

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Emotion Focused Coping (EFC)

Emotion Focus Coping adalah penanganan yang berfokus pada emosi mencakup berbagai pemikiran dan Tindakan yang diambil selama situasi yang penuh tekanan untuk mengurangi reaksi fisik dan reaksi psikologis terhadap stress, tanpa menyelesaikan masalah yang mendasarinya. *Emotion Focused Coping* dapat melibatkan ekspresi emosi atau berorientasi pada emosi atau melepaskan diri atau berorientasi pada emosi. Penanganan yang berorientasi pada penghindaran, seperti penyangkalan, melibatkan jarak. Dan menjauhkan diri dari stresor. Coping merupakan proses dimana seseorang mencoba untuk mengotganisasikan jarak yang terdapat antara tuntutan tuntutan, baik bersumber dari seseorang maupun bersumber dari lingkungan sekitar, dengan sumber daya yang individu lakukan untuk menghadapi situasi stress tersebut. terdapat bentuk bentuk *Coping* menurut Lazarus dan Folkman (dalam Arifin, 2011):

- a. *Emotion Focus Coping* (EFC) merupakan coping yang berfokus pada emosi, dimana seseorang berupaya untuk mencari rasa nyaman dan memperkecil tekanan yang dirasakan diantaranya: Represi, dimana seseorang akan berupaya untuk menghindarai frustrasi, konflik batin, mimpi buruk dan lainnya yang dapat memicu munculnya kecemasan. Proyeksi, dimana individu menggunakan proyeksi, biasanya tanggap dalam memperlihatkan ciri pribadi lain yang cenderung tidak disukai dan sesuatu yang dapat diperhatikan oleh orang lain sering disebar sebarkan. Identifikasi, merupakan usaha seseorang yang selalau menyamakan dirinya dengan orang lain yang dianggap sudah sukses dalam kehidupannya.
- b. *Problem Focused Coping* (PFC) merupakan coping yang berfokus pada masalah dimana terdapa usaha seseorang untuk mengatasi masalah tersebut, tekanan dan tantangan dengan mengubah kesulitan hubungan dengan lingkungan.

2.1.1 Aspek Aspek Emotion Focused Coping

Aspek Aspek *Emotion Focused Coping* menurut (Lazarus & Folkman, 1988) adalah sebagai berikut :

1. *Distancing* merupakan upaya dimana tidak terlibat dalam permasalahan tersebut, seperti menghindari dari masalah tersebut. dan menciptakan masalah tersebut terlihat menjadi positif
2. *Self Control* merupakan upaya dalam mengatur perasaan ketika menghadapi hal dalam tekanan.
3. *Positive Reappraisal*, merupakan upaya mencari arti positif dari permasalahan yang tertuju pada pengembangan diri individu, termasuk melibatkan hal yang bersifat religius.
4. *Escape Avoidance* merupakan upaya untuk mengatasi tekanan pada situasi tersebut dengan cara menghindar dan beralih dengan hal lain.
5. *Accepting Responsibility*, merupakan upaya untuk sadar dari tanggung jawab individu itu sendiri di dalam masalah yang dihadapinya, dan mencoba menerima permasalahan tersebut menjadi lebih baik dari sebelumnya.

2.1.2 Musik Mempengaruhi Emotion Focused Coping.

Musik telah diteliti sebagai pengatur suasana hati yang efektif dan memiliki kemampuan untuk mengubah, menghasilkan, mempertahankan atau meningkatkan suasana hati dalam kehidupan sehari untuk kehidupan sehari hari dan penanganan langsung van Goethem dan Sloboda (dalam Miranda et al., 2010). Emosi yang 'dirasakan' dialamisebagai respons terhadap mendengarkan musik dan hal ini dapat menghasilkan efek psikologis dan psikofisiologis menurut Krumhansl (Henry et al., 2021). van Goethem dan Sloboda (Henry et al., 2021) mengamati efek dari 'regulasi pengaruh'. Para peneliti menemukan bahwa musik memungkinkan fungsi-fungsi tertentu seperti pengalihan perhatian, introspeksi, dan penanganan aktif, sementara juga menciptakan kebahagiaan dan relaksasi bersama dengan menjadi perangkat regulasi yang efektif secara keseluruhan. Stewart et al., 2019 (Henry et al., 2021) mengatakan bahwa mendengarkan musik mungkin berorientasi pada peningkatan, mempertahankan atau mengintensifkan suasana hati.

2.2 Definisi Perilaku Fanatisme Kpop

Fanatisme adalah sebuah fenomena yang sangat tidak dapat diabaikan dalam budaya sekarang ini dan realitas pribadi dan di sosial masyarakat, hal ini karena budaya sekarang sangat berpengaruh besar terhadap individu dan hubungan yang terjadi di diri individu menciptakan suatu keyakinan dan pemahaman berupa hubungan, kesetiaan, pengabdian, kecintaan, dan sebagainya (Seregina, 2011)

Fanatisme adalah mereka yang menganggap diri sendiri atau kelompok mereka benar dan mengabaikan semua fakta atau argumen yang mungkin bertentangan dengan pikiran atau keyakinan (Downey and Catterall, 2009).

Thorne dan Bruner mendefinisikan Fanatisme sebagai tingkat intensitas keterlibatan penggemar yang bervariasi dari intensitas rendah hingga intensitas tertinggi. Dalam konteks ini, Thorne dan Bruner memandang fanatisme sebagai istilah yang netral meskipun memiliki konotasi negatif. (Thorne and Bruner, 2006)

Fanatisme merupakan sebuah keyakinan terhadap objek fanatik yang berhubungan dengan sesuatu yang berlebihan pada suatu objek, sikap fanatik ini ditunjukkan dengan aktivitas, rasa antusias yang tinggi, keterikatan emosi dan rasa cinta dan minat yang berlebihan yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama (Eliani, Yuniardi, and Masturah, 2018).

Dari 4 tokoh tersebut dapat disimpulkan bahwa fanatisme berarti sebuah perilaku individu yang mencerminkan sebuah obsesi yang kuat dan berlebihan terhadap apa yang disukainya. Fanatisme tentu akan muncul dalam komunitas komunitas K-Pop dan berdampak pada pribadi anggota komunitas tersebut.

2.2.1 Aspek – Aspek Perilaku Fanatisme

Secara psikologis seorang yang fanatis biasanya sudah tidak lagi berpikir tentang kesadaran dirinya bahkan terobsesi dan lebih mengkonfirmasi sikap, tindak tanduk, gaya kepada objek yang dimaksudkannya. Fanatisme bisa juga dipahami sebagai pengabdian yang luar biasa untuk sebuah objek, di mana “pengabdian” terdiri dari gairah, keintiman, dan dedikasi, dan “luar biasa” berarti melampaui, rata-rata biasa yang biasa, atau tingkat. Objek dapat mengacu pada sebuah merek, produk, orang (misalnya selebriti), acara televisi, atau kegiatan konsumsi lainnya. Menurut goddard(dalam Handoko, 2021) aspek aspek dalam fanatisme adalah:

1. Besarnya minat pada suatu jenis kegiatan tertentu, yang berarti dengan besarnya sikap fanatisme seseorang akan memotivasi dirinya sendiri dan meningkatkan usahanya untuk mendukung grup/ idol favoritnya
2. Sikap pribadi maupun kelompok terhadap kegiatan tersebut. Maka dapat dikatakan hal ini adalah jiwa/ sikap seorang fans untuk memulai sesuatu yang dilakukan.
3. Lamanya individu menekuni satu jenis tertentu. Jika seorang individu melakukan sesuatu dengan senang gembira, agar yang dilakukan membuat bermakna, jika seorang memiliki rasa suka dan cinta dengan apa yang dilakukan.
4. Motivasi yang datang dari keluarga juga dapat mempengaruhi seseorang pada kegiatannya. Fanatisme dapat muncul dari adanya dukungan keluarga sekitar.

2.2.2 Karakteristik Perilaku Fanatisme

Marimaa (Marimaa, 2011) mengkategorisasikan karakteristik yang dimiliki oleh seorang fanatik ke dalam 5 bagian :

1. *Unwavering conviction about the absolute rightness of one's understanding.* Pada hal ini, seorang yang memiliki fanatisme tinggi akan cenderung yakin terhadap suatu kebenaran mutlak dari sebuah pemahaman atau ideologi. Fans akan cenderung menolak mereka yang tidak melihat kebenaran dan pemahaman yang sama dengannya.
2. *Seeking to impose one's convictions on others.* Seorang yang memiliki perilaku fanatisme/fanatik biasanya akan cenderung memaksakan kehendak atau keyakinannya pada orang lain.

Dualistic world-view. Fanatik memiliki kecenderungan untuk melihat dunia menjadi 2 bagian yaitu *In-Group* atau Us (Kita/ fans) dan *Out-Group* atau They (Mereka yang bukan bagian dari kita). Us akan dipandang secara positif sedangkan they akan dipandang secara skeptis/ akan secara tidak langsung dicurigai dan dianggap tidak tahu apa - apa. Tak jarang mereka yang dianggap bukan bagian dari in-group dianggap sebagai musuh.

3. *self-sacrificial devotion to the goal.* Maksud dari *self-sacrificial devotion to the goal* ini adalah fanatik biasanya mengabdikan diri mereka terhadap hal tertentu,. Seorang yang memiliki perilaku fanatisme biasanya akan melakukan apapun agar bisa

mendapatkan apa yang mereka inginkan dan mereka mau . Bahkan mereka dapat mengorbankan diri mereka sendiri demi tercapainya tujuan yang mereka inginkan tersebut.

4. *devotion itself is more important than the object of that devotion*. Kebanyakan seseorang yang memiliki perilaku fanatisme menganggap bahwa pengabdian terhadap sang idola lebih penting daripada idola itu sendiri. Fanatik akan merasa bangga ketika mereka berhasil mencapai sesuatu yang berkaitan dengan idola mereka.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Arina dkk (Rachmad Rinata et al, 2019) terdapat empat poin penting dalam kategori ekspresi sikap fanatisme remaja generasi Z sebagai penggemar *Korean Wave/ K-pop*, yaitu,

- (1) Rasa suka dan kagum yang tinggi.

Rasa suka dan kagum yang tinggi tergambar dari bagaimana sikap serta antusiasme mereka terhadap objek fanatismenya tersebut, yaitu idola yang mereka sukai

- (2) *Addiction*

Addiction atau rasa candu terlihat dari bagaimana intensitas mereka mengonsumsi dan menggunakan produk budaya *Korean Wave/ K-pop*.

- (3) Rasa ingin memiliki

Rasa ingin memiliki tergambar dari bagaimana hasrat mereka untuk memiliki benda-benda material yang berkaitan dengan dengan objek fanatisme mereka

- (4) Loyalitas.

Loyalitas terlihat dari bagaimana kesetiaan yang ditunjukkan oleh mereka terhadap idolanya atau kegemarannya terhadap *Korean Wave/K-pop*. Loyalitas menunjukkan bahwa ketertarikan terhadap *Korean Wave / K-pop* melampaui tingkat biasa.

Karakteristik yang dikemukakan oleh kedua penelitian tersebut dapat dikatakan saling berkaitan satu sama lain. Dimana karekterestik pada orang yang fanatik akan menunjukkan rasa antusiasme yang tinggi pada idolnya. Seperti ingin memiliki album atau barang yang dikeluarkan oleh idolnya. Memilki kesetiaan yang tinggi dengan idolnya dimana ketika idol tersebut sedang memenangkan sutu penghargaan, individu ikut senang dengan apa yang idol tersebut capai.

2.2.3 Tingkatan Perilaku Fanatisme.

Menurut Celebrity Attitude Scale (Brooks, 2021) terdapat tingkatan fanatisme terhadap selebritis yang terbagi menjadi tiga.

1. Tingkatan terendah berupa *entertainment-social* yang mana mengidolakan selebritis murni sebagai hiburan dan sumber untuk menjalin hubungan sosial dengan orang lain. Misalnya seperti sekedar hobi untuk menghilangkan penat, menjadi bahan obrolan dengan teman-teman, aktif mencari informasi mengenai idol tersebut, dan juga antusias dalam menikmati karya sang idola.
2. Tingkatan menengah terdapat *intense-personal* yaitu tingkatan dimana penggemar memiliki ketertarikan yang lebih kuat dan mulai merasa mereka ada untuk selebritis yang diidolakan seperti merasa empati jika idolnya skit dan merasakan ikut merasakan kesedihan, melakukan Tindakan imitasi seperti gaya hidup idolnya atau gaya berpakaian sang idola. (Brooks, 2021).
3. Tingkatan paling ekstrem adalah *borderline-pathological* yaitu kondisi penggemar yang *over-identification*, memiliki delusi dan fantasi, dan mau melakukan apapun untuk idolnya. Sebagai contoh para penggemar berfantasi menjadikan idol sebagai pacarnya samapi sang idola tidak boleh berpacara dengan siapapun Tindakan seperti ini dapat dikatakan sebagai *Bias Is Mine (BIM)*

2.2.4 Teori Fanatisme

Menurut Robles Fanatisme dapat digambarkan sebagai kepatuhan yang penuh gairah dan tanpa syarat pada suatu tujuan, antusiasme yang berlebihan atau monomania yang terus-menerus mengenai subjek tertentu, dengan cara yang keras kepala, tanpa pandang bulu, atau kekerasan. Itu menyinggung kepercayaan apa pun yang dianut oleh beberapa individu atau kelompok individu. Dalam kasus-kasus di mana fanatisme melebihi rasionalitas, ia dapat mencapai tingkat ekstrim, hingga membenarkan pembunuhan, penyiksaan, atau pemenjaraan manusia, dan ia dapat menutupi keinginan tanpa syarat untuk memaksakan suatu keyakinan yang dianggap bermanfaat bagi fanatik, atau bagi suatu kelompok (Robles, 2013). Robles juga mengatakan bahwa fanatisme ditandai dengan adanya pemikiran dogmatis, tidak memiliki toleransi terhadap perbedaan dan keinginan untuk memaksakan pandangan secara sepihak, rasa harga diri meningkat dan merasa berkuasa (Robles, 2013).

2.2.5 Teori Psikoanalisis yang berkaitan dengan Perilaku Fanatisme

Freud mengatakan bahwa jiwa manusia meliki tingkatan dalam kesadaran yaitu sadar (*conscious*), pra sadar (*Unconscious*), Freud juga mengenalkan tiga struktur kepribadian yang lain yaitu, Id, Ego, dan Super Ego (Ardiansyah et al, 2022).

1. Id adalah sumber segala energi psikis, yang mana ini adalah komponen pertama dalam kepribadian. Id di dorong oleh prinsip kesenangan, hawa nafsu untuk memenuhi kebutuhan dan keinginan, tanpa memikirkan aspek moralitas yang ada.
2. Ego adalah penyeimbang antara id dan super ego. Selain itu Freud juga mengemukakan tentang dinamika kepribadian yang mendistribusikan bagaimana energi psikis yang dihasilkan oleh ketiga struktur kepribadian.
3. Super ego, super ego adalah batasan batasan yang menjunjung tinggi aspek moralitas. Ini lah yang menekan id agar tidak mengenyampingkan moral dalam pemenuhan keinginan, sedangkan ego adalah komponen yang mendeskripsikan realita.

Oleh karena itu dalam fenomena fanatisme penggemar K-pop, mereka rela melakukan apapun untuk pemenuhan nafsu dan keinginan demi idolanya tanpa memikirkan orang lain. Lalu dapat dilihat dari teori Psikoanalisis yang dikatakan oleh Freud bahwa hal ini berlaku apabila kepribadian lebih mengedepankan Id dan melepaskan Super Ego dalam perilakunya tersebut. Hal ini dapat dihindari dengan memperkuat sisi Super Ego dalam diri dan dapat menyadari batasan moral dalam mnggemari sesuatu, dan harus selalu berpikir positif. Karena perilaku fanatisme yang melebihi batasan wajar akan lebih berdampak negative terhadap orang yang memiliki perilaku tersebut dan lingkungan sekitarnya.

2.2.6 Perilaku Fanatisme Mempengaruhi Perilaku, Emosi dan Pikiran.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Gumelar dkk (Almaida, Gumelar, and Laksmiwati, 2021) menjelaskan bahwa perubahan perilaku yang paling menonjol dari penggemar semenjak menyukai K-Pop adalah Individu lebih senang menghabiskan waktu sendirian dimana individu lebih leluasa menjadi seorang *fangirl* di media sosial. oleh karena itu individu lebih tertutup. Dan Ketika individu sedang berkumpul dengan teman individu pun lebih senang dengan *handphone* daripada menghabiskan waktu mengobrol dengn teman yang sedang keluar dengannya. Individu yang seperti ini biasanya lebih senang berkumpul dengan teman yang memiliki frekuensi yang sama dengannya artinya yang sama sama menyukai K-

Pop. Ketika individu sedang memiliki masalah individu akan lebih memilih untuk memendam perasaannya daripada menceritakan masalah tersebut kepada orang lain.

Keterlibatan emosional individu dengan idolanya memiliki keterlibatan yang sangat tinggi. Horton dan Wohl mengatakan bahwa hal tersebut *parasocial interaction* yang artinya adalah hubungan atau ikatan yang afektif yang terjalin antara tokoh atau persona yang muncul di media dengan audiens. Horton dan Wohl juga mendefinisikan bahwa interaksi parasosial ini sebagai “kedekatan yang berjarak” dan hanya bersifat satu sisi saja (Horton and Richard Wohl, 1956). Dan pada penelitian Gumelar dkk mengatakan bahwa individu akan sangat senang bila idolanya mendapatkan suatu penghargaan pada ajang bergengsi dan individu pun akan sangat sedih ketika idolanya mempunyai pacar dan bahkan individu merasa sangat terpukul bila idolanya tersebut menikah. Individu juga akan menganggap jika idolnya memiliki kekasih atau menikah dalam kehidupan nyata individu tersebut akan menganggap idola tersebut melakukan pengkhianatan dengan penggemarnya. individu mengatakan bahwa tolak ukur kesuksesan idolnya ada pada penggemarnya (Almaida, Gumelar, and Laksmiwati, 2021).

Pada kemampuan kognitif atau pikiran individu pada masa dewasa awal individu dapat memilah mana yang benar dan tidak pada dunia K-Pop individu dapat berpikir dan mengenali sudut pandang subjektif dann dapat memahami perbedaan dari sudut pandang dunia. Individu dapat memilah perilaku mana yang akan membenrinya dampak positif dan negatif.

2.3 Dewasa Awal.

Masa dewasa awal (*young adulthood*) berkisar antara usia 20 sampai dengan 40 tahun. Salah satu tugas perkembangan yang penting bagi dewasa awal adalah menjalin hubungan intim. Menurut Erikson(dalam H. Agusdwitanti, S. Tambunan, 2015) tugas perkembangan dewasa awal untuk menjalin hubungan intim berkaitan dengan krisis *intimacy vs isolation*. Pada tahap dewasa awal ini, individu berusaha memperoleh intimas/ kedekatan yang dapat diwujudkan melalui komitmen membangun hubungan dengan orang lain, baik dalam hubungan pacaran atau bahkan menikah.

Namun, undividu dewasa awal masih melakukan perilaku fanatisme terhadap sosok idolanya. Dapat di katakan bahwa semakin tinggi tingkat pemujaan seorang terhadap sosok yang di idolakan (*celebrity involment*) sehingga tingkatan ini sering disebut juga sebagai tingkatan pemujaan terhadap idola yang disukainya. Dari tingkatan ini, apdat dikatakan

semakin seseorang memuja atau terlibat dengan sosok idolanya maka semakin besar pula keintiman yang diimajinasikan terhadap idolanya. (Maltby et al, 2006)

2.3.1 Ciri – Ciri Dewasa Awal

Dewasa awal merupakan masa transisi dari masa remaja sehingga ciri-ciri perkembangan masa dewasa awal tidak begitu berbeda dari masa remaja. Ciri-ciri masa dewasa menurut Hurlock (dalam Putri, 2018) yaitu:

- a. Masa dewasa awal merupakan suatu usia reproduktif,
Pada masa ini dapat ditandai dengan memangun rumah tangga. Pada masa ini pula wanita yang belum berusia 30 tahun, masa reproduktif sudah matang , dimana seseorang wanita siap menerima tanggung jawab sebagai seorang ibu. alat-alat reproduksi manusia telah mencapai kematangannya dan siap untuk melakukan reproduksi.
- b. Masa dewasa awal sebagai masa bermasalah,
Kehidupan manusia, pasti mengalami perubahan, sehingga seseorang harus banyak melakukan kegiatan penyesuaian diri dengan kehidupan pernikahan,.
- c. Masa dewasa awal merupakan masa yang penuh dengan masa ketegangan emosional,
Hal tersebut seringkali ditempatkan dalam ketakutan dan kekhawatiran yang ditimbulkan. Ketakutan dan kekhawatiran yang timbul ini umumnya bergantung pada tercapainya penyesuaian terhadap persoalan yang dihadapi pada suatu saat tertentu atau sejauh mana sukses atau kegagalan yang dialami dalam penyelesaian persoalan.
- d. Masa dewasa awal sebagai masa ketergantungan dan perubahan nilai,
Maksudnya ketergantungan kepada orang tua. Sedangkan masa perubahan nilai masa dewasa awal terjadi karena alasan seperti ingin diterima pada kelompok tertentu yang pas, seperti kelompok orang dewasa, kelompok sosial dan ekonomi orang dewasa.

Didalam ciri -ciri masa dewasa awal adalah disebutkan bahwa masa dewasa awal adalah masa bermasalah Hurlock menyatakan bahwa pada masa ini seorang individu dapat melakukan hal yang pada masa kecil mereka tidak bisa mereka lakukan, dan kebebasan baru ini menimbulkan masalah - masalah yang tidak dapat ditentukan oleh individu itu sendiri maupun orang tuanya, dari pernyataan Hurlock diatas dapat

diambil kesimpulan bahwa individu yang memiliki perilaku fanatisme adalah masalah yang timbul akibat kebebasan baru tersebut.

2.3.2 Tugas Perkembangan Dewasa Awal

Hurlock (dalam Putri 2018) menjelaskan beberapa tugas perkembangan dewasa awal yaitu :

- a. Memilih teman hidup dan memulai hidup berkeluarga

Pada masa dewasa awal ini, seorang individu mulai mencari sosok pasangan yang akan menemani hidupnya. Pasangan yang sesuai dengan apa yang dirinya inginkan serta dapat memahami pikiran dan perasaannya. Dimana individu tersebut tidak lagi mengutamakan egonya, tetapi individu akan berusaha untuk mengutamakan bersama yang ada pada keluarganya.

- b. Bekerja

Ciri dari dewasa awal adalah kemandirian. Kemandirian ini dapat dilihat dari tuntutan tugas individu dewasa awal yang harus bekerja untuk memenuhi kebutuhannya sehari – hari.

- c. Bertanggung jawab sebagai warga negara.

Kewajibannya sebagai warga negara yaitu individu berhak untuk menentukan cara hidupnya sendiri.

- d. Bergabung dengan kelompok sosial

Pada masa ini individu akan mulai mencari kelompok yang memiliki pemahaman dan minat yang sama dengan diri individu.

Menguasai tugas – tugas pada masa perkembangan terlalu sulit, dan kesulitan ini meningkat apabila ada rintangan yang menghambat perkembangan individu, oleh karena itu individu yang memiliki perilaku fanatisme hal tersebut karena adanya hambatan dalam melaksanakan tugas – tugas perkembangan tersebut. Hurlock menyebutkan bahwa salah satu hambatannya adalah individu terbiasa dengan bersikap sebagai remaja.

2.3.4 Tahap Perkembangan Emosi, Intelegensi, dan Moral pada Dewasa Awal

2.3.4.1 Kematangan Emosi

Kematangan emosi merupakan tingkat control dan emosi yang tinggi dan tepat (APA). Walgito (dalam Adila and Kurniawan 2020) mengatakan bahwa pertambahan usia individu bertambah tidak selalu berdampak dengan matangnya kemampuan pengelolaan emosi, meskipun diharapkan bahwa ketanggan emosi akan semakin baik jika dikaitkan dengan pertambahan usia individu.

Individu pada dewasa awal atau pada usia yang matang sangat mungkin untuk memiliki tingkat kematangan emosi yang rendah. Menurut Hurlock (dalam Adila and Kurniawan 2020) terdapat 3 dimensi dalam kematangan emosi yaitu:

1. Kontrol Emosi

Seseorang yang memiliki kematangan emosi dapat mengendalikan emosi dan ekspresi yang dimiliki emosi dengan baik. Seseorang juga dapat mengatur dan kapan dan bagaimana emosi tersebut dapat di munculkan. Seseorang yang memiliki kematangan emosi jika ia menemui kegagalan cenderung mencari jalan keluar untuk menghadapi rasa frustrasi yang dimilikinya daripada hanya merenung dan tidak melakukan apa – apa.

2. Pemahaman Diri

Seseorang yang memiliki kematangan emosi mampu menerima kondisi dirinya sendiri dan orang lain dalam keadaan yang sebenarnya. Seseorang yang memiliki kematangan emosi dapat dikatakan memiliki empati yang baik, dan ia akan merasa bahwa orang lain juga berhak untuk bahagia dan merasakan kesenangan yang sama seperti yang ia miliki.

3. Penggunaan krisis mental

Seseorang yang memiliki kematangan emosi ia tidak akan bersifat impulsif, dan ia dapat mengatur pikirannya dengan baik, akan bertindak secara rasional, dapat berpikir secara objektif dan memiliki sifat pengertian terhadap berbagai hal. Seseorang yang memiliki kematangan emosi akan dapat menghadapi masalah dengan baik, menjadi pribadi yang mandiri dan mempunyai tanggung jawab yang baik. Ia juga dapat memiliki kemampuan untuk menghadapi fakta dan menerima kenyataan yang ada.

2.3.4.2 Perkembangan Intelegensi

David Weeshler (Wasserman and Kaufman, 2015) mendefinisikan sebagai individu untuk bertindak dengan tujuan, berpikir rasional dan menangani lingkungannya secara efektif. Ini bersifat global karena mencirikan individu berperilaku secara keseluruhan. Jean Piaget (Naidenova and Papert, 2001) berpendapat bahwa perkembangan intelegensi tidak terlepas dari perubahan perilaku selama masa dewasa awal. Yang dapat diartikan juga pada usia dewasa awal individu dapat meningkatkan intelektualnya dengan memperluas pengalamannya. Dan dapat berusaha beradaptasi serta mengatur lingkungan sekitar dengan baik. Hal tersebut akan berdampak pada individu usia dewasa awal akan mengalami perkembangan intelegensi tergantung bagaimana pengalaman yang didapatnya.

2.3.4.3 Perkembangan Moral

Kohlberg (dalam Azaria, 2019) mengartikan perkembangan moral sebagai sebuah penilaian bagaimana seseorang melakukan baik buruknya suatu tindakan. Kohlberg (dalam Kusumastuti., 2017) mengatakan bahwa perkembangan moral merupakan kemampuan yang dapat berkembang untuk dapat memahami kenyataan sosial individu dan dapat menyatukan pengalaman sosial yang pernah dilewatinya. Terdapat 3 tahapan perkembangan menurut Kohlberg :

- a. Prakonvensional. adalah tingkatan terendah dalam teori Kohlberg. Pada tingkat Prakonvensional ini individu dapat menangkap dengan cepat aturan, budaya dan ungkapan terkait baik – buruk, benar – salah.
- b. Konvensional merupakan tingkat tengah dalam teori Kohlberg. Pada tingkat Konvensional ini individu hanya dapat menuruti harapan keluarga, kelompok atau bangsa dan sebagai hal yang penting menurut dirinya tanpa mencari tahu akibat yang akan didapatkan oleh individu.
- c. Pasca-Konvensional merupakan tingkatan tertinggi dalam teori Kohlberg. Pada tingkat Pasca-Konvensional ini individu dapat merumuskan nilai dan prinsip moral yang memiliki kebenaran dan individu dapat menerapkannya terlepas nilai dan prinsip yang diterapkan pada kelompok tersebut dan terlepas juga dari identitas individu dari kelompok tersebut.

Pada tingkatan ini individu sudah mampu memisahkan diri dari aturan dan harapan orang lain dan dapat mendefinisikan nilai yang baik dan benar atas dasar prinsip yang dipilihnya sendiri.,