

## Gambaran kualitas hidup dewasa muda berstatus lajang melalui adaptasi instrumen Whoqol-Bref dan SRPB

Vini Wardhani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=94781&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Salah satu fase yang krusial dalam tahapan perkembangan manusia adalah dewasa muda. Pada tahap ini, seseorang sudah dianggap melewati masa remaja dan mampu hidup secara mandiri (Atwater & Duffy, 1999). Masa ini merupakan titik tolak yang cukup signifikan bagi individu untuk memulai hidupnya sebagai individu yang independen dalam menentukan masa depan dan mengatur kehidupannya. Fase ini merupakan masa produktif seseorang, masa di mana seseorang mulai membangun kehidupannya dan dihadapkan pada serangkaian tugas perkembangan yaitu pemilihan karir untuk kehidupan yang lebih mandiri dan membina hubungan dengan lawan jenis untuk membangun keluarga dan menjadi orang tua.

Pemilihan karier yang tepat merupakan salah satu usaha menuju kemandirian baik secara finansial maupun psikologis. Karier merupakan bentuk ekspresi diri, mengatakan status dan memberikan kepuasan serta harga diri (Turner & Helms, 1995). Perlmutter & Hall (dalam Hoffman, Paris & Hall, 1994) mengatakan bahwa bekerja menempatkan individu pada suatu posisi dalam masyarakat, memberikan makna bagi individu yang bersangkutan dan menyediakan kegiatan yang memuaskan, juga sebagai stimulasi sosial dan sarana untuk mengasah kreativitas. Karenanya, kerja dapat mempengaruhi kualitas hidup individu.

Erikson (dalam Papalia, Olds & Feldman, 2004) mengatakan individu dewasa muda sebaiknya membangun intimacy dengan lawan jenisnya. Jika pada tahap ini individu dewasa muda tidak berhasil untuk menjalin hubungan intim dengan pasangannya, maka akan cenderung menjadi terisolasi, merasa kesepian karena terisolasi dari teman-teman sebaya dan mengalami depresi. Hal ini menunjukkan bahwa menjalin hubungan intim dapat berdampak pada kualitas hidup.

Tidak semua individu pada masa dewasa muda mampu menyelesaikan tugas perkembangannya dengan baik. Ini dapat menimbulkan suatu krisis pada individu yang dinamakan quarter life crisis. Hampir setiap individu pada tahap dewasa muda mengalami krisis ini (Sandles, 2002). Ketidakmampuan mengatasi krisis ini dapat berdampak sangat buruk, seperti ketergantungan pada narkoba, delinquent behavior, gangguan emosional (Atwater & Duffy, 1999) dan usaha bunuh diri (Sandles, 2002). Di sisi lain, keberhasilan dalam memenuhi tuntutan tugas perkembangan dapat menimbulkan dampak yang signifikan pada kualitas hidupnya sebagai manusia.

Ini menunjukkan bahwa quarter life crisis kiranya cukup perlu mendapat perhatian yang serius karena berkaitan dengan kesehatan mental manusia. Richard Saxton (dalam Sandies, 2002) mengatakan bahwa kesehatan mental dapat menjadi semakin berat pada individu usia muda bila tidak mendapatkan penanganan yang serius. Penjelasan di atas kiranya dapat menjelaskan bahwa pada fase dewasa muda, individu berpotensi mengalami quarter life crisis yang berdampak secara signifikan pada kualitas hidup.

WHO mendefinisikan kualitas hidup sebagai 'individual 's perceptions of their position in life in the context of the culture and value systems in which they live and in relation to their goals, expectations, standards and concerns' (WHO, 1996). Definisi ini selanjutnya yang akan digunakan oleh peneliti. Penelitian ini akan menggunakan dua instrumen yang mengacu pada WHOQOL, yaitu WHOQOL BREF dan SRPB. Penggunaan kedua instrumen ini berdasarkan beberapa pertimbangan, salah satunya adalah untuk pengembangan instrumen WHOQOL (uji validitas dan reliabilitas terhadap alat ukur WHOQOL-BREF dan SRPB untuk aplikasi Indonesia).

Penelitian ini menggunakan convenience sampling. Pengujian validitas menggunakan Pearson Product Moment Correlation dan uji reliabilitas menggunakan Coefficient Alpha Cronbach.

Berdasarkan hasil pengujian validitas dan reliabilitas, instrumen WHOQOLBREF dan SRPB merupakan instrumen penelitian yang valid dan reliabel dalam mengukur kualitas hidup. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang 0.6 - 0.9. Secara umum, kualitas hidup dewasa muda yang berstatus lajang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dapat dikelompokkan dalam beberapa kategori, yaitu spiritualitas, karier/pekerjaan, relasi dengan sesama, atribut personal, dan lingkungan. Ranah yang memberikan kontribusi paling besar terhadap kualitas hidup dewasa muda berstatus lajang adalah ranah psikologi, ranah kesehatan fisik, ranah spiritualitas-agama, ranah relasi sosial dan terakhir kondisi lingkungan.