tidak sesuai, (2) tidak sesuai, (3) sesuai, dan (4) sangat tidak sesuai. *Item unfavorable* juga memiliki empat pilihan: (1) sangat sesuai, (2) sesuai, (3) tidak sesuai, dan (4) sangat tidak sesuai. Skor dari masing-masing butir ini kemudian dijumlah untuk menghasilkan skor akhir. Semakin tinggi skor partisipan, artinya partisipan tersebut semakin tangguh.

Uji validitas AU-HIDA dilakukan melalui *item-rest correlation*, dimana diperoleh hasil dengan rentang 0.308 hingga 0.628. Pengujian validitas kriteria, dengan *concurrent validity*, dilakukan dengan mengorelasikan AU-HIDA dengan skor *Kessler Psychological Distress Scale* yang mengukur tingkat stres. Prosedur ini didasarkan pada hasil penelitian bahwa ketangguhan dapat menjadi faktor protektif yang berhubungan dengan tingkat stres (Vagni et al., 2020). Nilai korelasi yang diperoleh pada validitas kriteria sebesar -0.470 yang berarti bahwa alat ukur ini valid. Terkait reliabilitas, estimasi reliabilitas

dilakukan melalui *Cronbach's alpha*, dimana didapatkan nilai *alpha* sebesar 0.840.

### ***Prosedur Pengumpulan Data***

Peneliti mengumpulkan data melalui kuesioner yang disebarluaskan secara daring ke beberapa media sosial. Penyebaran kuesioner dilakukan melalui tautan yang dikirimkan di grup *LINE*, *Whatsapp*, *Instagram*, dan *Twitter* untuk diisi oleh partisipan yang memiliki kriteria yang sesuai dan bersedia untuk terlibat dalam penelitian ini. Data dikumpulkan dari Januari hingga Februari 2022.

### ***Analisis Data***

Data dianalisis menggunakan metode korelasi *Pearson product moment*. Data dianalisis dalam hipotesis dua arah dengan level signifikansi 0.05. Data yang didapatkan secara daring, selanjutnya diolah menggunakan program olah data statistik JASP 0.16.0.0 (JASP, 2018).

## **HASIL**

Analisis data dari *Intolerance of Uncertainty Scaled-Revised* (IUS-R) menunjukkan bahwa rata-rata skor partisipan adalah 34.060 dengan standar deviasi 5.922. Skor terendah yang diperoleh adalah 15 dan skor tertingginya adalah 48. Berdasarkan olah data, diketahui bahwa dimensi *prospective IU* memiliki skor rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan dengan dimensi *inhibitory IU*.

Analisis data dari AU-HIDA diperoleh hasil bahwa rata-rata skor ketangguhan partisipan adalah 51.398 dan standar deviasi 8.565. Skor terendah

adalah 18 dan skor tertingginya 72. Analisis lebih lanjut dari data AU-HIDA diketahui bahwa dimensi kontrol memiliki skor rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan dimensi komitmen dan tantangan.

Analisis utama dengan teknik korelasi mendapatkan hasil bahwa intoleransi terhadap ketidakpastian memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan ketangguhan. Kesimpulan ini didasarkan pada hasil analisis yang ditampilkan pada Tabel 2. Hasil tersebut dapat diberi arti bahwa semakin individu tidak tangguh maka semakin tinggi intoleransi individu terhadap ketidakpastian; sebaliknya semakin tangguh individu, maka semakin mereka toleran terhadap ketidakpastian.

**Tabel 2.**  
*Uji korelasi*

Variabel	$r_p$	Sig. (p)	n
Skor IUS-R dan AU-HIDA	-.221	< .001	382

Berdasarkan kajian teori, penelitian ini menempatkan ketangguhan sebagai variabel bebas dan intoleransi terhadap ketidakpastian sebagai variabel tergantung. Bila hal ini dikaitkan dengan nilai koefisien determinasi ( $r^2 = 0,048$ ) maka dapat diambil makna bahwa variabel ketangguhan dapat menjelaskan sebesar 4.8% variasi pada variabel intoleransi terhadap ketidakpastian.

Selain mengorelasikan skor total kedua alat ukur, pada penelitian ini juga dilakukan korelasi antara skor total variabel dengan total skor masing-masing dimensi di kedua variabel. Hasil analisis korelasi ini dapat dibaca di Tabel 3 dan Tabel 4.

**Tabel 3.**  
*Korelasi AU-HIDA dan dimensi IUS-R*

	<i>Prospective IU</i>	<i>Inhibitory IU</i>
Skor AU-HIDA	-0,051	-0,316*

\* Korelasi signifikan pada  $p < 0,05$

**Tabel 4.**  
*Korelasi dimensi AU-HIDA dan dimensi IUS-R*

Dimensi AU-HIDA	<i>Prospective IU</i>	<i>Inhibitory IU</i>
Komitmen	0,036	-0,180***
Kontrol	-0,013	-0,237***
Tantangan	-0,162***	-0,428***

\* Korelasi signifikan pada  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$

Pada Tabel 3, tampak bahwa variabel ketangguhan (yang diukur dengan AU-HIDA) hanya berkorelasi dengan dimensi *inhibitory IU*. Secara lebih detail pada Tabel 4 terlihat bahwa semua dimensi ketangguhan berkorelasi dengan *inhibitory IU*. Dimensi *prospective IU* hanya berkorelasi dengan dimensi tantangan. Semua dimensi yang berkorelasi memiliki arah korelasi negatif.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara ketangguhan dan intoleransi terhadap ketidakpastian pada *emerging adulthood*. Arah korelasi kedua variabel negatif, yang mana ini berarti semakin besar intoleransi terhadap ketidakpastian, maka *emerging adulthood* semakin kurang tangguh; sebaliknya saat ketangguhan *emerging adulthood* yang semakin besar, maka semakin kecil intoleransinya terhadap

ketidakpastian. Hasil tersebut sesuai dengan asumsi penelitian.

Hasil penelitian selaras dengan hasil penelitian oleh Andronnikova (2021). Pada penelitian ini ditemukan bahwa apabila *emerging adulthood* memiliki ketangguhan yang baik, maka mereka akan semakin toleran terhadap ketidakpastian. Walaupun penelitian ini tidak secara langsung mengungkap ketangguhan sebagai faktor pelindung individu dari tekanan, tetapi hasil penelitian semakin bisa menjelaskan temuan Alsukah et al. (2020). Melalui hasil penelitian bisa dijelaskan bahwa ketangguhan yang dimiliki individu *emerging adulthood* akan diikuti oleh kemampuan mereka dalam menghadapi tekanan yang muncul akibat adanya ketidakpastian.

Ketidakpastian, seperti pada masa pandemi COVID-19, dapat memberi tekanan kepada individu karena sesuatu yang tidak pasti dinilai sebagai sesuatu yang mengancam, baik fisik maupun psikologis. Ancaman yang ditimbulkan oleh ketidakpastian ini menimbulkan kecemasan pada individu. Individu yang merasa terancam dan cemas karena berada di situasi yang tidak pasti berusaha menghindari dari situasi semacam itu dengan mencari informasi yang dianggap dapat memberikan kepastian.

*Emerging adulthood* yang berada di peralihan masa perkembangan antara remaja ke dewasa ini juga dapat mengalami tekanan karena ketidakpastian. Karakteristik individu ini adalah adanya dorongan untuk menemukan identitas diri serta keinginan untuk membangun diri menjadi individu yang semakin produktif. Karakteristik

semacam ini, jika ditempatkan pada situasi yang tidak pasti, maka akan semakin memberi tekanan. Saat individu *emerging adulthood* belum yakin dengan dirinya, mereka menemukan situasi yang membuat segalanya seakan semakin tidak pasti, yaitu pandemi COVID-19. Ini kondisi yang membingungkan dan mengancam untuk pembentukan jati diri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intoleransi individu ini terkait dengan ketangguhan. Ketangguhan yang baik akan diikuti dengan kemampuan individu menoleransi ketidakpastian. Individu yang tangguh adalah sosok yang percaya terhadap kemampuannya dan tidak menghindari dari ketidakpastian, melainkan menghadapinya secara langsung (Maddi, 2013). Penelitian Vasilievna dan Vladimirovna (2020) mendukung pernyataan tersebut dengan mengatakan bahwa individu dengan tingkat ketangguhan yang tinggi merasa bahwa dirinya mampu menguasai situasi. Keyakinan individu akan kemampuannya menguasai situasi yang tidak pasti akan diikuti dengan keyakinan bahwa dirinya dapat menoleransi ketidakpastian yang terjadi.

Selain hasil utama, peneliti juga melihat korelasi antar dimensi dari masing-masing variabel. Secara umum, ditemukan bahwa ketiga dimensi ketangguhan (komitmen, kontrol, dan tantangan) berkorelasi dengan *inhibitory IU*. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa individu yang tangguh tidak memiliki kecenderungan untuk menghindari situasi yang tidak pasti. Melalui komitmen, kemampuan untuk mengendalikan, serta pemaknaan yang positif tentang tantangan, mereka tetap

berdaya walau berada pada situasi yang tidak pasti.

Temuan lain dalam penelitian ialah bahwa dimensi tantangan memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *prospective IU* dan *inhibitory IU*. Hanya dimensi tantangan yang berkorelasi secara signifikan dengan kedua dimensi tersebut. Hal ini bermakna bahwa semakin individu mampu memandang tekanan yang dihadapi sebagai tantangan yang menumbuhkan diri, maka individu tersebut semakin tidak akan berlebihan dalam mencari informasi dan semakin tidak berperilaku menghindar pada saat menemui situasi yang tidak pasti. Jika penelitian Widhigdo et al. (2020) menemukan bahwa dimensi tantangan memiliki kontribusi paling rendah terhadap kesejahteraan psikologis, maka pada penelitian ini dimensi tantangan memiliki kontribusi paling besar dalam menjelaskan intoleransi terhadap ketidakpastian.

Tantangan adalah kemampuan seseorang dalam memandang peristiwa yang terjadi sebagai pelajaran untuk dirinya berkembang dan bukan sebagai ancaman (Maddi, 2013; Vasilievna & Vladimirovna, 2020). *Emerging adult* dapat mengurangi ketidaknyamanan yang dirasakan dengan melihat situasi yang penuh dengan ketidakpastian sebagai kondisi yang potensial untuk mengembangkan diri. Persepsi yang dimiliki *emerging adulthood* dalam melihat suatu perubahan yang cepat dan terus menerus atau dalam bahasa lain ketidakpastian akan terkait dengan kemampuan mereka dalam menoleransi ketidakpastian itu sendiri.

Pandemi COVID-19 adalah contoh nyata dari situasi yang tidak pasti. Aturan

yang dibuat oleh pemerintah sering berubah karena mengikuti situasi pandemi. Jika kasus meningkat, pemerintah akan memperketat aturan kegiatan masyarakat; sedangkan jika kasus semakin menurun, pemerintah melonggarkan aktivitas masyarakat. Akan tetapi, tidak ada yang tahu bilamana situasi pandemi meningkat atau menurun. Pada situasi yang semacam ini perlu ada pendampingan, secara khusus bagi *emerging adulthood* agar mereka tetap tangguh. Hal yang bisa dilakukan adalah dengan mengajak setiap individu, termasuk *emerging adulthood*, melihat situasi yang tidak pasti di masa pandemi COVID-19 sebagai kesempatan menumbuhkan diri. Setiap pihak juga perlu menunjukkan bahwa situasi ini terkendali, serta secara terus menerus mendorong *emerging adulthood* untuk tetap menjalankan semua peran dan rencana mereka dengan tetap adaptif pada situasi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alsukah, A. I., Algadheeb, N. A., Almeqren, M. A., Alharbi, F. S., Alanazi, R. A., Alshehri, A. A., Alsubie, F. N., & Ahajri, R. K. (2020). Individuals' self-reactions toward COVID-19 pandemic in relation to the awareness of the disease, and psychological hardiness in Saudi Arabia. *Frontiers in Psychology, 11*, 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.588293>
- Andronnikova, O. O. (2021). On the relationship between uncertainty tolerance and hardiness in adolescents. *Journal of Siberian Federal University - Humanities and Social Sciences*,

- 14(3), 320–326.  
<https://doi.org/10.17516/1997-1370-0723>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- BBC News Indonesia. (2022, Mei 19). *Kebijakan bebas masker di luar ruangan 'terlalu cepat' dikhawatirkan 'picu gelombang baru Covid-19'*. BBC.  
<https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-61492426>
- Bottesi, G., Noventa, S., Freeston, M. H., & Ghisi, M. (2019). Seeking certainty about intolerance of uncertainty: Addressing old and new issues through the intolerance of uncertainty scale-revised. *PLoS ONE*, 14(2).  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0211929>
- Buheji, M., Ahmed, D., & Jahrami, H. (2020). Living uncertainty in the new normal. *International Journal of Applied Psychology*, 10(2).  
<https://doi.org/10.5923/j.ijap.20201002.01>
- Carleton, R. N., Norton, M. A. P. J., & Asmundson, G. J. G. (2007). Fearing the unknown: A short version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1), 105–117.  
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.03.014>
- Chen, S., Yao, N., & Qian, M. (2018). The influence of uncertainty and intolerance of uncertainty on anxiety. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 61, 60–65.  
<https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2018.06.005>
- Christianto, L. P., & Amalia, S. R. (2022, April 9). *Penyusunan alat ukur hardiness untuk individu pada tahap perkembangan dewasa awal* [Paper presentation]. Seminar Nasional Mahasiswa (SENACAM 2022), Malang, Indonesia. Diakses dari: <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/2937>
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (4th ed.). Pearson Education.
- Hardiantoro. (2022, Juni 27). Update Corona 27 Juni 2022: Tren peningkatan kasus covid-19 di Asia dan Australia. Kompas.  
<https://www.kompas.com/tren/read/2022/06/27/092500065/update-corona-27-juni-2022--tren-peningkatan-kasus-covid-19-di-asia-dan?page=all>
- Hidayati, D. (2020). Profil penduduk terkonfirmasi positif COVID-19 dan meninggal: Kasus Indonesia dan DKI Jakarta. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 93–100.  
<https://doi.org/10.14203/jki.v0i0.541>
- JASP Team. (2018). *JASP (Version 0.16)*.  
<https://jasp-stats.org/download/>
- Jensen, L. A. (2011). *Bridging cultural and developmental approaches to psychology*. Oxford University Press.  
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195383430.001.0001>

- Kim, H.-Y. (2013). Statistical notes for clinical researchers: Assessing normal distribution (2) using skewness and kurtosis. *Restorative Dentistry & Endodontics*, 38(1), 52. <https://doi.org/10.5395/rde.2013.38.1.52>
- Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160–168. <https://doi.org/10.1080/17439760600619609>
- Maddi, S. R. (2013). *Hardiness: Turning stressful circumstances into resilient growth*. Springer Netherlands. <https://doi.org/10.1007/978-94-007-5222-1>
- Maddi, S. R., & Khoshaba, D. M. (1994). Hardiness and mental health. *Journal of Personality Assessment*, 63(2), 265–274. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6302\\_6](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6302_6)
- Malehmir, B., Nozari, A., Rafieerad, Z., & Keyvanlo, S. (2021). Explaining corona anxiety based on intolerance of uncertainty, psychological hardiness, and social support with the mediation of rumination. *Journal of Human Relations Studies*, 1(1). <https://doi.org/10.22098/jhrs.2022.8850.1003>
- Sainani, K. L. (2012). Dealing with non-normal data. *PM&R*, 4(12), 1001–1005. <https://doi.org/10.1016/j.pmrj.2012.10.013>
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Satuan Tugas Penanganan COVID-19. (2021, September 24). Peta sebaran Satuan Tugas Penanganan COVID-19. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>
- Ulukan, H. (2021). Investigation of the relationship between the intolerance of uncertainty and levels of health perception faculty of sports sciences students during the pandemic process. *European Journal of Education Studies*, 8(3). <https://doi.org/10.46827/ejes.v8i3.3647>
- Vagni, M., Giostra, V., Maiorano, T., Santaniello, G., & Pajardi, D. (2020). Personal accomplishment and hardiness in reducing emergency stress and burnout among COVID-19 emergency workers. *Sustainability*, 12(21), 1–18. <https://doi.org/10.3390/su12219071>
- Vasilievna, G. A., & Vladimirovna, A. I. (2020). Informational behavior in the COVID-19 pandemic: Psychological predictors. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 8(Special Issue 1), 59–67. <https://doi.org/10.23947/2334-8496-2020-8-SI-59-67>
- Vehkalahti, K., Armila, P., & Sivenius, A. (2021). Emerging adulthood in the time of pandemic: The COVID-19 crisis in the lives of rural young adults in Finland. *YOUNG*, 29(4), 399–416. <https://doi.org/10.1177/11033088211026502>
- Widhigdo, J. C., Ahuluheluw, J. M., & Pandjaitan, L. N. (2020). Pelatihan ketangguhan untuk meningkatkan

kesejahteraan psikologis pengurus unit kegiatan mahasiswa (UKM) di Universitas Surabaya. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(2), 122–139.  
<https://doi.org/10.24854/jpu104>

Yaremtchuk, S. V., & Bakina, A. V. (2021). Subjective well-being in early adulthood and psychological distance to the objects of the socio-psychological space during COVID-19 pandemic. *Social Psychology and Society*, 12(1).  
<https://doi.org/10.17759/sps.2021120103>

Zandifar, A., & Badrfam, R. (2020). Iranian mental health during the COVID-19 epidemic. *Asian Journal of Psychiatry*, 51.  
<https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.101990>