

## **Peran *Hardiness* terhadap Kecemasan akan Masa Depan Individu Dewasa Awal**

### *The Role of Hardiness in Emerging Adulthood Future Anxiety*

*Putri Riana Septianingsih<sup>1</sup>, Tri Hayuning Tyas<sup>2</sup>*

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Jl. Sosio-Humaniora 1, Bulaksumur, Yogyakarta 55281, Indonesia

e-mail: <sup>1</sup>putririana@mail.ugm.ac.id, <sup>2</sup>t.h.tyas@ugm.ac.id

**Abstrak.** Individu dewasa awal menghadapi berbagai tugas perkembangan sehingga berpotensi merasa tertekan dan cemas terhadap masa depannya. *Hardiness* adalah salah satu ciri kepribadian yang dikonseptualisasikan dapat membantu individu dalam keadaan yang menekan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah *hardiness* berperan terhadap kecemasan akan masa depan individu dewasa awal. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan alat ukur Skala *Hardiness* dan Skala Kecemasan akan masa depan dengan 297 partisipan. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa *hardiness* berkorelasi negatif terhadap kecemasan akan masa depan individu dewasa awal dengan angka sumbangan efektif 34,4%. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk pengembangan program yang ditujukan untuk menguatkan ketahanan individu dewasa awal terhadap kecemasan akan masa depan.

**Kata kunci.** Dewasa awal, *hardiness*, kecemasan akan masa depan

**Abstract.** Early adulthood individuals face various developmental tasks, so they have the potential to feel depressed and anxious about their future. *Hardiness* is a personality trait that is conceptualized to help individuals in stressful situations. This research aims to determine whether *hardiness* plays a role in early adult individuals' future anxiety. This research used quantitative methods with measuring instruments on the *hardiness* scale and future anxiety scale with 297 participants. The results of simple linear regression analysis show that *hardiness* is negatively correlated with future anxiety in early adult individuals with an effective contribution rate of 34,4%. It is hoped that this research can provide input for the development of programs aimed at strengthening the resilience of young adult individuals to future anxiety.

**Keywords.** Early adulthood, future anxiety, *hardiness*