

STUDI KORELASI HARAPAN DAN DISTRES PSIKOLOGI PADA KORBAN *GHOSTING EMERGING ADULTS*

Riani Mustikawati¹, Resnia Novitasari²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Universitas Islam Indonesia

Email : 18320024@students.uii.ac.id, 093200104@uui.ac.id

ABSTRAK

Ghosting merupakan fenomena yang sedang populer diperbincangkan oleh kalangan usia *emerging adults*, yakni salah satu cara yang digunakan untuk memutuskan hubungan dengan seseorang secara tidak langsung dan tiba – tiba menunjukkan tindakan seperti pengabaian, pemblokiran, dan pembatalan pertemanan di media sosial yang dianggap dapat menyebabkan beberapa efek negatif (distres psikologi) bagi penerimanya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harapan dan distres psikologi pada korban *ghosting emerging adults*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu adanya hubungan negatif antara harapan dan distres psikologi pada korban *ghosting emerging adults*. Pengambilan data pada penelitian ini melibatkan sebanyak 260 responden *emerging adults* di Indonesia berusia 18 sampai 25 tahun, berjenis kelamin perempuan atau laki-laki, pernah menjalani kencan atau pendekatan hubungan romantis melalui media sosial secara intens baik secara *video call*, pesan elektronik, *voice call*, dan lain-lain, serta memiliki pengalaman mengalami minimal satu jenis perilaku *ghosting* saat menjalani kencan atau pendekatan hubungan romantis minimal dalam kurun waktu satu bulan terakhir dengan lamanya hubungan minimal 2 bulan. Pengambilan data menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini menggunakan skala harapan (*Adult Hope Scale (AHS-12)*) yang dikembangkan oleh Snyder (1991) yang diadaptasi peneliti melalui proses penerjemahan dari bahasa inggris menjadi bahasa indonesia dan skala distres psikologi (*The Kessler Psychological Distress (K-10)*) yang berlandaskan teori dari Kessler dan telah diadaptasi oleh Azzahra (2017). Hasil uji hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Dapat diartikan bahwa, semakin tinggi harapan, maka semakin rendah distres psikologi.

Kata Kunci : Distres Psikologi, *Emerging Adults*, *Ghosting*, Harapan