

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Situasi resesi dan depresi telah mengancam dunia, bahkan negara-negara kuat dan berdaya seperti Singapura, Korea Selatan, Jepang, Amerika Serikat, Selandia Baru, Inggris, serta Perancis telah mengalami dampaknya. Bagitupun dengan Indonesia sebagai negara berkembang tentu juga merasakan impaknya. Pada dua kuartal berturut-turut terjadi penurunan hingga 5,32% dalam pertumbuhan ekonomi nasional (Junaedi & Salistia, 2020).

Pada 7 November 2022, Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan bahwa pada kuartal tiga tahun 2022, pertumbuhan ekonomi Indonesia mencapai 5,72% (*year on year*) yang mana hal tersebut merupakan pertumbuhan ekonomi tertinggi sejak kuartal dua tahun 2021 (BPS, 2022). Hal ini berarti bahwa pertumbuhan ekonomi Indonesia telah kembali pada masa sebelum pandemi, yaitu kurang lebih 5%. Akan tetapi, kemajuan yang positif tersebut tidak sanggup mewujudkan banyaknya lapangan pekerjaan bagi tenaga kerja yang ada. Sehingga, pemutusan hubungan kerja (PHK) semakin meningkat dalam masa perbaikan ekonomi sekarang ini.

Menteri Keuangan Republik Indonesia, Sri Mulyani Indrawati pada portal berita bisnis.com (2022) kembali mengingatkan bahwa terdapat risiko resesi global yang akan mengintai di tahun 2023. Beliau menyampaikan bahwa prospek ekonomi global tahun 2023 akan gelap karena diliputi oleh ketidakpastian yang sangat tinggi. Presiden Republik Indonesia, Joko Widodo turut menekankan bahwa resesi global tahun 2023 akan gelap, serta badai

besarnya akan seperti apa dan sekuat apa tidak dapat diketahui karena tidak dapat dikalkulasi.

Kristalina Georgieva selaku Direktur Pelaksana Dana Moneter Internasional (IMF) menyatakan bahwa perekonomian global di tahun 2023 akan suram dan sulit sebab mengalami risiko resesi dan ketidakstabilan pasar keuangan. Dana Moneter Internasional (IMF) menekankan bahwa peluang ekonomi dunia akan gelap sekali akibat adanya guncangan dari pandemi COVID-19, perang antara Rusia dan Ukraina, serta adanya bencana iklim pada semua benua. Adanya inflasi atau kenaikan harga pangan dan energi dampak dari perang antara Rusia-Ukraina adalah salah satu alasan utama resesi ekonomi global 2023.

Pada situasi resesi, umumnya perusahaan akan melakukan efisiensi, salah satunya dengan mengurangi beban gaji karyawan. Akibatnya, tingkat pengangguran akan semakin tinggi karena PHK dan *fresh graduate* akan mengalami kesulitan dalam mencari pekerjaan karena perusahaan berusaha memangkas jumlah karyawan. Meskipun Indonesia telah berhasil menorehkan hasil yang cemerlang di tengah ekonomi dunia yang sedang sulit dan terguncang, namun pemutusan hubungan kerja (PHK) di Indonesia tidak dapat dihindari dan bahkan masih terus terjadi. Hal tersebut dikarenakan tantangan makro global memiliki dampak yang begitu nyata bagi para pelaku usaha di seluruh dunia (CNN Indonesia, 2022).

Ida Fauziah selaku Menteri Ketenagakerjaan Republik Indonesia pada rapat dengan Komisi IX Dewan Perwakilan Rakyat Republik Indonesia yang dilaporkan pada portal berita kompas.com memaparkan bahwa angka kasus PHK tahun 2019 terdapat sebanyak 18.911 kasus. Pada 2020 meningkat

menjadi 386.877 kasus, lalu tahun 2021 kasus PHK menjadi 127.085 kasus, dan per September 2022 terdapat 10.765 kasus PHK (Indraini, 2022). Pada laporan CNBC Indonesia (2022) menyatakan bahwa dalam tahun 2022, beberapa *startup* dan emiten teknologi terdesak untuk mengambil tindakan pemutusan hubungan kerja (PHK) terhadap karyawan. Sejumlah perusahaan yang melakukan PHK antara lain Xendit (5% karyawan di Indonesia dan Filipina), Carsome, Sea Ltd (7.000 tenaga kerja), Tokocrypto (227 karyawan), Lummo (100-200 karyawan), Twitter (3.700 karyawan), Meta (11.000 karyawan), GOTO (1.300 karyawan).

Selain itu, dalam website [dpr.go.id](http://dpr.go.id) menyatakan bahwa PHK besar-besaran juga terjadi pada perusahaan tekstil dan produk tekstil (TPH). Asosiasi Pengusaha Indonesia (Apindo) dan perusahaan lainnya yang tidak bergabung dalam Apindo melakukan PHK masal hingga 73.000 pekerja (Putri, 2022). Risiko PHK masal akan terus berlanjut hingga tahun 2023. Tekanan ekonomi telah mengakibatkan permintaan dari pasar ekspor menurun drastis. Dampaknya, persediaan barang di pabrik dalam negeri semakin meningkat yang mengakibatkan pengangguran produksi dan berakhir pada pemutusan hubungan kerja (PHK).

Berdasarkan survei yang dilakukan pada tahun 2020 oleh Faridah Lim selaku Country Manager Jobstreet Indonesia, menunjukkan hasil bahwa yang paling banyak terdampak adalah pekerja yang berusia produktif yaitu usia 18-24 tahun dengan persentase sebesar 67% (Putri, 2020). Rentang usia tersebut termasuk dalam fase dewasa dini yang memiliki berbagai tugas perkembangan yang harus dicapai dan dikuasai, karena berhasil atau tidaknya individu dalam

mencapai suatu tugas perkembangan akan mempengaruhi kualitas hidup individu.

Pada tiap-tiap masa perkembangan terdapat beberapa tugas perkembangan yang perlu untuk dicapai. Ketika individu dapat mencapai tugas perkembangannya dengan baik, maka dapat membawa dampak positif bagi individu dan akan meminimalisir timbulnya suatu permasalahan yang dapat mengganggu proses perkembangan pada masa selanjutnya. Begitupun sebaliknya, ketika individu tidak mencapai tugas perkembangannya dengan baik, maka dapat memunculkan dampak yang negatif bagi individu dan dapat memperbesar peluang munculnya suatu permasalahan yang dapat mengganggu proses perkembangan selanjutnya. Dengan begitu, individu yang mampu menyelesaikan, mencapai, dan menghadapi tugas perkembangan dengan sebagaimana mestinya akan mampu menjalani hidup dengan lebih maksimal (Putri, 2018).

Dewasa dini adalah satu dari beberapa fase perkembangan yang harus dilalui oleh setiap manusia. Menurut Hurlock (2011), individu yang berada pada rentang usia 18 tahun hingga 40 tahun termasuk dalam masa dewasa dini. Fase perkembangan ini dapat dikatakan sebagai masa di mana individu harus menentukan pilihan hidup untuk masa depan, usia reproduktif, masa yang akan berhadapan dengan banyak permasalahan, ketegangan emosional, keterasingan sosial, masa membuat keputusan untuk berkomitmen terhadap sesuatu, masa ketergantungan, masa di mana cara pandang terhadap suatu hal mengalami perubahan, masa individu untuk beradaptasi dengan pola-pola kehidupan baru, serta masa kreatif.

Individu yang telah beranjak pada usia dewasa, tentunya mempunyai peran dan tanggung jawab yang kian meningkat. Fase ini juga disebut sebagai fase pergeseran dari masa ketergantungan ke masa mandiri baik secara ekonomi, kebebasan menentukan diri, maupun menentukan pandangan terhadap masa yang akan datang dengan realistis. Pada fase perkembangan dewasa dini, seorang individu umumnya memiliki tugas perkembangan yang berkaitan dengan mencapai sejumlah tuntutan serta harapan masyarakat. Individu diharapkan untuk dapat memainkan peran baru, seperti mendapatkan pekerjaan dan mulai berkarier, menentukan pasangan hidup, mencoba beradaptasi dengan hidup bersama pasangan dalam sebuah keluarga, menjalankan dan mengurus kehidupan rumah tangga, berusaha untuk melakukan peran dan kewajiban sebagai seorang suami atau istri, menjalankan peran dan tanggung jawab sebagai orang tua, menerima beban dan kewajiban sebagai anggota masyarakat dan warga negara, serta membangun relasi bersama lingkungan sosial dan masyarakat (Hurlock, 2011).

Kehidupan yang harus dilalui oleh setiap individu tidak terlepas dari keadaan dan situasi yang tidak selalu sejalan dengan yang diharapkan. Setiap individu akan berhadapan dengan masalah, kesulitan, maupun hambatan yang mana hal tersebut akan mempengaruhi kondisi psikologisnya. Kesulitan ataupun kegagalan yang terjadi dapat menyebabkan individu merasa tertekan dan dapat mengakibatkan munculnya kecemasan maupun depresi, akan tetapi dengan adanya resiliensi, individu akan memaknai kesulitan serta kegagalan tersebut dan dapat menghindari dampak negatif yang ditimbulkan (Missasi & Izzati, 2019).

Suryani Motik, yang menjabat sebagai Wakil Ketua Umum Kamar Dagang dan Industri Indonesia (Kadin) bidang UMKM, mengatakan bahwa angka kasus PHK dampak dari pandemi COVID-19 menyentuh angka 15 juta kasus (Makki, 2020). Sebagaimana dari mereka yang mengalami PHK terpaksa hidup dalam keadaan yang sulit dan penuh rintangan sebab tidak ada sumber pendapatan, sedangkan kebutuhan hidup harus tetap dipenuhi. Dampak dari keadaan sulit yang harus dihadapi tersebut, terdapat sejumlah buruh atau karyawan yang mengalami PHK memilih jalan untuk mengakhiri hidupnya. Dikutip dari salah satu berita, diduga karena stres akibat masalah ekonomi, terdapat seorang buruh pabrik di Tangerang melakukan bunuh diri (Fitriani & Purwandari, 2022). Tidak hanya itu, setelah kurang lebih satu bulan mengalami PHK, seorang pemuda pria berusia 23 tahun menjadi tertutup dan mengurung diri, kemudian ia ditemukan gantung diri di dapur rumahnya (Gunadha, 2020).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) pada tahun 2018, menemukan bahwa terdapat sekitar 19 juta individu berusia di atas 15 tahun menderita gangguan mental dan emosional, dari jumlah tersebut terdapat lebih dari 12 juta individu yang menderita gangguan depresi. Data yang dihimpun oleh Badan Litbangkes melalui Sistem Registrasi Sampel pada tahun 2016 menunjukkan bahwa kasus bunuh diri menyentuh angka 1.800 individu dalam setahun. Hampir setengahnya atau sekitar 47,7% merupakan remaja dan penduduk usia produktif, yaitu 10-39 tahun.

Pada portal berita GalamediaNews.com (11 September 2021), Direktur P2MKJN Kementerian Kesehatan RI, dr. Celestinus E. M., Sp.KJ., M.Kes menyatakan bahwa *mental health* atau masalah kesehatan jiwa menjadi salah satu alasan terjadinya tindakan bunuh diri. Bunuh diri pun tercatat sebagai

penyebab kematian nomor dua di kalangan usia 15-29 tahun (Aditya, 2021). Menurut data kepolisian Indonesia, 671 orang melakukan bunuh diri pada tahun 2020. Sedangkan BPS (2020) memperoleh data bahwa terdapat sebanyak 5.787 kasus bunuh diri serta percobaan bunuh diri. Pada tahun 2018, portal berita Detiknews melaporkan seorang pemuda berusia 21 tahun gantung diri karena putus asa dan sering gagal dalam mendapatkan pekerjaan.

Individu dalam menjalani kehidupannya, dapat dimungkinkan akan berhadapan dengan berbagai tantangan yang harus dihadapi. Hal ini dikarenakan dalam kehidupan manusia akan selalu diiringi dengan *adversity* (kondisi yang tidak menyenangkan). Kondisi yang tidak menyenangkan tersebut tentunya dapat mendatangkan stres, dengan adanya stres individu akan terdorong untuk melakukan suatu mekanisme koping tertentu. Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi mekanisme koping yang dilakukan oleh individu, yaitu faktor internal yang berasal dari dalam diri maupun faktor eksternal yang berasal dari luar, baik yang sifatnya mendukung ataupun menghambat individu dalam menemukan alternatif pemecahan masalah yang produktif dan efektif (Hendriani, 2018).

Proses koping dapat menentukan cara adaptasi yang akan dilakukan. Individu dengan koping yang selalu menghindar dan mengalihkan perhatian saat berhadapan dengan kesulitan akan menunjukkan respon perilaku yang tentu berbeda dengan individu yang secara aktif berusaha untuk berpikir dan mengelola emosi dalam menghadapi kondisi yang menekan tersebut. Adaptasi yang lebih positif dapat dicapai dengan adanya koping yang tepat dan efektif. Koping yang efektif dapat mendorong individu untuk berupaya menemukan

alternatif penyelesaian persoalan yang paling tepat dan tidak membiarkan emosi negatif muncul berkepanjangan (Hendriani, 2018).

Dari sejumlah strategi koping, terdapat koping efektif dan koping yang tidak efektif. Koping efektif memiliki tujuan untuk melepaskan emosi negatif, sehingga emosi negatif tersebut tidak ditekan dan menjadi berlarut-larut atau bahkan menyebabkan munculnya permasalahan baru seperti yang seringkali terjadi akibat koping tidak efektif, melainkan koping efektif akan mereduksi stres dan mendukung individu untuk memiliki kemampuan bangkit dan berfungsi kembali setelah mengalami suatu hambatan atau kesulitan. Strategi koping efektif ini akan dilakukan oleh individu yang resilien (Franke, 1999).

Individu yang resilien ialah individu yang ketika berhadapan dengan banyak masalah dan kekacauan dalam hidup, dapat memakai kapabilitas dalam dirinya sehingga mampu bertumbuh lebih kuat serta berfungsi dengan lebih baik. Selain itu, ketika berhadapan dengan kondisi yang penuh tantangan dan tekanan, individu yang resilien mampu untuk menyesuaikan diri. Hal tersebut dapat dilakukan dengan kemampuan koping yang tepat dan efektif, sehingga individu mengarah pada adaptasi yang positif yang dapat mendukung terciptanya berbagai respon perilaku yang resilien (Hendriani, 2018).

Resiliensi adalah suatu daya yang dimiliki individu untuk tetap berkeadaan baik dan mempunyai alternatif pemecahan masalah yang produktif dan efektif saat berhadapan dengan suatu kesusahan atau keadaan yang traumatis yang dapat menyebabkan terjadinya stres dalam kehidupan (Reivich & Shatte, 2002). Resiliensi juga didefinisikan sebagai kesanggupan untuk pulih dan kembali bangkit dari stres, kapabilitas untuk penyesuaian diri

terhadap realita yang penuh dengan hambatan dan tekanan (Smith, dkk., 2008). Resiliensi dianggap sebagai tolok ukur keberhasilan dari kemampuan *coping stress* (Connor & Davidson, 2003). Resiliensi juga diartikan sebagai kesanggupan individu dalam menyesuaikan diri dengan cara yang efektif ketika dihadapkan dengan situasi yang berat dan tidak nyaman, sehingga individu dapat bangkit, berfungsi secara maksimal, serta berhasil dalam mengatasi kesulitan.

Resiliensi bukanlah suatu sifat bawaan yang akan langsung dimiliki oleh individu semenjak individu itu terlahir di dunia ini atau secara langsung menetap dalam diri individu setelah satu kali individu tersebut berhasil mencapai resiliensi (Meichenbaum, 2008). Melainkan, resiliensi dianggap sebagai suatu proses dinamis yang berkembang sepanjang waktu. Individu dapat memiliki resiliensi melalui pengalaman-pengalaman yang menantang atau kesulitan yang terjadi dalam hidupnya. Sehingga, di tengah keadaan sulit yang harus dihadapi individu dapat menunjukkan respon positif dan adaptif terhadap peristiwa negatif yang terjadi.

Grotberg (1999) berpendapat bahwa salah satu sumber terbentuknya resiliensi dipengaruhi oleh faktor *I am*. Sumber resiliensi *I am* berhubungan dengan kekuatan yang berasal dari dalam diri yang mencakup sikap, keyakinan pribadi, dan perasaan. Dapat diartikan bahwa sumber *I am* termasuk dalam faktor internal yang bersumber pada diri individu itu sendiri. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Kinman & Grant (2010) menyatakan bahwa kecerdasan emosi adalah salah satu variabel yang berperan untuk mengembangkan resiliensi.

Goleman (2020) menyatakan kecerdasan emosional sebagai kemampuan individu untuk mengelola emosi menggunakan intelegensi, menjaga keseimbangan emosi juga penyampaiannya dengan keterampilan kesadaran terhadap diri sendiri, pengendalian diri, memanfaatkan emosi dengan produktif, empati, dan kecakapan sosial. Selanjutnya, Goleman menambahkan bahwa kecerdasan emosional merupakan suatu kapabilitas lebih yang ada pada diri individu yang berkaitan dengan ketabahan saat berhadapan dengan kegagalan, mengontrol emosi dan memberi jeda terlebih dahulu ketika muncul suatu dorongan untuk memenuhi kepuasan, serta mengendalikan diri agar kemampuan berpikir dapat terus bekerja.

Terdapat dua macam pikiran yang dimiliki oleh setiap manusia, yaitu pikiran emosional dan pikiran rasional, satu berfungsi untuk merasakan (*feels*) dan yang satu memiliki fungsi untuk berpikir (*thinks*). Pikiran emosional dan pikiran rasional yang pada dasarnya berbeda tersebut memiliki sifat saling mempengaruhi untuk membentuk kehidupan mental manusia. Pikiran rasional merupakan pemikiran yang umumnya disadari dan dapat dikatakan pikiran rasional lebih menunjukkan kesadaran, bijaksana, dapat mempertimbangkan dengan hati-hati dan merefleksi. Sedangkan, pikiran emosional lebih impulsif dan memiliki pengaruh yang sangat kuat (Goleman, 2020).

Pikiran emosional dan pikiran rasional biasanya berjalan secara selaras, keduanya saling melengkapi satu sama lain, sehingga dalam menjalani kehidupan individu akan dituntun dan diarahkan oleh kedua pikiran tersebut. Biasanya akan ditemukan keseimbangan antara emosional dan rasionalitas, di mana pikiran emosional memberi informasi atau masukan kepada pikiran rasional, yang kemudian oleh pikiran rasional akan diproses. Pada prosesnya

itu, pikiran rasional akan memperbaiki atau bahkan menolak masukan dan informasi dari pikiran emosional (Goleman, 2020).

Individu yang mampu untuk menyeleksi antara pikiran emosional dan rasional, akan memiliki kapabilitas untuk menempatkan emosi pada porsi yang tepat, mengawasi kepuasan dan dorongan dalam diri, mengelola suasana hati, serta mengendalikan diri agar kemampuan berpikir yang dimiliki individu dapat terus bekerja dalam mengambil keputusan-keputusan dalam hidup.

Ketika menghadapi suatu tekanan serta persoalan dalam kehidupan, tentunya dibutuhkan kemampuan yang baik untuk beradaptasi dengan keadaan, serta dibutuhkan keterampilan untuk bangkit kembali dari kesulitan-kesulitan yang dialami. Kecerdasan emosional dibutuhkan oleh individu yang mana di dalamnya terdapat beberapa aspek seperti *emotional self-awareness*, *managing emotions*, *harnessing emotions productively*, *empathy: reading emotions*, dan *handling relationships*.

Emosi yang umumnya muncul saat menghadapi keadaan sulit adalah emosi negatif seperti marah, kecewa, cemas, gelisah, takut, dan lain sebagainya (Peter, 2014). Apabila emosi tersebut tidak dikelola dengan tepat, maka individu akan mudah terpengaruh dengan pikiran emosionalnya dan akan menimbulkan dampak yang buruk. Sejalan dengan yang telah dikatakan di awal bahwa pikiran emosional memiliki sifat yang impulsif dan memiliki pengaruh yang kuat, sehingga emosi seringkali membajak rasionalitas individu (Goleman, 2020).

Individu yang dikuasai oleh emosi yang sedang muncul dapat dimungkinkan akan bertindak secara impulsif. Hal tersebut akan

mengakibatkan keputusan-keputusan yang diambil cenderung tidak rasional. Keputusan atau tindakan yang tidak rasional seperti larut dalam kesedihan, merasa putus asa, memiliki keinginan untuk bunuh diri, dan lain sebagainya tentu dapat menimbulkan dampak yang merugikan bagi individu dan dapat menyebabkan munculnya gangguan mental (*mental disorder*) yang akan mempengaruhi kualitas hidup individu.

Pada saat rasionalitas diberi porsi yang lebih besar untuk mengimbangi emosionalitas, maka sebelum bertindak dan mengambil keputusan, individu akan berpikir dan mempertimbangkan segala kemungkinan dan konsekuensi dari setiap pilihan yang ada. Oleh karenanya, keputusan-keputusan yang diambil akan mengarah pada tindakan atau keputusan yang positif dan dapat menciptakan solusi-solusi yang efektif untuk setiap persoalan yang dihadapi, sehingga individu dapat dikatakan cerdas secara emosional.

Individu yang cerdas secara emosional mampu untuk mengenali dan mengelola emosinya, sehingga individu akan terampil dalam mengungkapkan emosi, memiliki kendali diri yang baik, serta mampu untuk merefleksi dan introspeksi diri. Selain itu, individu juga mempunyai keterampilan untuk berempati, menghargai cara pandang orang lain, dan dapat berkompromi, sehingga relasi dengan individu lain dapat tetap terjaga. Keterampilan-keterampilan tersebut akan membantu individu untuk dapat mengembangkan resiliensi, di mana individu tidak terus terperangkap dalam kesedihan dan masa sulit, tetapi individu dapat menemukan solusi-solusi yang efektif untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, dapat bertahan, dan terus berusaha untuk mencapai tujuan.

Kecerdasan emosional mendukung individu untuk bangkit dari keadaan negatif melalui kemampuan yang baik dalam mengelola emosi dan tidak bertindak hanya berdasarkan emosi yang sedang muncul, melainkan diimbangi dengan rasionalitas. Sehingga, emosi negatif yang muncul dapat dihadapi dengan sehat dan tidak menimbulkan masalah baru. Dari sinilah *adaptive coping* dapat dikembangkan sebagai upaya untuk mencegah keterpurukan saat mengalami keadaan yang sulit (Mujahidah & Listiyandini, 2018).

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap resiliensi pada usia dewasa dini yang pernah mengalami pemutusan hubungan kerja (PHK). Didukung dengan penelitian-penelitian terdahulu yang sudah dilaksanakan oleh beberapa peneliti dan tentunya pada penelitian ini terdapat kebaruan dari penelitian-penelitian sebelumnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Astuti & Rusmawati (2022) dalam penelitian yang berjudul “Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro di Tengah Pandemi COVID-19” dengan jumlah sampel dalam penelitian tersebut berjumlah 191 mahasiswa dan memakai teknik *convenience sampling*.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh McCrimmon, Climie, & Huynh (2018) dalam penelitiannya yang berjudul “*The Relation Between Emotional Intelligence and Resilience in At-risk Population*”. Pada penelitian tersebut, sampel yang digunakan adalah anak berusia 8-12 tahun dengan *attention-deficit/hyperactivity disorder* (ADHD), *high-functioning autism spectrum disorder* (HFASD), dan *typically developing* (TD) *children* dengan

jumlah sampel sebanyak 54 subjek (18 subjek dengan ADHD, 18 subjek dengan HFASD, 18 TD).

Penelitian sebelumnya dilakukan sebelum dan pada saat pandemi COVID-19 sedang berlangsung, sedangkan penelitian ini dilakukan pasca pandemi COVID-19 atau pada masa *new normal*, sehingga dapat dimungkinkan bahwa terdapat perubahan dan perbedaan situasi serta kondisi. Ketika terjadi pandemi COVID-19, perekonomian mengalami guncangan yang begitu besar dan pertumbuhan ekonomi mengalami perlambatan sehingga lapangan pekerjaan menjadi semakin sempit, sedangkan pada saat pasca pandemi COVID-19 seharusnya menjadi momen yang tepat untuk memperbaiki dan meningkatkan perekonomian, namun pada kenyataannya terdapat situasi resesi yang menjadi tantangan.

Selain itu, terdapat pula perbedaan subjek penelitian dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini. Pada penelitian sebelumnya menggunakan subjek anak berusia 8-12 tahun dengan *attention-deficit/hyperactivity disorder* (ADHD), *high-functioning autism spectrum disorder* (HFASD), dan *typically developing* (TD) *children*. Sedangkan penelitian ini menggunakan subjek dewasa dini yang pernah mengalami pemutusan hubungan kerja (PHK). Satu dari sejumlah tugas perkembangan individu pada usia dewasa dini adalah mulai berkarier dan tidak tergantung secara ekonomi kepada orang tua ataupun orang lain, dengan situasi resesi saat ini tentu menjadi tantangan bagi individu untuk mampu mencapai tugas perkembangan tersebut.

Berdasarkan pemaparan permasalahan yang telah dijelaskan di atas, maka penulis akan meneliti mengenai Pengaruh Kecerdasan Emosional

terhadap Resiliensi pada Usia Dewasa Dini yang Pernah Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (PHK).

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap resiliensi pada usia dewasa dini yang pernah mengalami pemutusan hubungan kerja (PHK).

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap resiliensi pada usia dewasa dini yang pernah mengalami pemutusan hubungan kerja (PHK).

### **D. Manfaat**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa pembuktian teori pada kajian ilmu psikologi khususnya yang berfokus pada kecerdasan emosional dan resiliensi.

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penerapan dari teori-teori yang telah dijelaskan selama menempuh perkuliahan.

### **b. Bagi Peneliti Lain**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan untuk mengadakan penelitian yang lebih mendalam tentang kecerdasan emosional dan resiliensi.

### **c. Bagi Individu Usia Dewasa Dini**

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk memperluas wawasan mengenai kecerdasan emosional dan resiliensi, sehingga individu dapat memiliki resiliensi yang baik untuk menghadapi tantangan dalam mencapai tugas-tugas perkembangan.