

RADDAR JOGJA

MENJAGA JOGJA ISTIMEWA

Tangguh di Era Normal Baru

menunggu keadaan baru. Era normal baru justru menantang dirinya tetap *survive*.

Sebenarnya telah hadir orang-orang tangguh di era normal baru. Seperti pengusaha transportasi pariwisata. Untuk menggairahkan bisnisnya karena sepi order di masa pandemi. Dirinya membuat program paket wisata ngopi di bus sambil keliling Jogja. Tawaran program ini ternyata banjir peminat. Berkah dari ketangguhannya sebagai perusahaan transportasi membuat bisnisnya tetap menggeliat di era normal baru.

Orang-orang tangguh lain seperti pelaku industri *wedding* melakukan terobosan prosesi nikah dengan model virtual. Ide *out of the box* tersebut disambut antusias masyarakat. Terbukti berhasil menyelenggarakan hajatan nikah bareng dengan konsep unik menghadirkan konsep virtual menggambarkan destinasi pariwisata.

Di era normal baru memang butuh orang-tangguh. Orang yang mencari titik titik di tangguh. Orang yang dilakukan oleh pelaku usaha transportasi dan *wedding organizer* menjadi tauladan sebagai sosok tangguh di era normal baru. Bagaimana mengembangkan pr

an *hardiness* sebagai kekuatan untuk melawan stres saat seseorang mengalami musibah. Merujuk pada hal tersebut bahwa kepribadian *hardiness* diandalkan untuk membangun orang tangguh di era normal baru karena sebagai masalah sebagaimana dampak dari pandemi korona namun dapat dikelola dengan baik yang membikin seseorang tersebut tidak mengalami stres. Selanjutnya orang berkepribadian *hardiness* memiliki daya kuat untuk memaknai secara positif terhadap bermacam-macam masalah akibat wabah korona. Dinamika psikologis ini dapat membangun struktur kepribadian pada seseorang melawan keterpurukan sebagai efek negatif dari bencana pandemi korona. Hal tersebut karena seseorang berkepribadian *hardiness* yang mempunyai keinginan kuat menciptakan peluang di tengah desakan masalah digoncang gempa korona.

Ada tiga aspek yang perlu diperhatikan bila seseorang menginginkan dirinya tumbuh kepribadian *hardiness*. Pertama, *commitment* yaitu kemampuan psikologis seseorang terlibat mengendalikan kejadian-kejadian yang tidak menyenangkan dan memaknai secara positif terhadap peristiwa buruk. Sehingga kepribadi-

seorang terampil mensiasati situasi sulit seperhasrat melakukan kegiatan bermanfaat bagi dirinya dan lingkungan di masa pandemi korona. Kedua, *control*. Orang yang memiliki *control* mampu mengendalikan dirinya tidak laru dalam penyesalan saat mendapatkan musibah. Manfaat dari *control* adalah individu tetap berada pada situasi emosi stabil saat dibebani berat tumpuk masalah. Sehingga dirinya tetap produktif, meski berada pada kondisi kehidupan yang berat untuk dijalani di zaman normal baru Ketiga, *challenge* berkaitan dengan musibah yang berat seseorang. Maka tak perlu galau diera normal baru. Era ini instrumen tantang untuk : etai menghasilkan karya terbaik.

Semoga di era *new normal* berseri kepridai-an *hardiness* yang mengajikan diri sehat lahir, sehat batin, inovatif, produktif, dan kreatif Moda karakteristik kepribadian ini merupakan energi positif keluar dari krisis pandemi korona yang terasa berat dirasakan bersama.

* Penulis Adalah Dosen Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan



Dr. HADI SUYONO, S.Psi., M.Si¹

Oleh

Resensi Kehidupan