

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa bukan sekadar bertambahnya usia, tetapi juga perjalanan penuh tantangan dalam memahami diri sendiri, mengelola emosi, dan beradaptasi dengan berbagai perubahan hidup. Terutama saat individu menjadi dewasa awal dimana fase transisi yang penuh tantangan. Dewasa awal didefinisikan sebagai masa peralihan dari remaja ke dewasa, dan menurut Santrock usia dewasa awal adalah antara 18 hingga 25 tahun (Dimas, Siswanti & Ansar, 2023). Pada masa ini individu sedang berada di masa dimana perubahan secara progresif baik fisik, kognitif dan psikologis-emosional (Nasution, Wibowo, Nasution & Editht, 2024). Tidak hanya perubahan, di masa ini merupakan periode pencarian jati diri, pencapaian kestabilan, serta tahap reproduksi.

Menurut teori perkembangan periode transisi dikenal sebagai istilah dengan istilah *emerging adulthood* merujuk pada seseorang yang sedang selama fase peralihan dari usia remaja ke usia dewasa awal, biasanya terjadi antara usia 18 sampai 29 tahun sejalan dengan pernyataan Papalia dan Olds menyatakan, orang akan belajar berpikir lebih abstrak dan akan belajar menjadi lebih mandiri (Asrar & Taufani, 2022). Selain itu, Hurlock juga menjelaskan masa dewasa awal juga ditandai oleh ketegangan emosional.

Ketegangan kerap muncul dalam bentuk rasa takut atau kekhawatiran, yang umumnya berkaitan dengan kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap permasalahan yang dihadapi, serta tingkat keberhasilan atau kegagalannya dalam menyelesaikan permasalahan tersebut (Budiani, Ratnaningrum & Lailiyah., 2024)

Dewasa awal memiliki tantangan tersendiri yaitu pada tahap ini, individu dituntut untuk tidak ketergantungan pada keluarga khususnya orang tua, serta mulai berupaya untuk mencapai kemandirian dalam berbagai aspek kehidupannya. Keluarga memiliki peran yang besar bagi kehidupan individu terutama secara psikologis (Syafitri, Aulia, Mariana & Bayu, 2023). Keluarga menjadi pusat pendidikan moral, sopan santun, sikap, dan kasih sayang. Namun, ada beberapa keluarga tidak mampu menjalankan fungsinya secara optimal, karena terdapat sejumlah keluarga yang mengalami disfungsi hingga berujung pada perpecaha. Kondisi keluarga ini sering dikenal dengan istilah *Broken Home*. Syafitri dkk. (2023) menjelaskan *Broken Home* adalah kondisi di mana keluarga mengalami perpecahan, baik akibat perceraian maupun konflik yang berkepanjangan, yang seringkali meninggalkan dampak mendalam pada perkembangan psikis anak-anak yang tumbuh pada situasi tersebut.

Suatu keluarga dapat dikategorikan sebagai *broken home* jika mempunyai sejumlah ciri-ciri tertentu, antara lain: jika salah satu atau kedua orang tua meninggal dunia, perceraian, salah satu atau kedua orang tua memiliki kelainan kepribadian atau gangguan jiwa, *poor marriage* (yang

berarti hubungan yang tidak baik antara orang tua dengan anak), suasana keluarga dingin tanpa kehangatan, hubungan yang tidak baik dengan orang tua (Bunga, Evanytha & Akhyar, 2024). Menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Yogyakarta terdapat 4.663 kasus perceraian di DIY Yogyakarta pada 2024 dan 448.126 di Indonesia (Badan Pusat Statistik Provinsi Di Yogyakarta, 2024). Angka tersebut terbilang cukup tinggi dibandingkan dengan daerah sekitar Yogyakarta seperti Klaten dengan angka perceraian 1.727, Magelang sebesar 2.130 kasus dan Surakarta 893 (Badan Pusat Statistik Provinsi Di Jawa Tengah, 2024). Fenomena *Broken Home ini tidak* hanya mempengaruhi masa anak-anak, tetapi juga memberikan efek berkelanjutan hingga individu memasuki masa dewasa awal. Dhea & Khoiryasdien, (2024) menjelaskan fenomena *broken home dapat* menimbulkan berbagai dampak psikologis dan sosial pada individu, seperti munculnya perasaan kebencian terhadap orang tua, meningkatnya kerentanan terhadap pengaruh negatif dari lingkungan, timbulnya pandangan hidup yang pesimistis, kesulitan dalam menjalin relasi sosial, serta munculnya permasalahan terkait moralitas.

Orang-orang yang dibesarkan dalam keluarga *broken home sering* kali menghadapi masalah yang lebih sulit daripada orang-orang yang dibesarkan dalam keluarga utuh. Sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Muttaqin & Sulistyono (2019) menjelaskan bahwa dampak dari keluarga *Broken Home seperti* adanya perilaku agresif, kenakalan, perilaku menyimpang serta mengalami gangguan psikologis, seperti luka emosional

yang mendalam, krisis integritas diri, distorsi nilai, dan keretakan dalam hubungan sosial. Selain itu, seringkali individu dihadapkan pada perasaan tidak aman, rendahnya kepercayaan diri, serta kecemasan dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Dampak lainnya seperti pengalaman masa lalu yang penuh dengan ketidakpastian yang dapat mempengaruhi cara individu mengelola emosi dan menghadapi stres.

Pada dewasa awal yang mengalami *broken home*, masalah regulasi emosi menjadi salah satu masalah penting dalam perkembangan psikologis mereka, permasalahan regulasi emosi terletak pada ketidakmampuan untuk memahami, memproses, dan menyalurkan emosi secara sehat. Penelitian oleh Syafitri dkk (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa yang berasal dari keluarga yang mengalami masalah cenderung menggunakan strategi regulasi emosi yang tidak fleksibel, seperti penekanan emosi dan penghindaran yang dapat menghambat pertumbuhan emosional mereka. Bentuk penghindaran situasi atau pikiran yang membangkitkan emosi negatif bisa dengan cara distraksi, seperti bermain game, overworking, atau isolasi diri. Namun, ini hanya menunda emosi yang tidak terselesaikan dan bukan solusi jangka panjang. Bentuk lain dari Individu yang tidak mampu meregulasi emosinya Individu cenderung merespons situasi secara berlebihan (emosi meledak-ledak, marah tiba-tiba, menangis tanpa alasan jelas) karena tidak dapat mengontrol tingkat emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, atau khawatir.

Regulasi emosi diperlukan untuk pola pengolahan emosi maladaptive, ini membantu seseorang beradaptasi dengan tekanan yang mereka alami. Regulasi emosi merupakan salah satu cara seseorang dapat mengontrol emosi mereka sendiri (Putri, Wisma, Rozzaqyah, Ikbal & Muti'ah. 2023). Menurut Friniar dkk (2023) memberi penjelasan bahwa regulasi emosi mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengendalikan dan mengkomunikasikan emosi negative mereka yang mungkin muncul dalam berbagai situasi. Ketika seseorang mampu mengendalikan emosinya hal ini dapat mengubah cara individu bereaksi terhadap konflik atau tantangan, baik dalam keluarga maupun kehidupan sehari-hari. Gross (Pusvitasari & Yuliasari 2021) menjelaskan regulasi emosi ialah suatu pengolahan dilakukan untuk memengaruhi emosi seseorang, mencakup bagaimana emosi tersebut muncul, dialami, serta diekspresikan dalam berbagai situasi

Individu yang mampu mengatur emosinya cenderung lebih efektif dalam menghadapi situasi yang menekan mengurangi dampak negatif dari tekanan emosional yang dialami. Saat individu terjebak dalam perasaan marah atau putus asa, regulasi emosi memungkinkan individu untuk lebih memahami dan memproses perasaan tersebut, sehingga individu bisa merespons situasi lebih adaptif dan efektif. Pengelolaan emosi yang efektif berperan penting dalam membantu individu dewasa awal mempertahankan stabilitas psikologis. Sehingga individu memiliki keyakinan saat menyelesaikan suatu permasalahan, mampu dalam mencari solusi dan

memiliki kemampuan untuk kembali stabil setelah merasakan emosi negatif (Friniar, Gismin & Aditya., 2023). Kemampuan untuk mengatur emosi dapat membantu individu mengurangi dampak negatif dari tekanan emosional yang individu alami. Jayanti dan Prawita (2023) menunjukkan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan yang dapat ditingkatkan melalui pelatihan dan pengalaman emosional yang memadai.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 5 Maret 2025 dan mewawancarai 2 subjek yang mengalami *broken home*. *Studi* pendahuluan bertujuan untuk mengetahui kondisi keluarga dan regulasi emosi dewasa awal yang mengalami *Broken Home*. Hasil dari wawancara terdapat perbedaan dalam cara menghadapi kondisi tersebut. Subjek pertama, yang mengalami perceraian orang tua sejak SMA, subjek lebih memilih untuk menahan emosinya dan menghindari pembicaraan tentang keluarganya. Ketika subjek merasakan sedih atau marah subjek akan berusaha mendistraksi pemikirannya dengan bermain game atau berkumpul dengan teman agar tidak terlalu fokus pada emosi negatif yang dirasakannya. Namun demikian, pendekatan ini tidak sepenuhnya efektif, karena emosi yang terkandung tetap dapat muncul dalam situasi tertentu, seperti ketika individu berada dalam kesendirian atau ketika melihat orang lain yang memiliki keluarga yang harmonis.

Berdasarkan hasil wawancara, regulasi emosi pada Subjek 1 dianalisis melalui tiga aspek utama hasil analisis menunjukkan bahwa hanya satu dari ketiga aspek tersebut yang terpenuhi. Pertama pada aspek

Activation of a Regulatory Goal, subjek menunjukkan adanya kesadaran terhadap emosi negatif yang dialami, seperti rasa sedih dan marah. Subjek juga memiliki keinginan untuk tidak terlalu larut dalam emosi tersebut, yang ditunjukkan melalui upaya mengalihkan perhatian dengan bermain game atau berkumpul bersama teman. Hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki tujuan awal untuk mengatur emosinya, meskipun strategi yang dipilih tidak adaptif. Kedua, aspek *Engagement of the Processes Responsible for Altering the Emotion Trajectory* tidak terpenuhi. Subjek tidak menggunakan strategi regulasi emosi yang bersifat adaptif seperti *cognitive reappraisal*, *problem solving*, atau bentuk lain dari pemaknaan ulang terhadap situasi emosional. Sebaliknya, subjek cenderung menggunakan strategi distraksi yang bersifat menghindar dan tidak menyentuh emosi yang dirasakan. Strategi ini tidak mengubah arah perkembangan emosi, melainkan hanya menunda atau menyamarkan keberadaannya. Ketiga, aspek *Impact on Emotion Regulation* juga tidak terpenuhi. Subjek mengungkapkan bahwa emosi negatif yang dirasakan sering kali muncul kembali, terutama saat sedang sendiri atau ketika melihat orang lain memiliki keluarga yang utuh dan harmonis. Hal ini menunjukkan bahwa emosi yang dialami belum terproses secara tuntas, dan strategi regulasi yang digunakan tidak menghasilkan dampak jangka panjang yang positif terhadap kesejahteraan emosional subjek.

Subjek kedua dengan latar belakang konflik keluarga berkepanjangan menunjukkan respon yang berbeda dimana subjek

terkadang lebih mudah tersulut emosinya, seringkali melampiaskan kemarahan atau memilih untuk menghindari situasi yang membuatnya tidak nyaman. Konflik yang terus-menerus terjadi dalam keluarga membuatnya sulit untuk berpikir jernih dalam menghadapi perasaan negatif, sehingga lebih sering meluapkan emosi secara langsung atau menarik diri dari interaksi sosial.

Berdasarkan hasil wawancara, regulasi emosi pada Subjek 2 dianalisis melalui tiga aspek utama. Hasil analisis menunjukkan bahwa pada aspek *Activation of a Regulatory Goal*, subjek tidak menunjukkan adanya upaya sadar untuk mengelola emosi yang muncul saat menghadapi konflik keluarga. Subjek cenderung merespons secara spontan tanpa memikirkan cara untuk mengatasi emosi negatif yang dirasakannya. Pada aspek *Engagement of the Processes Responsible for Altering the Emotion Trajectory*, subjek lebih sering menggunakan strategi maladaptif seperti pelampiasan kemarahan dan penghindaran sosial. Alih-alih mengubah arah lintasan emosi menjadi lebih stabil, strategi ini justru memperkuat intensitas emosi negatif. Selanjutnya, pada aspek *Impact on Emotion Regulation*, regulasi emosi yang dijalankan subjek tampak tidak efektif karena berujung pada ketegangan emosional berkepanjangan dan kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial. Secara keseluruhan, ketiga aspek tersebut menunjukkan bahwa subjek mengalami kesulitan dalam meregulasi emosinya secara sehat dan konstruktif.

Berdasarkan studi pendahuluan tersebut sejalan dengan penelitian Bunga dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa regulasi emosi penting dalam membantu individu menghadapi tantangan yang timbul akibat kondisi *broken home*. Dijelaskan oleh Putri & Kristiana (2017) salah satu komponen kepribadian seseorang dalam mengelola emosinya adalah kepribadian *hardiness*, ini adalah komponen kepribadian yang membedakan cara seseorang bertindak dan menangani masalah dalam berbagai situasi. Kepribadian *hardiness* merupakan sifat yang dapat membantu individu untuk melindunginya dari pengaruh negatif stress (Budiyono, Noviekayanti & Rina., 2023). Seseorang yang kepribadian *hardiness* memiliki kemampuan dalam mengendalikan situasi tidak menyenangkan serta memberi makna situasi tersebut secara positif (Thahirah & Insan, 2020), dimana ndividu juga cenderung lebih optimis, dapat mengontrol diri dengan baik, serta berani menghadapi perubahan.

Kepribadian *hardiness* menurut Kobasa merupakan konsep psikologis yang menggambarkan ketangguhan mental individu dalam menghadapi tekanan hidup (Nisa, Sulistiaji & Aquarisnawati ., 2022). Kobasa juga menjelaskan terdapat tiga elemen utama yang membentuk kepribadian *hardiness*, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan (*commitment, control, and challenge*) (Thahirah & & Insan, 2020). Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* yang cenderung tinggi umumnya mampu mengelola emosi dengan lebih baik. Sedangkan individu dengan kepribadian *hardiness* rendah atau individu yang memiliki kepribadian

tidak kepribadian *hardiness* adalah individu yang tidak memiliki ketahanan terhadap tekanan psikologis, sehingga cenderung lebih rentan mengalami gangguan emosional ketika menghadapi situasi stres. Individu yang tidak kepribadian *hardiness* juga menunjukkan kelemahan pada tiga aspek utama, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Ketiga komponen ini seharusnya berfungsi sebagai mediator terhadap efek stres. Namun, dalam kondisi tidak kepribadian *hardiness* individu gagal mengenali stres sebagai sesuatu yang dapat dikelola atau dipelajari, sehingga stres justru berdampak lebih besar pada kondisi psikologis mereka. Sejalan dengan penelitian Hasbi dan Alwi (2022) kerentanan terhadap stress meningkat pada individu yang memiliki kepribadian *hardiness* rendah. Mereka cenderung mudah menyerah terhadap masalah karena tidak yakin dengan kemampuan mereka.

Konsep kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi ini memiliki perannya masing-masing dalam membantu seseorang menghadapi berbagai tantangan hidup dan menjaga kesehatan mental. Kepribadian *hardiness*, sebagai bentuk ketangguhan mental, mencakup kemampuan untuk tetap berkomitmen pada tujuan, merasa memiliki kendali atas situasi, dan melihat tantangan sebagai peluang untuk tumbuh. Sedangkan regulasi emosi membantu individu untuk memahami dan mengelola perasaan negatif yang muncul akibat tekanan emosional dari situasi *Broken Home*. Kepribadian kepribadian *hardiness* bekerja sebagai pondasi penting dalam membentuk kemampuan regulasi emosi yang baik. Individu dengan kepribadian *hardiness* cenderung menafsirkan tekanan emosional bukan sebagai

ancaman, melainkan sebagai bagian dari proses pertumbuhan pribadi. Hasil ini didukung oleh penelitian Wahono dan Ambarwati (2020) yang menunjukkan bahwa kepribadian *hardiness* memiliki kemampuan untuk menghadapi situasi yang penuh dengan emosi negatif. Alasan utama mengapa seseorang dengan kepribadian *hardiness* tinggi mampu bertahan dalam situasi tertekan karena kemampuan mereka untuk mengelola emosi negatif secara adaptif.

Kemampuan ini penting agar individu tidak terjebak dalam emosi negatif yang berlarut, serta mampu menjalankan fungsi sosial dan personal secara optimal. Dalam konteks *broken home*, kedua variabel ini menjadi pembentuk ketahanan psikologis dan menjaga keseimbangan emosional. Berdasarkan permasalahan tersebut hingga saat ini penelitian yang secara spesifik mengkaji korelasi antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada individu dewasa awal yang berasal dari keluarga *broken home* masih jarang dilakukan. Kebanyakan studi lebih berfokus pada akibat atau dampak dari *broken home* terhadap gangguan psikologis. Sehingga, penelitian ini difokuskan dalam mengkaji hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada individu dewasa awal yang mengalami *broken home*. Apakah ada hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan regulasi emosi pada individu dewasa awal yang berasal dari keluarga *broken home*.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan kepribadian *hardiness* pada individu dewasa awal yang berasal dari keluarga *broken home*

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan akan berkontribusi pada kemajuan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami hubungan antara kepribadian *hardiness* terhadap regulasi emosi pada individu dewasa awal yang berasal dari keluarga *broken home*.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Dewasa Awal

Harapannya penelitian ini dapat memberikan informasi ke pada individu dewasa awal yang mengalami *broken home* untuk mampu meningkatkan kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi dalam kehidupan. .

b) Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan memberikan wawasan dan edukasi bagi peneliti mengenai hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi serta dapat meningkatkan pentingnya kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada individu yang berasal dari keluarga *broken home*.

c) *Bagi Penelitian selanjutnya*

Penelitian ini dapat membuka peluang untuk studi lebih lanjut yang mengeksplorasi intervensi dan strategi peningkatan kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi, mengembangkan program atau metode yang lebih efektif dalam mendukung individu yang berasal dari latar belakang keluarga *broken home*.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian terdahulu terkait dengan topik ini seperti penelitian yang dilakukan oleh Syafitri, Aulia, Mariana dan Bayu (2023) yang membahas regulasi emosi mahasiswa *broken home*. Penelitian dilakukan dengan metode kualitatif menggunakan pendekatan studi kasus. Pendekatan kualitatif dilakukan guna memberikan penjelasan lebih terperinci mengenai pengelolaan emosi mahasiswa *Broken Home*. Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa partisipan mahasiswa mampu meregulasi emosinya dengan baik karena pada dasarnya telah memasuki masa dewasa awal yang meskipun pada tahap ini individu seharusnya telah memiliki kemampuan dalam meregulasi emosi, namun efektivitas regulasi tersebut tetap bergantung pada karakteristik dan pengalaman masing-masing individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Budiyono, Noviekayanti dan Rina (2023) yang meneliti tentang kepribadian *hardiness* dan resiliensi pada subjek wanita dewasa awal yang pernah mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Metode yang dilakukan dalam penelitian yaitu metode kualitatif

korelasional menggunakan snowball sampling. Hasil dari penelitian diperoleh kesimpulan hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan resiliensi terhadap wanita dewasa awal yang mengalami KDRT menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kepribadian *hardiness* yang dimiliki, yang tercermin dalam komitmen terhadap aktivitas sehari-hari, adanya tujuan hidup, kemampuan mengontrol diri, serta ketertarikan terhadap tantangan akan berkontribusi pada peningkatan tingkat resiliensi individu. Sehingga, individu dapat mengendalikan emosi dan mengatasi stres, meningkatkan sikap optimisme, serta menelaah masalah tanpa menyalahkan orang lain atas permasalahan yang dihadapinya.

Penelitian yang lain dilakukan oleh Wahono dan Ambarwati (2020) berfokus pada kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada dokter spesialis memiliki pengalaman menangani pasien meninggal dunia. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Pada penelitian ini didapati hasil yang menunjukkan terdapat signifikan dan positif antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada dokter spesialis memiliki pengalaman atau menangani pasien meninggal dunia. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kepribadian *hardiness* yang dimiliki, maka semakin baik pula kemampuan regulasi emosinya dalam menghadapi pengalaman tersebut, rendahnya kepribadian *hardiness* akan berhubungan dengan rendahnya kemampuan regulasi emosi pada dokter spesialis yang pernah menangani pasien yang meninggal dunia.

Penelitian yang dilakukan oleh Bunga, Evanytha dan Akhyar (2024) yang meneliti korelasi regulasi emosi dengan resiliensi pada subjek yang berada pada masa *emerging adulthood* dan mengalami *broken home*. Pendekatan penelitian menggunakan kuantitatif dengan memakai metode *cross-sectional*. Pengambilan sampel dilakukan *accidental sampling*, di mana kuesioner disebarluaskan secara daring melalui *Google Form*. Penelitian menyatakan adanya hubungan positif dan signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi pada *emerging adulthood* yang mengalami *broken home*. Hasil ini mengindikasikan tingkat resiliensi yang lebih tinggi akan tercermin seiring dengan peningkatan regulasi emosi yang dimiliki individu. Sebaliknya, tingkat regulasi emosi yang rendah pada *emerging adulthood* yang mengalami *broken home*, semakin rendah pula tingkat resiliensi yang dimiliki.

Penelitian yang dilakukan penelitian Dhea dan Khoiryasdien (2024) tentang kepribadian *hardiness* yang dilakukan pada wanita yang diasuh oleh ibu tunggal. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kualitatif dan metode fenomenologi. Penelitian ini mengungkapkan jika kedua subjek memiliki kecenderungan kepribadian *hardiness* yang tinggi, hal ini dapat tercermin dalam aspek kontrol diri, komitmen terhadap tujuan hidup, serta kemampuan untuk menghadapi tantangan. Sumber kepribadian *hardiness* berasal dari pengalaman dan nilai-nilai yang diterima, seperti peran ibu sebagai role model, dukungan keluarga, dan religiusitas. Ibu berperan penting sebagai sumber kekuatan, sementara dukungan dari saudara serta

sikap religius juga berkontribusi dalam membentuk kepribadian *hardiness*. Faktor lain seperti kemampuan kognitif, strategi koping, dan gaya optimis juga membantu membentuk kepribadian *hardiness* pada kedua subjek yang diasuh oleh single mother.

Penelitian Yolanda dan Rahayuningsih (2023) yang berfokus pada pengaruh kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stress pada pedagang pasar tradisional di lokasi pasar tradisional duduk sampean. Penelitian dilakukan dengan metode kuantitatif dan pengumpulan data diambil dengan menggunakan skala *Likert* yang dikonstruksi berdasarkan aspek stres menurut Sarafino dan Smith, aspek kepribadian *hardiness* menurut Frank & Huston, lalu aspek dukungan sosial menggunakan teori Sarafino & Smith. Penelitian ini menghasilkan terdapat pengaruh antara stres terhadap kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial pada pedagang di Pasar Tradisional Duduk Sampeyan. Selain itu, didapati adanya pengaruh negatif yang signifikan antara stres dengan kepribadian *hardiness*, serta antara stres terhadap dukungan sosial pada pedagang pasar tradisional di Pasar Tradisional Duduk Sampeyan

Penelitian yang dilakukan oleh Olianda & Rizal (2020) yang berfokus pada korelasi antara kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan pada subjek ibu yang memiliki anak tunagrahita. Responden terdiri dari 28 ibu yang anak adalah seorang tunagrahita. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan tujuan untuk mengidentifikasi korelasi atau hubungan antara kepribadian

hardiness, dukungan sosial, dan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Teknik yang digunakan dalam menganalisis data adalah analisis regresi. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan.

Penelitian Hasbi & Alwi (2022) dengan judul Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Kepribadian *hardiness* pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. Partisipan berjumlah 208 mahasiswa yang sedang dalam masa skripsi di Kota Makassar. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan analisis regresi sederhana, yang ditujukan untuk menguji pengaruh dari dukungan sosial terhadap kepribadian *hardiness* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil dari penelitian menunjukkan hasil pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap kepribadian *hardiness* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

1. Keaslian Topik

Topik pada penelitian ini berbeda dengan peneliti sebelumnya, penelitian Bunga, Evanytha, dan Akhya (2024) menggunakan variable yaitu regulasi emosi dan resiliensi sedangkan dalam penelitian ini menggunakan kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi. Kemudian, dipenelitian Dhea dan Khoiryasdien (2024) dimana peneliti hanya menggunakan satu variable yaitu kepribadian *hardiness* sedangkan pada penelitian ini menggunakan dua variable. Berdasarkan judul dari penelitian terdahulu, pada penelitian ini mengambil judul “Hubungan Antara Kepribadian *hardiness* Dengan Regulasi Emosi Pada Dewasa

Awal Yang Mengalami *Broken Home*” yang berbeda dengan judul pada penelitian-penelitian terdahulu. Kesimpulannya penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana kepribadian *hardiness* berperan dalam membentuk kemampuan regulasi emosi pada individu dewasa awal yang mengalami *broken home*. Dengan menggabungkan dua variabel utama yang belum banyak diteliti secara bersamaan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai mekanisme ketahanan psikologis individu dalam menghadapi tekanan emosional akibat kondisi keluarga yang tidak utuh. Perbedaan fokus dan pendekatan ini menjadikan penelitian ini sebagai kontribusi baru dalam kajian psikologi perkembangan dan klinis, khususnya dalam upaya memahami dinamika emosi dan kepribadian pada populasi rentan.

2. Keaslian Teori

Teori pada penelitian ini berbeda dengan peneliti sebelumnya, dimana pada penelitian ini menggunakan teori regulasi emosi dari Gross J sedangkan penelitian Syafitri dkk (2023) menggunakan teori regulasi emosi dari Hurlock. Kemudian untuk variable bebas peneliti menggunakan teori kepribadian *hardiness* dari Kobasa berbeda dengan penelitian penelitian Yolanda dan Rahayuningsih (2023) menggunakan teori Frank dan Huston. Kesimpulannya dengan perbedaan pada pemilihan variabel, pendekatan teori, dan fokus subjek penelitian, penelitian ini hadir

sebagai studi yang unik dan relevan untuk menggambarkan dinamika psikologis individu dewasa awal yang mengalami *broken home*. Penggunaan teori Gross dan Kobasa memberikan landasan konseptual yang kuat untuk memahami bagaimana kepribadian *hardiness* dapat memengaruhi regulasi emosi. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya memperluas wawasan dalam kajian psikologi, tetapi juga membuka ruang bagi penelitian lanjutan mengenai interaksi antara faktor kepribadian dan emosi dalam konteks keluarga yang tidak utuh.

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yaitu pada penelitian ini memakai modifikasi skala pada variable kepribadian *hardiness* menggunakan skala yang telah diadaptasi oleh Awaliah (2024) yaitu skala Bartone yang merujuk pada aspek kepribadian *hardiness* dari teori Kobasa. Selanjutnya untuk variable regulasi emosi akan menggunakan skala modifikasi dari skala yang telah dikembangkan sebelumnya oleh Putri, Wisma, Rozzaqyah, Ar, Iqbal, & Muti'ah, A. (2023) menggunakan *confirmatory factor analysis* (CFA) yang merujuk pada aspek regulasi emosi. Sedangkan pada penelitian Bunga, Evanytha, Akhyar (Bunga dkk., 2024) menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *cross-sectional*. Pada penelitian sebelumnya yaitu dari Tri Yuningsih & Sumedi. P. Nugraha (2023) pada variabel kepribadian *hardiness* digunakan skala RAHS (Revised Academic Kepribadian *hardiness* Scale) yang sudah

dimodifikasi dari skala yang dikembangkan oleh Benishek, Feldman, Shipon, Mecham, dan Lopez skala ini memiliki 40 aitem.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini merupakan individu dewasa awal yang memiliki usia antara 18 hingga 25 tahun, baik mahasiswa maupun pekerja, yang sedang mengalami kondisi *broken home*. *Kondisi* tersebut mencakup kematian salah satu atau kedua, perceraian, salah satu atau kedua orang tua memiliki kelainan kepribadian atau gangguan jiwa, *poor marriage* (hubungan yang tidak baik antara orang tua dengan anak), suasana keluarga tanpa kehangatan, dan hubungan orang tua yang tidak baik. Sementara itu, dalam penelitian Haira Salva Dhea & Andhita Dyorita Khoiryasdien (2024) subjek penelitian terdiri dari 115 wanita dewasa awal berusia 20-40 tahun yang merupakan korban KDRT, sedangkan dalam penelitian Bunga, Evanytha, dan Akhyar (2024) subjek penelitian adalah individu berusia 18-29 tahun yang berada dalam fase *emerging adulthood*. Demikian kesimpulannya dengan memilih subjek individu dewasa awal yang mengalami *broken home*, penelitian ini menghadirkan konteks yang lebih spesifik dan mendalam dibandingkan penelitian sebelumnya. Fokus pada pengalaman keluarga yang tidak utuh memberikan ruang untuk mengeksplorasi bagaimana kondisi tersebut memengaruhi kepribadian dan regulasi emosi.