

BAB I
PENDAHULUAN
A. Latar Belakang

Masalah kesehatan jiwa di lingkungan kerja merupakan isu serius yang perlu mendapatkan perhatian. Data dari Pusat Kajian dan Terapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (PKTK3) FKM UI tahun 2024 menunjukkan bahwa 80% pekerja menghadapi tuntutan kerja yang tidak memadai, kurangnya fasilitas pendukung, serta beban kerja yang berlebihan. Di sisi lain, pekerja lepas atau *freelancer* juga termasuk kelompok yang rentan menghadapi situasi yang tidak menentu dalam hal pendapatan dan pekerjaan, yang dapat memicu perasaan cemas terkait dengan kondisi finansial mereka. Dalam beberapa tahun terakhir, terjadi lonjakan signifikan dalam jumlah pekerja lepas. Menurut laporan dari Statista (2023), lebih dari 1,57 miliar orang di seluruh dunia bekerja secara lepas atau informal, dan tren ini terus meningkat.

Menurut Media Infokom Universitas Yudharta Pasuruan (2024), guru di Kabupaten Malang rentan mengalami tekanan finansial akibat rendahnya pendapatan dan tingginya minat pinjaman *online*. Selain itu, Sandi et al. (2020) juga menunjukkan bahwa literasi keuangan memengaruhi perilaku finansial wirausahawan muda di Kota Malang. Hal ini diperkuat oleh Wahyuni dan Indraswari (2024) yang menyoroti tingginya gaya hidup konsumtif masyarakat usia produktif di Kota Malang yang berdampak pada risiko kecemasan finansial.

Di Kota Malang, fenomena pekerja lepas cukup signifikan, terutama di kalangan generasi muda yang terlibat di sektor industri kreatif dan digital.

Berdasarkan Badan Pusat Statistik Malang (BPS) 2024, jumlah pekerja lepas mencapai 13.855 orang. Survei tahunan yang dilakukan oleh Leapers (2022) melaporkan 79% pekerja lepas yang mengalami ketidakstabilan pendapatan mengalami stres. Penelitian lain menunjukkan bahwa individu yang memiliki penghasilan tidak tetap, seperti pekerja lepas, sering kali mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi terkait dengan kondisi keuangan mereka (Mansoor et al., 2020). Banyak pekerja memilih jalur *freelance*, seperti penulis konten, desainer grafis, fotografer, maupun pekerja digital lainnya, yang penghasilannya bergantung pada proyek dan klien (Sanya, 2021). Meskipun pola kerja ini menawarkan fleksibilitas, risiko ketidakpastian penghasilan seringkali menimbulkan kecemasan finansial, khususnya saat order menurun atau pembayaran tertunda.

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS, 2023), jumlah pekerja informal di Indonesia masih mendominasi, dengan lebih dari 50% pekerja tidak memiliki pendapatan tetap dan perlindungan kerja formal. Di sisi lain, Otoritas Jasa Keuangan (OJK, 2022) melalui Survei Nasional Literasi dan Inklusi Keuangan mencatat bahwa literasi keuangan masyarakat Indonesia pada usia produktif masih tergolong sedang (49,68%). Rendahnya kemampuan merencanakan dan mengelola keuangan berkontribusi pada meningkatnya risiko kecemasan finansial, terutama pada pekerja dengan pendapatan yang fluktuatif.

Kecemasan finansial merujuk pada perasaan khawatir atau stres yang berkaitan dengan kondisi keuangan seseorang. Menurut Muir et al. (2020), kecemasan finansial dapat mempengaruhi kesehatan mental dan

kesejahteraan individu, serta mempengaruhi pengambilan keputusan finansial. Secara umum, individu yang menghadapi kecemasan finansial cenderung sengaja menghindari atau menolak hal-hal yang berhubungan dengan keuangan. Contohnya adalah enggan membaca laporan bank, tidak memeriksa jumlah utang, maupun enggan merencanakan cara membayar utang di kemudian hari (Shapiro & Bruchell, 2012). Lutfi et al. (2023) menyatakan bahwa status menikah dapat meningkatkan tekanan finansial akibat meningkatnya tanggung jawab ekonomi dalam keluarga. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa pasangan yang sudah menikah menghadapi beban keuangan yang lebih kompleks, seperti biaya rumah tangga dan anak, yang berkontribusi terhadap peningkatan kecemasan finansial bila tidak disertai dengan pengelolaan finansial yang tepat.

Pekerja lepas di Kota Malang, yang tidak memiliki akses ke tunjangan kesehatan atau jaminan sosial, dapat merasakan dampak yang lebih besar dari kecemasan ini. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilaksanakan untuk meneliti dampak yang disebabkan oleh kecemasan pada pekerja oleh Jauharani dan Sumardjo, (2022) yaitu dapat mempengaruhi penurunan kinerja, merasakan lelah, dan lain-lain.

Kecemasan finansial dapat dipengaruhi oleh tingkat intoleransi terhadap ketidakpastian, yaitu kecenderungan individu untuk merespons situasi yang tidak pasti dengan rasa takut, khawatir, dan tekanan psikologis. Kecemasan finansial dapat dipicu oleh berbagai faktor, termasuk ketidakpastian pendapatan, pengeluaran yang tidak terduga, dan kurangnya tabungan untuk menghadapi keadaan darurat. Individu yang

memiliki intoleransi tinggi terhadap ketidakpastian cenderung mengalami kecemasan yang lebih besar ketika menghadapi kondisi keuangan yang tidak stabil atau sulit diprediksi. Intoleransi ketidakpastian didefinisikan sebagai ketidakmampuan individu untuk menerima ketidakpastian dan ambiguitas dalam hidup mereka. Menurut Carleton (2016), individu yang memiliki tingkat intoleransi yang tinggi cenderung mengalami kecemasan yang lebih besar ketika dihadapkan pada situasi yang tidak pasti. Hal ini sangat relevan bagi pekerja lepas yang sering kali tidak memiliki jaminan pendapatan tetap dan harus beradaptasi dengan perubahan pasar yang cepat.

Pemilihan variabel bebas dalam penelitian ini berdasarkan dari faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan menurut Freeston et al., (1994) yaitu ketidaktoleranan pada situasi tidak pasti, keyakinan yang mendukung kecemasan, persepsi negatif terhadap persoalan, dan strategi penghindaran kognitif. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Josua dan Rahayu, (2023) bahwa intoleransi ketidakpastian kerap kali menyebabkan kecemasan pada para pekerja yang mengalami PHK. Penelitian selanjutnya juga dilakukan untuk meneliti intoleransi ketidakpastian di masa *adulthood* yang mendapatkan hasil bahwa masa *adulthood* lebih intoleran terhadap ketidakpastian (Amalia & Christianto, 2022).

Kebaharuan yang bisa ditawarkan dari penelitian ini adalah penelitian untuk subjek pekerja lepas yang masih sangat jarang dilakukan. Khususnya, variabel kecemasan finansial dan intoleransi ketidakpastian belum banyak diteliti. Dengan demikian, penelitian ini dimaksudkan untuk

menutupi kekosongan tersebut melalui pengkajian hubungan antara kecemasan finansial dan intoleransi terhadap ketidakpastian pada pekerja lepas..

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis terdorong untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Intoleransi Ketidakpastian Dengan Kecemasan Finansial Pada Pekerja Lepas di Kota Malang”.

B. Rumusan Masalah

Masalah yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara intoleransi ketidakpastian dengan kecemasan finansial pada pekerja lepas di Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara intoleransi ketidakpastian dengan kecemasan finansial pada pekerja lepas di kota Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara keilmuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan peran aktif pada kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi yang membahas tingkat kecemasan finansial pada pekerja lepas di Kota Malang.
2. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan partisipasi bersama perguruan tinggi dalam memberi wawasan dan pengetahuan pada masyarakat tentang tingkat kecemasan finansial pada pekerja lepas di Kota Malang.