

Edukasi Kematangan Sosial Emosi dalam Memilih Pasangan Pada Masa Dewasa Awal

Wilda Ansar¹, Novita Maulidya Djalal², Nur Hidayat Nurdin³, Mutiara Putri Ananda⁴, Mutiara Tri Ananda Jufri⁵, Nasriawaty Ni Made Ayu Shri Ghita Widiyono⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Negeri Makassar, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Wilda Ansar

E-mail: wildaansar@unm.ac.id

Abstrak

Penyesuaian diri menjadikan periode ini sebagai periode khusus dan sulit dari rentang kehidupan seseorang. Tugas perkembangan yang harus dijalankan individu pada rentang usia ini adalah memilih seorang teman hidup, belajar hidup bersama suami atau istri membentuk suatu keluarga. tujuan edukasi dewasa awal dalam mencari pasangan adalah untuk membantu individu mengembangkan kematangan emosional, sosial, dan psikologis yang diperlukan untuk menjalani hubungan yang intim, komitmen, dan harmonis dengan orang lain. Metode yang digunakan dalam psikoedukasi ini adalah dengan metode eksperimen dengan desain pre-test post-test control group design. Dalam kegiatan ini pre-test dan post-test didesain dalam bentuk angket atau kuesioner. Adapun jumlah responden yang terlibat pada penelitian ini berjumlah 8 orang yang berusia 26-30 tahun. partisipan yang ikut dalam psikoedukasi ini sama rata antara partisipan laki-laki dan perempuan yaitu 4 laki-laki dan 4 perempuan. dapat dinilai bahwa pemahaman partisipan mengenai psikoedukasi yang telah diberikan meningkat. Dan ini berarti bahwa perkembangan pemahaman yang partisipan miliki berjalan dengan baik karena dari hasil pre-test dan post-test terlihat perubahan yang signifikan, menunjukkan efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan pengetahuan partisipan terkait proses penyesuaian sosial dalam pemilihan pasangan hidup.

Kata kunci – Sosial Emosi, Memilih Pasangan, Dewasa Awal

Abstract

Adjustment makes this period a special and difficult period of a person's life span. The developmental tasks that individuals in this age range must carry out are choosing a life partner, learning to live together with their husband or wife to form a family. The goal of early adult education in finding a partner is to help individuals develop the emotional, social and psychological maturity needed to have intimate, committed and harmonious relationships with other people. The method used in this psychoeducation is an experimental method with a pre-test post-test control group design. In this activity the pre-test and post-test are designed in the form of a questionnaire. The number of respondents involved in this research was 8 people aged 26-30 years in the project. The participants who took part in this psychoeducation were equally male and female participants, namely 4 men and 4 women. It can be assessed that the participants' understanding of the psychoeducation that has been provided has increased. And this means that the development of the participants' understanding is going well because the pre-test and post-test results show significant changes, showing the effectiveness of psychoeducation in increasing participants' knowledge regarding the social adjustment process. in choosing a life partner

Keywords - Social Emotions, Choosing a Partner, Early Adulthood

PENDAHULUAN

Pada fase dewasa awal adalah masa ketika orang mulai menyesuaikan diri dengan gaya hidup baru dan ekspektasi sosial. Menurut Hurlock (2006), penyesuaian diri menjadikan periode ini sebagai periode khusus dan sulit dari rentang kehidupan seseorang. Tugas perkembangan yang harus dijalankan individu pada rentang usia ini adalah memilih seorang teman hidup, belajar hidup bersama bersama suami atau istri membentuk suatu keluarga. Orang yang lebih tua diharapkan untuk menjaga hubungan baru, seperti dengan teman dan keluarga, kenalan, dan orang asing. Mereka juga diharapkan untuk memelihara hubungan-hubungan baru, serta keinginan-keinginan baru dan nilai-nilai baru sesuai dengan tantangan-tantangan baru ini.

Bagi sebagian individu, proses mendapatkan pasangan hidup merupakan tugas yang menantang. Dalam proses ini, individu juga memutuskan dengan siapa mereka akan bekerja sebagai anggota tim kelak anak tersebut. Hal ini membuat orang sangat berhati-hati dalam memilih dan memutuskan bagaimana menjalani hidup mereka. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Buss & Barnes (1986), terdapat sepuluh karakteristik subjek yang paling mungkin menimbulkan masalah. Ciri-ciri tersebut antara lain kemampuan menjadi topik yang baik, kemampuan memperhatikan, kemampuan menilai, kemampuan mengungkapkan diri dengan jelas, kemampuan percaya diri, kemampuan menahan diri, kemampuan tenang dalam tekanan, kemampuan untuk belajar, dan kemampuan untuk menentukan. Selain itu, temuan penelitian menunjukkan bahwa ketika memilih pasangan hidup, perempuan cenderung lebih menghargai penilaian keuangan yang baik daripada penilaian buruk, sementara laki-laki cenderung lebih menghargai penampilan fisik daripada atribut fisik (Wiederman & Alleier, 1992).

Salah satu tujuan edukasi dewasa awal dalam mencari pasangan adalah untuk membantu individu mengembangkan kematangan emosional, sosial, dan psikologis yang diperlukan untuk menjalani hubungan yang intim, komitmen, dan harmonis dengan orang lain. Edukasi dewasa awal juga dapat memberikan informasi, panduan, dan motivasi bagi individu untuk menentukan kriteria, cara, dan waktu yang tepat untuk memilih pasangan hidup yang sesuai dengan kebutuhan, harapan, dan nilai-nilai mereka. Selain itu, edukasi dewasa awal juga dapat meningkatkan keterampilan komunikasi, negosiasi, dan penyelesaian konflik yang penting untuk membangun dan mempertahankan perkawinan yang bahagia dan sehat.

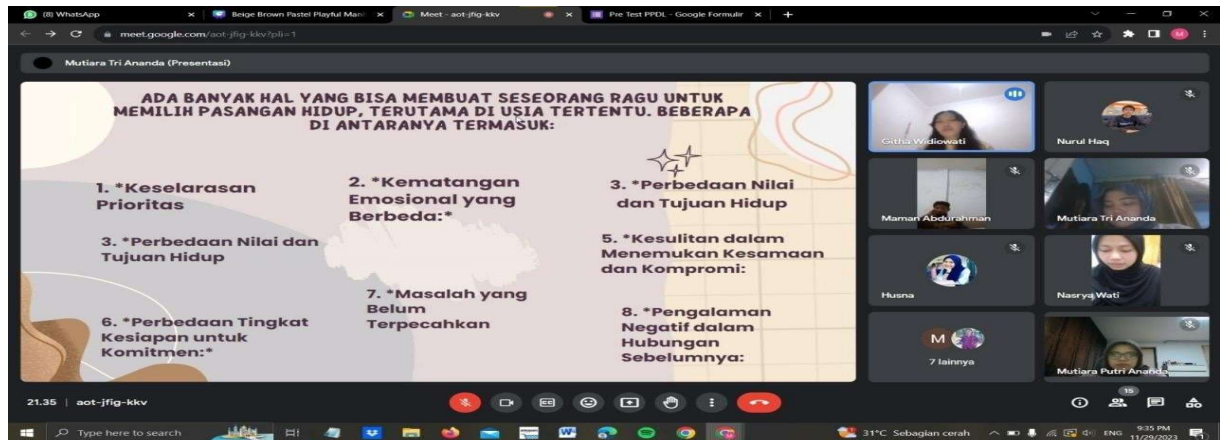
METODE

Bentuk pelaksanaan pengabdian ini dalam bentuk psikoedukasi melalui google meet. Metode yang digunakan dalam psikoedukasi ini adalah dengan metode eksperimen dengan desain pre-test post-test control group design. Dalam kegiatan ini pre-test dan post-test didesain dalam bentuk angket atau kuesioner yang berisikan 5 aitem pertanyaan terbuka mengenai pemilihan pasangan hidup. Angket tersebut yang nantinya akan diinterpretasi untuk melihat daya tangkap dan pemahaman partisipan dalam mengikuti psikoedukasi. Dalam memfasilitasi kegiatan psikoedukasi ini, fasilitator menggunakan google form sebagai sarana angket dan google meet sebagai sarana diskusi dan penyampaian materi. Fasilitator memberikan materi melalui PPT yang telah dipersiapkan dan kemudian memberikan film pendek untuk penyampaian materi dalam bentuk yang lebih variatif.

Hasil jawaban pada pre-test dan post-test akan diinterpretasi berdasarkan teori sosial milik Erik Erikson dan teori perkembangan milik Santrock. Data pre-test akan dikomparasikan dengan data post-test kemudian dibandingkan dengan kunci jawaban berupa teori sebagai acuan. Yang menjadi fokus pada hal ini adalah perubahan jawaban dengan melihat apakah ada peningkatan pada jawaban post-test seperti lebih banyak jawaban yang menyentuh kunci jawaban dan lebih banyak dapat menjabarkan jawaban dengan lebih detail dan sesuai mengenai pemilihan pasangan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian ini dilakukan melalui zoom pada tanggal 29 November 2023 melalui google meet. Adapun jumlah responden yang terlibat pada pada penelitian ini berjumlah 8 orang yang berusia Pada projek 26-30 tahun. partisipan yang ikut dalam psikoedukasi ini sama rata antara partisipan laki-laki dan perempuan yaitu 4 laki-laki dan 4 perempuan.



Gambar 1.

Proses Pemberian Materi

Dalam psikoedukasi ini terdapat 4 fasilitator yaitu 1 sebagai notulen, 1 sebagai moderator, 1 pemateri dan 1 administrator. Dalam kegiatan ini pre-test dan post-test didesain dalam bentuk angket atau kuesioner yang berisikan 5 aitem pertanyaan terbuka mengenai pemilihan pasangan hidup. Angket tersebut yang nantinya akan diinterpretasi untuk melihat daya tangkap dan pemahaman partisipan dalam mengikuti psikoedukasi. Berikut hasil pretest

Tabel 1.
Data Hasil Pretest

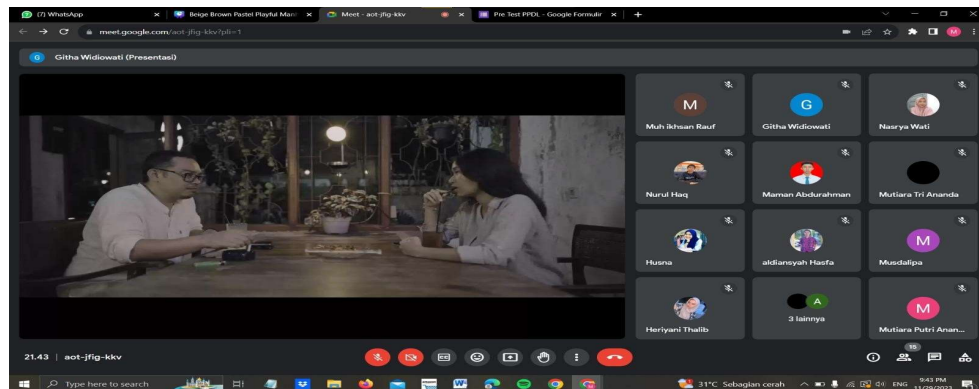
Nama	Nilai
N	66
RF	62
AF	57
A	55
NH	44
IP	40
H	41
R	32

Pada hasil *Pretest* diperoleh sebanyak 8 orang yang telah mengisi *Pretest* yang diberikan fasilitator di room chat Zoom Meeeting yang diberikan waktu pengerjaan selama 10 menit. Setelah partisipan mengerjakan *Pretest* tersebut dihasilkan nilai minimal sebesar 32 dan nilai maksimum sebesar 66.

Tabel 2.
Data Hasil Post-Test

Nama	Nilai
N	100
RF	100
AF	84
A	82
NH	86
IP	75
H	83
R	79

Pada hasil Post Test diperoleh sebanyak 8 orang yang telah mengisi Post test yang diberikan fasilitator di room chat Zoom Meeeting yang diberikan waktu pengerjaan selama 10 menit. Setelah partisipan mengerjakan Post Test tersebut dihasilkan nilai minimal sebesar 75 dan nilai maksimum sebesar 100



Gambar 2.
Pemberian materi melalui video



Gambar 3.
Peserta Psikoedukasi

Erikson menggambarkan keintiman sebagai penemuan diri sendiri pada diri orang lain namun kehilangan diri sendiri (Santrock, 2002:41).Pemilihan pasangan hidup juga merupakan salah satu kebutuhan penting bagi individu dewasa awal, karena dengan memilih pasangan hidup yang cocok

dan sepadan. Dalam penelitian ini dilakukan pada tahap fase dewasa awal dalam pemilihan pasangan hidup berdasarkan dari hasil riset yang telah dilakukan banyaknya dewasa awal yang mengalami penyesuaian sosial pada pemilihan pasangan hidup.

Intervensi yang dilakukan yaitu dalam bentuk psikoedukasi yang menggunakan presentasi Power Point yang kegiatan psikoedukasinya dilakukan pada tanggal 29 November 2023 pada pukul 19.30-20.15 WITA via daring melalui google meet ini berhasil mengumpulkan 8 orang partisipan untuk ikut berpartisipasi dalam kegiatan psikoedukasi yang diberikan. Sosialisasi berjalan sesuai dengan alur kegiatan yang telah direncanakan oleh fasilitator mulai dari pemberian pre-test, pemberian materi, diskusi, film pendek dan pemberian post-test.

Pada saat kegiatan berlangsung partisipan terlibat dengan aktif dalam kegiatan yang berlangsung seperti mengerjakan pre-test dan post-test, menyalakan kamera selama kegiatan berlangsung, dan menanggapi materi dengan mengajukan pertanyaan. Terdapat satu orang partisipan yang mengajukan pertanyaan selama diskusi berlangsung. Partisipan mengajukan pertanyaan mengenai "pendekatan dengan orang lain dan bagaimana hal itu dapat dilakukan dengan lancar atau berjalan dengan baik". Pertanyaan tersebut sudah dapat dijawab dengan baik dan diterima oleh partisipan yang mengajukan pertanyaan.

Setelah pre-test dan post-test selesai, selanjutnya dilakukan evaluasi efektivitas intervensi dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test. Kita dapat mengetahui bagaimana pemahaman partisipan pada psikoedukasi yang telah diberikan. Apakah partisipan paham akan tahap dan proses dalam pemilihan pasangan hidup pada fase dewasa awal. Hasil dari pre-test dan post-test juga dapat memberikan dasar bagi rekomendasi pengembangan lebih lanjut, baik dalam hal penelitian maupun praktik pada penyesuaian pemilihan pasangan. Memahami dimana individu mungkin masih membutuhkan dukungan atau pengembangan dalam menentukan pemilihan pasangan hidup. Dengan demikian, dari hasil pre-test dan post-test dapat memberikan pendekatan dan pemahaman mengenai dinamika penyesuaian sosial dalam pemilihan pasangan hidup.

KESIMPULAN

Pemilihan pasangan hidup yang dialami oleh individu usia dewasa awal termasuk dalam tahap perkembangan keenam dari teori tahap perkembangan Erikson, yaitu tahap keintiman dan keterkucilan (intimacy versus isolation). Dan dari hasil data awal menunjukkan bahwa dewasa awal masih memiliki banyak permasalahan dalam penyesuaian sosial mengenai pemilihan pasangan hidup. Psikoedukasi dilakukan tentang pemilihan pasangan hidup dan melihat efektivitas pada hasil intervensi yang telah dilakukan. Dengan melihat dari hasil pre-test dan post-test, dapat dinilai bahwa pemahaman partisipan mengenai psikoedukasi yang telah diberikan meningkat. Dan ini berarti bahwa perkembangan pemahaman yang partisipan miliki berjalan dengan baik karena dari hasil pre-test dan post-test terlihat perubahan yang signifikan, menunjukkan efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan pengetahuan partisipan terkait proses penyesuaian sosial dalam pemilihan pasangan hidup.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi Unm, yang ikut berpartisipasi dalam proses pelaksanaan Psikoedukasi ini. Selain itu kami juga mengucapkan banyak terimakasih kepada seluruh partisipan yang hadir dan menyelesaikan proses evaluasi dalam psikoedukasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

Amy Meitisa. (2011). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Pemilihan Pasangan Hidup Pada Dewasa Awal. Skripsi, UNIVERSITAS AIRLANGGA.

- Azmi, P. A. B. U., & Hoesni, S. M. (2019). Gambaran Preferensi Pemilihan Pasangan Hidup Pada Mahasiswa Universiti Kebangsaan Malaysia. *AN-NAFS*, 13(2), 96-107.
- Buss, D. M., & Barnes, M. (1986). Preferences in human mate selection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(3), 559-570.
- Campbell, D. T., & Stanley, J. C. (1963). *Experimental and Quasi-Experimental Designs for Research*.
- Erikson, E. (1989). *Identitas dan Siklus Hidup Manusia*. Jakarta: Gramedia.
- Erikson, E. (2006). *Erik Erikson's Theory of Identity Development*.
- Hurlock, E. B. 2006. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Alih bahasa Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Ratnani, I. P., Mukhlis, M., & Benazir, A. (2021). Studi Deskriptif Preferensi Pemilihan Pasangan Hidup Antara Pria Dan Wanita Pada Dewasa Awal. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 2(1), 7-14.