



Kecemasan terhadap Masa Depan pada Dewasa Awal dengan Orang Tua yang Bercerai

Rahmavita Dwiana Wulandari¹, Nida Ul Hasanat²
Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
e-mail: ¹rahmavitadwiana@mail.ugm.ac.id, ²nida@ugm.ac.id

Abstract. Parental divorce has an impact on life both economically, socially, and psychologically, for emerging adulthood. Emerging adulthood which is full of exploration dealing with parental divorce becomes one of the life's stresses and life's stress is one of the triggering factors of anxiety about the future. Therefore, this study aims to understand anxiety about the future in emerging adulthood with divorced parents. The method in this study was qualitative with a descriptive phenomenology type and this study used data collection techniques in the form of interviews. This study involved three informants using spiral analysis techniques. To ensure the credibility of the research results, triangulation methods were carried out using data from the scores of Future Scale Anxiety. The results of the study found that the three informants with divorced parents experienced anxiety about the future in determining career and life partners. Informants interpreted parental divorced as the loss of the father's role which resulted in economic decline and as a source of fear in determining a future life partner. The score results on several items of the Future Anxiety Scale also showed high scores, namely 3 to 4. The various coping strategies carried out gave rise to a process of awareness to make peace with oneself and creates an attitude of self-acceptance towards the conditions experienced and the desire to motivate others with the same experience.

Keywords: *future anxiety, emerging adulthood, divorce, phenomenology*

Abstrak. Perceraian orang tua memberikan dampak terhadap kehidupan baik dari segi ekonomi, sosial, dan psikologis bagi individu dewasa awal. Masa dewasa awal yang penuh eksplorasi dengan perceraian orang tua menjadi salah satu tekanan hidup dan tekanan hidup merupakan salah satu faktor pemicu dari kecemasan terhadap masa depan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memahami mengenai kecemasan terhadap masa depan pada dewasa awal dengan orang tua yang bercerai. Metode penelitian ini yaitu kualitatif dengan jenis fenomenologi deskriptif dan menggunakan teknik pengumpulan data berupa wawancara. Penelitian ini melibatkan tiga orang informan dengan menggunakan teknik analisis spiral. Dalam memastikan kredibilitas hasil penelitian dilakukan triangulasi metode dengan menggunakan data hasil skor pada Skala Kecemasan Masa Depan. Hasil penelitian menemukan bahwa ketiga informan mengalami kecemasan terhadap masa depan dengan orang tua yang bercerai dalam menentukan karier dan pasangan hidup. Informan memaknai perceraian orang tua sebagai hilangnya peran ayah yang mengakibatkan kemunduran ekonomi dan sebagai sumber ketakutan dalam menentukan pasangan hidup di masa depan. Hasil skor pada beberapa aitem dari Skala Kecemasan Masa Depan juga menunjukkan skor yang tinggi yaitu 3 hingga 4. Berbagai strategi *coping* yang dilakukan memunculkan suatu proses kesadaran untuk berdamai dengan diri sendiri dan menimbulkan terciptanya sikap penerimaan diri terhadap kondisi yang dialami dan keinginan untuk memotivasi orang lain dengan pengalaman yang sama.

Kata kunci: *kecemasan terhadap masa depan, dewasa awal, perceraian, fenomenologi*