

**KETERAMPILAN PEMECAHAN MASALAH DITINJAU DARI
FLEKSIBILITAS KOGNITIF DAN KEMAMPUAN METAKOGNITIF
PADA DEWASA AWAL**



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh:

Ratna Sulistiyani

NIM 20107010073

Dosen Pembimbing:

Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.

NIP 19880214 201903 2 014

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2025



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-3645/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2025

Tugas Akhir dengan judul : Keterampilan Pemecahan Masalah Ditinjau dari Fleksibilitas Kognitif dan Kemampuan Metakognitif pada Dewasa Awal

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : RATNA SULISTIYANI
Nomor Induk Mahasiswa : 20107010073
Telah diujikan pada : Rabu, 20 Agustus 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.
SIGNED

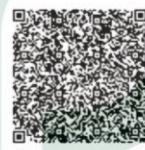
Valid ID: 68b191c57b24d



Pengaji I

Miftahun Ni'mah Suseno, S.Psi., M.A.,
Psikolog
SIGNED

Valid ID: 68b161eda5c10



Pengaji II

Denisa Apriliaawati, S.Psi., M. Res.
SIGNED

Valid ID: 68a78d07697c0



Yogyakarta, 20 Agustus 2025

UIN Sunan Kalijaga

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 68b267443de94

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ratna Sulistiyani

NIM : 20107010073

Program Studi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "Keterampilan Pemecahan Masalah Ditinjau dari Fleksibilitas Kognitif dan Kemampuan Metakognitif pada Dewasa Awal" adalah hasil karya penelitian saya sendiri dan benar keasliannya, bukan hasil plagiasi dari karya orang lain.

Apabila ternyata di kemudian hari penelitian ini terbukti sebagai hasil plagiasi atau penjiplakan atas karya orang lain, maka saya bersedia bertanggung jawab sekaligus menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 13 Agustus 2025

Yang Menyatakan,



Ratna Sulistiyani
NIM 20107010073

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Kepada

Yth., Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
di Yogyakarta

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Dengan hormat, setelah memeriksa, mengarahkan dan melakukan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing, saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama	:	Ratna Sulistiyan
NIM	:	20107010073
Program Studi	:	Psikologi
Judul	:	Keterampilan Pemecahan Masalah Ditinjau dari Fleksibilitas Kognitif dan Kemampuan Metakognitif pada Dewasa Awal

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memeroleh gelar sarjana strata satu (S1) Psikologi dalam Program Studi Psikologi. Harapan saya semoga saudara tersebut dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang munaqasyah. Atas perhatiannya kami ucapan terima kasih.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Yogyakarta, 11 Agustus 2025
Pembimbing

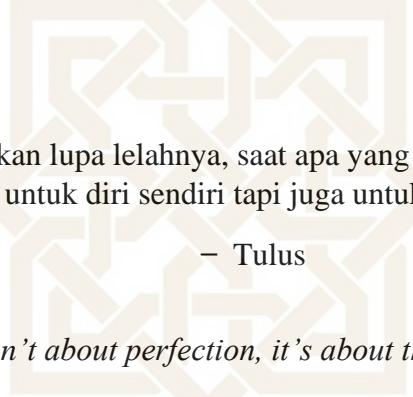


Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.
NIP 19880214 201903 2 014

MOTTO

Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Apabila engkau telah selesai (dengan suatu kebajikan), teruslah bekerja keras (untuk kebajikan yang lain) dan hanya kepada Tuhanmulah, engkau berharap!

– Q.S. Al-Insyirah: 6-8



Semua perjuangan akan lupa lelahnya, saat apa yang diperjuangkan tidak sekadar bernilai untuk diri sendiri tapi juga untuk banyak orang.

– Tulus

Research isn't about perfection, it's about the courage to learn

-- Bu Sabiq

Yang kelihatannya rumit, ternyata bisa diurai.
Yang kelihatannya sulit ternyata bisa selesai juga.
Ini hanya tentang memulai dan berani menjalani proses.
'Berani' dulu, sanggupnya akan beriring.

– Susan Suwanti

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
Kalau udah dimulai, selesaikan!
– Kak Kinta

When you choose to never give up, you are the winner!

– Na

HALAMAN PERSEMBAHAN

*Dengan segenap hati dan cinta,
karya sederhana ini adalah persembahan kecil untuk*

*Diriku sendiri, terima kasih untuk selalu percaya pada diri dan mampumu.
Semoga karya ini adalah langkah awalmu untuk bisa meluaskan jarak pandang
dan terbang lebih tinggi lagi.*

*Tetap tumbuh dan bermekaran. Berkarya dan bermanfaat bagi sekitar.
Atas segala gagal dan berhasilmu, percayalah, kamu lebih dari cukup!*

*Mama dan papa, cahaya penuntun abadiku di setiap langkah menuju banyak hal
dan kesempatan indah di dunia ini. Terima kasih sudah berada di baris pertama
menjadi yang selalu percaya bahkan ketika diriku sendiri meragu. Segala curahan
cinta dan doa tulus kalian adalah payung paling teduh untuk menemani perjalanan
yang penuh dengan riuh dan badai ini.*

*Bu Sabiq selaku Dosen Pembimbing Skripsi saya, terima kasih banyak atas segala
bentuk bimbingan, support dan apresiasi yang sudah ibu beri.*

Seluruh jiwa-jiwa baik yang telah menginspirasiku banyak hal.

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

Barakallahu fiikum.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim. Alhamdulillahi rabbil'alamin, puji syukur kehadirat Allah SWT. berkat limpahan rahmat dan karunia-Nya yang tiada henti, skripsi yang berjudul “Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah Ditinjau dari Fleksibilitas Kognitif dan Kemampuan Metakognitif pada Dewasa Awal” ini akhirnya dapat terselesaikan dengan baik. Sebab tanpa pertolongan-Nya segala sesuatu tidak akan dapat terlaksana dengan baik. Sholawat dan salam senantiasa terlimpahkan kepada Rasulullah Muhammad ﷺ beserta keluarga, sahabat dan para pengikut setia beliau.

Penyusunan karya skripsi ini adalah proses belajar yang cukup panjang dan menantang. Sebagai manusia, penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam perjalanan menyelesaiannya tentu tidak terlepas dari bimbingan, dukungan serta doa dari banyak pihak. Oleh karena itu, perkenankan penulis untuk menghaturkan banyak terima kasih kepada:

1. Prof. Noorhaidi, S.Ag., M.A. selaku bapak Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si., Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta jajarannya.
3. Ibu Denisa Apriliaawati, S. Psi., M. Res., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta serta selaku dosen pengaji II.
4. Ibu Sabiqotul Husna, S. Psi., M. Sc., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa sabar bersamai serta menjadi fasilitator dengan membimbing, memberi saran dan arahan, dukungan serta menjadi ‘teman diskusi’ yang menyenangkan selama proses penyusunan skripsi ini. Dengan bimbingan ibu, riset menjadi proses belajar yang mengasyikkan meski disertai beragam tantangan yang ada, sekaligus pengalaman yang mengesankan untuk dikenang. Terima kasih atas segala waktu dan kesabaran yang sudah diberikan dalam

membersamai pengalaman penelitian pertama ini. Semoga kebaikan, keberkahan, kesehatan, kedamaian dan kebahagiaan senantiasa Allah limpahkan kepada Ibu Sabiq.

5. Ibu Miftahun Ni'mah Suseno, S.Psi., M.A., selaku dosen penguji I dan validator alat ukur untuk penelitian. Segala saran dan masukan dari ibu sangat berarti dalam melengkapi skripsi ini, sehingga dapat menjadi karya yang utuh meski masih jauh dari kata sempurna.
6. Ibu Ratna Mustika Handayani, S.Psi., M.A., Psi., dan ibu dr. Murtafiqoh, Hasanah, sp.N., selaku *expert judgment* yang membantu proses validasi isi terhadap alat ukur dalam penelitian ini.
7. Ibu Candra Indraswari. S. Psi., M. Psi., Psi. selaku Dosen Pembimbing Akademik.
8. Segenap Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah membagikan ilmu pengetahuan, pengalaman dan berbagai *value* yang sangat berharga kepada penulis. *I fall harder for psychology{ }.*
9. Pihak LPPM UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang memfasilitasi adanya Bantuan Tugas Akhir untuk penelitian mahasiswa akhir UIN Sunan Kalijaga.
10. Keluarga penulis tercinta, Mama, Papa, Aa Egli dan Ade Hendi yang senantiasa menerima dan mencintai penulis dengan tulus dan apa adanya. Terima kasih atas segala kebaikan dan dukungan kalian, baik secara moril dan materil, serta doa yang tiada henti mengiringi langkah perjalanan penulis, termasuk dalam proses penyusunan skripsi ini. Skripsi ini adalah karya persembahan kecil untuk kalian.
11. Keluarga besar Pondok Pesantren Mahasiswi Asma Amanina yang sudah membersamai selama 2 tahun pertama di Yogyakarta, sebagai tempat untuk belajar banyak hal bersama.
12. Teman-teman baikku yang mewarnai kehidupan di Yogyakarta Susan si paling *geulis*, Naila, dan Aini. Malam-malam panjang yang kita lalui untuk berbagi tawa, kisah dan kesah serta berskripsi ria itu takkan terlupakan. Juga Anis, Kia

dan Afi Tadika Mesra *squad*, terima kasih banyak sudah meramaikan hari-hari di tahun 2024 di kontrakan kita yang sepetak tapi penuh kisah itu.

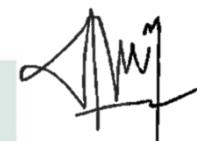
13. Salsabila Niarno, *bestie low maintenance*-ku sejak kecil. Terima kasih sudah selalu ada ketika dibutuhkan, menjadi tempat berbagi banyak kesah dan bahagia di skripsi era, meski terpisah cukup jauh oleh jarak. Terima kasih sudah selalu men-*support* dan meyakinkan segala ragu yang kupunya. Sukses selalu, Sa.
14. Miffetin Kholiah, Anggita, Anggit, Wulan, dan Canaesia. *My squad since high school*, yang tetap terasa dekat meski berjarak jauh. Terima kasih atas segala doa, dukungan dan bantuan menyebarkan kuesioner. Atas segala yang sedang kalian usahakan semoga lekas tercapai.
15. Segenap teman-teman satu angkatan di Psikologi UIN Suka, khususnya Aulia Rahma, Devani, Ashila, Nuril, Tata, yang sudah memberikan banyak warna selama kehidupan rantau dan menjalankan studi di Yogyakarta. Juga Annisa Rahma, Nisa, Chika dan Afa, yang sudah memberikan dukungan dan bantuan kepada penulis selama proses penggerjaan skripsi ini. Terima kasih, semoga kasih sayang-Nya senantiasa melimpahi hari-hari kalian.
16. Ritsatul Jannah dan Khansa Khairunnisa, terima kasih sudah menjadi teman seperjuangan dalam menjalani naik-turunnya *skripsiweet era* ini. Terima kasih atas semua cerita, canda, tawa, keluh, tangis, dan asupan bergizi yang telah dibagi bersama. Bersyukur sekali kenal dekat dengan kalian lebih dari sekadar teman KKN. Semoga kita senantiasa tumbuh dan bermekaran, *girls*.
17. Ummi Sitaresmi dan Ibu Dian, ibu ideologis penulis di Yogyakarta, yang menjadi tempat bercerita, memberi dukungan dan doa kepada penulis. Terima kasih sudah banyak menginspirasi.
18. Segenap Tim Cita Langit Bestari yang menjadi tempat belajar ke-sekian di Yogyakarta untuk saling bertumbuh dan belajar mengeksplorasi banyak hal baru. Bersyukur sekali bertemu rekan-rekan kerja yang luar biasa di sini.
19. Keluarga besar ECCD-RC (*Early Childhood Care Development - Research Center*) Yogyakarta, sebagai tempat belajar banyak hal terkait pendidikan anak

selama menjadi relawan. Terima kasih juga sudah mewadahi klub diskusi mengenai penelitian bagi kami yang sedang berjuang dengan skripsi.

20. Seluruh responden dalam penelitian, terima kasih sudah bersedia turut serta secara sukarela dalam penelitian ini. Semoga kebaikan kalian berbiak.
21. Kepada seluruh pihak yang tidak dapat dituliskan namanya satu-persatu di sini, terima kasih sudah turut berperan memberi bantuan, dukungan dan nasihat-nasihat baik yang sangat bermanfaat.

Semoga karya sederhana ini dapat membawa manfaat baik bagi penulis secara pribadi maupun khalayak secara luas, aamiin.

Yogyakarta, Agustus 2025
Penulis,



Ratna Sulistiyani
NIM 201070100073



DAFTAR ISI

PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI.....	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN/GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRACT	xv
 BAB I	
PENDAHULUAN.....	1
A.Latar Belakang Masalah.....	1
B.Tujuan Penelitian	13
C.Manfaat Penelitian	14
D.Keaslian Penelitian.....	16
 BAB II	
DASAR TEORI	30
A.Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah.....	30
B.Fleksibilitas Kognitif.....	39
C.Kemampuan Metakognitif	42
D.Dinamika Hubungan Fleksibilitas Kognitif dan Kemampuan Metakognitif dengan Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah.....	49
E.Hipotesis.....	57
 BAB III	
METODE PENELITIAN.....	58
A.Desain Penelitian.....	58
B.Identifikasi Variabel Penelitian.....	58
C.Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	59

D.Populasi dan Sampel	61
E.Teknik Pengumpulan Data	63
F. Validitas, Seleksi Aitem, dan Reliabilitas Alat Ukur.....	67
G.Teknik Analisis Data.....	68
BAB IV	
HASIL DAN PEMBAHASAN	74
A.Orientasi Kancah	74
B.Persiapan Penelitian	75
C.Pelaksanaan Penelitian	84
D.Hasil Penelitian	85
E. Pembahasan.....	102
BAB V	
KESIMPULAN DAN SARAN	117
A.Kesimpulan	117
B.Saran.....	118
DAFTAR PUSTAKA	122
LAMPIRAN.....	130



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Literature Review	16
Tabel 2. Blueprint Skala Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah	64
Tabel 3. Blueprint Skala Fleksibilitas Kognitif	65
Tabel 4. Blueprint Skala Kemampuan Metakognitif	66
Tabel 5. Distribusi Aitem Skala Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah Sebelum Digugurkan	78
Tabel 6. Koefisien Korelasi Aitem Skala Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah yang Gugur	79
Tabel 7. Distribusi Aitem Skala Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah Setelah Aitem Digugurkan	80
Tabel 8. Penomoran Ulang Cognitive Flexibility Inventory Versi Indonesia	80
Tabel 9. Distribusi Aitem Cognitive Flexibility Inventory Versi Indonesia	81
Tabel 10. Distribusi Aitem Skala Kemampuan Metakognitif Sebelum Aitem Digugurkan	81
Tabel 11. Koefisien Korelasi Aitem Gugur pada Skala Kemampuan Metakognitif	82
Tabel 12. Distribusi Aitem Skala Kemampuan Metakognitif Setelah Seleksi Aitem ...	83
Tabel 13. Hasil Uji Reliabilitas	83
Tabel 14. Data Demografi Responden	85
Tabel 15. Deskripsi Permasalahan yang Dihadapi Responden	87
Tabel 16. Deskripsi Statistik	89
Tabel 17. Kategorisasi Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah	90
Tabel 18. Kategorisasi Skor Fleksibilitas Kognitif.....	91
Tabel 19. Kategorisasi Skor Kemampuan Metakognitif	91
Tabel 20. Hasil Uji Kolmogorov-Smirnov(K-S)	92
Tabel 21. Hasil Uji Multikolinearitas	94
Tabel 22. Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	95
Tabel 23. Tes Durbin-Watson Autokorelasi	95
Tabel 24. Hasil Uji F Regresi Linear Berganda	95
Tabel 25. Hasil Uji Parsial (Uji t)	96
Tabel 26. Hasil Sumbangan Efektif Variabel Prediktor	98
Tabel 27. Deskripsi Statistik Uji Beda Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah Berdasarkan Jenis Kelamin	99
Tabel 28. Hasil Asumsi Uji Beda Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah Berdasarkan Jenis Kelamin	99
Tabel 29. Hasil Uji Beda Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah Berdasarkan Jenis Kelamin	100
Tabel 30. Deskripsi Statistik Uji Beda Kemampuan Metakognitif Berdasarkan Jenis Kelamin	101
Tabel 31. Hasil Asumsi Uji Beda Kemampuan Metakognitif Berdasarkan Jenis Kelamin	101
Tabel 32. Hasil Uji beda Kemampuan Metakognitif Berdasarkan Jenis Kelamin	102

DAFTAR BAGAN/GAMBAR

Bagan/Gambar 1. Data Kategorisasi Hasil Preliminary Study	6
Bagan/Gambar 2. Kerangka Hubungan Metakognisi (Meta Level) dan Kognisi (Object Level) (Nelson & Naren, 1990)	44
Bagan/Gambar 3. Dinamika Hubungan Fleksibilitas Kognitif dan Kemampuan Metakognitif.....	56
Bagan/Gambar 4. Q-Q plot Residual	92
Bagan/Gambar 5. Hasil Uji Boxplot terhadap Outlier	93
Bagan/Gambar 6. Scatter Plot Residual	94



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pertanyaan dan Pernyataan Preliminary Study	131
Lampiran 2. Hasil Preliminary Study	132
Lampiran 3. Tabulasi data hasil survei preliminary study	134
Lampiran 4. Validasi Aitem Instrumen Penelitian oleh Expert Judgment	135
Lampiran 5. Hasil Analisis Skor Aiken's V	156
Lampiran 6. Instrumen yang digunakan dalam penelitian	158
Lampiran 7. Tabulasi Data Hasil Ujicoba Skala	163
Lampiran 8. Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur	165
Lampiran 9. Tabulasi Data Penelitian	167
Lampiran 10. Hasil Uji Asumsi Klasik	197
Lampiran 11. Hasil Uji Hipotesis	199
Lampiran 12. Hasil Uji Beda	200
Lampiran 13. Flyer dan Informed Consent Penelitian	202
Lampiran 14. Perhitungan Mean dan Standar Deviasi	203



Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah Ditinjau dari Fleksibilitas

Kognitif dan Kemampuan Metakognitif pada Dewasa Awal

Ratna Sulistiyanı

20107010073

INTISARI

Dewasa awal dapat dikatakan sebagai fase transisi yang penuh dengan ketegangan dan masalah. Oleh karena itu individu yang berada di fase ini perlu bersikap adaptif dan memiliki bekal yang mumpuni untuk dapat melewati fase dewasa awal dengan baik. Salah satu yang perlu dimiliki oleh dewasa awal yaitu pemecahan masalah. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara fleksibilitas kognitif dan kemampuan metakognitif terhadap persepsi keterampilan pemecahan masalah pada dewasa awal. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Data dikumpulkan dari 329 orang dewasa awal yang bertempat tinggal di Pulau Jawa menggunakan teknik *accidental sampling*. Instrumen pengumpulan data yang digunakan terdiri dari skala versi Indonesia dari *cognitive flexibility inventory*, skala kemampuan metakognitif, dan skala persepsi keterampilan pemecahan masalah. Teknik analisis data dilakukan menggunakan regresi linear berganda dengan bantuan *software Jamovi v2.4.6*. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa secara simultan terdapat hubungan positif antara fleksibilitas kognitif dan kemampuan metakognitif terhadap persepsi keterampilan pemecahan masalah pada dewasa awal dengan sumbangannya efektif simultan sebesar 58,8%. Secara parsial, kedua prediktor berkontribusi terhadap persepsi keterampilan pemecahan masalah. Namun, metakognitif memiliki kontribusi yang lebih besar dengan sumbangannya efektif 45,6%, sedangkan fleksibilitas kognitif hanya sebesar 6,7%. Korelasi kedua prediktor bernilai positif signifikan terhadap variabel persepsi keterampilan pemecahan masalah. Jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin tidak ditemukan perbedaan tingkat persepsi keterampilan pemecahan masalah. Temuan ini memberikan kontribusi teoritis pada kajian mengenai persepsi keterampilan pemecahan masalah, khususnya dalam memahami fleksibilitas kognitif serta kemampuan metakognitif sebagai prediktor.

Kata kunci: *dewasa awal, pemecahan masalah, fleksibilitas kognitif, metakognitif*

Perceived Problem-Solving Skills in Early Adulthood: The Role of Cognitive Flexibility and Metacognitive Ability

Ratna Sulistiyanı

20107010073

ABSTRACT

Early adulthood is often characterized as a transitional phase filled with tension and various challenges. Therefore, individuals in this developmental stage are required to be adaptive and possess adequate competencies to navigate early adulthood successfully. One essential aspect that needs to be developed during this period is perceived problem-solving skills. This study examines the relationship between cognitive flexibility and metacognitive ability with perceived problem-solving skills among early adulthoods. The research method used a quantitative correlational design. Data were collected from 329 individuals in early adulthood residing on Java Island using an accidental sampling technique. The data collection instruments included the Indonesian version of the Cognitive Flexibility Inventory, a metacognitive ability scale, and a perceived problem-solving skills scale. Data analysis was conducted using multiple linear regression with the aid of Jamovi software v2.4.6. The results of the hypothesis testing revealed a significant positive relationship between cognitive flexibility and metacognitive ability with perceived problem-solving skills in early adulthood, with a simultaneous effective contribution of 58,8%. Partially, both predictors contributed to perceived problem-solving skills; however, metacognitive ability demonstrated a stronger contribution with an effective contribution of 45,6%, while cognitive flexibility accounted for only 6,7%. Both predictors were found to have significant positive correlations with perceived problem-solving skills. Moreover, there is no significant differences in problem-solving skills between men and women. These findings offer theoretical contributions to the understanding of problem-solving skills, particularly in identifying cognitive flexibility and metacognitive ability as significant predictors.

Keywords: *early adulthood, problem-solving, cognitive flexibility, metacognitive*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap individu mengalami pertumbuhan di sepanjang kehidupan yang dijalannya. Dalam proses pertumbuhan tersebut ada yang kemudian disebut sebagai tahap perkembangan (Papalia et al., 2013). Salah satu tahap perkembangan yang terjadi dalam hidup individu, yaitu dewasa awal. Menurut Santrock (2006) fase dewasa awal terjadi ketika individu berada di rentang usia 18-25 tahun. Dewasa awal ini merupakan masa transisi yang akan dihadapi oleh individu setelah melewati fase remaja untuk kemudian menuju fase dewasa. Sebagai masa transisi tentu ada banyak hal berbeda dan lebih menantang yang akan dihadapi oleh individu, bahkan Hurlock (2008) menyebut dewasa awal sebagai masa yang bermasalah dan penuh ketegangan.

Menurut Papalia et al. (2013) pada fase dewasa awal ini, kebanyakan individu akan meninggalkan rumah orang tua mereka untuk memulai hidup mandiri dan berusaha memenuhi tugas perkembangannya. Beberapa tugas perkembangan tersebut di antaranya mencapai kemandirian, stabilitas emosional, membangun identitas, bertanggung jawab serta belajar berkontribusi terhadap lingkungan sosial dan masyarakat (Putri, 2019). Tugas perkembangan pada masa dewasa awal menuntut individu untuk mulai bertanggung jawab sepenuhnya terhadap hidupnya. Pada fase ini, individu harus membuat banyak keputusan penting yang berdampak pada kesehatan, kesuksesan, kebahagiaan, dan kesejahteraan hidup. Masa dewasa awal juga

menjadi fase kritis karena keputusan yang diambil serta peristiwa yang dialami akan sangat menentukan tercapainya keseimbangan dalam berbagai aspek kehidupan (Papalia et al., 2013). Oleh karena itu, diperlukan pengambilan keputusan yang tepat atas berbagai pilihan hidup tersebut. Di mana, pengambilan keputusan yang tepat sendiri merupakan manifestasi dari efektivitas usaha pemecahan masalah yang dilakukan individu (Nielsen & Minda, 2019). Dengan demikian, pemecahan masalah menjadi sebuah keterampilan penting bagi individu dewasa awal.

Pemecahan masalah (*problem-solving*) merupakan pemikiran terarah individu dalam menemukan solusi atas berbagai permasalahan yang tengah dihadapi (Solso et al., 2008). Mayer (2013) menambahkan bahwa pemecahan masalah merupakan proses mencari jalan keluar atas setiap masalah yang melibatkan adanya proses kognitif, mental, pengalaman langsung serta pengetahuan. Anderson (2010) mendefinisikan problem solving sebagai proses mental kompleks yang mencakup identifikasi masalah, pembuatan alternatif solusi, evaluasi pilihan, dan pemilihan strategi yang paling tepat untuk mencapai tujuan.

Selain melihat pemecahan masalah sebagai suatu keterampilan objektif, perlu juga melihatnya sebagai *self-appraisal* dalam komponen kognitif, melihat bagaimana persepsi individu terhadap keterampilan ini, atau yang disebut dengan persepsi pemecahan masalah (*perceived problem-solving*). Menurut Heppner dan Petersen (1982), *perceived problem solving* didefinisikan sebagai penilaian subjektif individu terhadap kemampuan, gaya, serta pengendalian

dirinya dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan kehidupan. Aspek Persepsi Keterampilan Pemecahan Masalah menurut Heppner & Petersen (1982) di antaranya, yaitu keyakinan diri, gaya mendekati-menghindar, serta kontrol diri dalam memecahkan masalah. Menurut Anggraini et al. (2023) kontrol diri ini meliputi kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol dalam pengambilan keputusan. Ketiga komponen tersebut memungkinkan individu untuk menyelesaikan masalah dengan baik, mampu mengarahkan kognitif dan perilaku untuk mengambil keputusan secara tidak impulsif sehingga menghasilkan pilihan dengan konsekuensi positif.

Selain itu, menurut teori psikologi perkembangan, aspek kognitif individu sejak remaja sudah mulai mampu melakukan penalaran hipotesis-deduktif, di mana kemampuan tersebut diibaratkan sebagai alat yang dapat digunakan individu untuk menyelesaikan berbagai masalah, mulai dari hal teknis seperti memperbaiki barang hingga hal yang abstrak seperti membangun teori politik (Papalia, 2013). Lebih lanjut, di masa dewasa awal kognitif berkembang lebih baik lagi, seperti kemampuan berpikir reflektif dan pemikiran paska formal yang mengombinasikan pengalaman emosi dan praktis dalam pemecahan masalah yang ambigu (Papalia, 2013).

Merujuk dari teori-teori tersebut, dewasa awal secara ideal memiliki bekal yang mumpuni dalam hal pemecahan masalah. Apalagi didukung teori biopsikologi, bahwa otak manusia khususnya bagian prefrontal korteks, sebagai wilayah dengan fungsi penalaran salah satunya dalam pemecahan masalah, berkembang baik di usia 20-an. Namun dari pemeriksaan fMRI,

perkembangan kognitif individu pada masa dewasa awal dapat berbeda-beda tergantung dengan bagaimana individu mengoptimalkan fungsi otak besarnya dalam berpikir. Selain berfungsi lebih efisien, perubahan struktural dapat terjadi ketika perbaikan keterampilan menghasilkan lebih banyak jaringan korteks yang tersedia bagi tugas tersebut dan terkadang reorganisasi daerah otak yang mengatur aktivitas tersebut (Berk dalam Nur *et al.*, 2023).

Persepsi pemecahan masalah ini dapat disimpulkan berperan sangat penting bagi kehidupan dewasa awal yang sedang menghadapi berbagai permasalahan. Banyak penelitian yang memaparkan peran pemecahan masalah. Pemecahan masalah ini akan membantu individu dalam mengolah informasi secara lebih logis (Oktaviani *et al.*, 2021). Sehingga membantu dewasa awal agar tidak mudah terpengaruh *hoax* ataupun penipuan yang tengah merebak di masyarakat saat ini. Selain itu, pemecahan masalah dapat membantu dewasa awal untuk mengidentifikasi masalah, mencari dan memilih berbagai solusi dan membuat keputusan atas berbagai permasalahan yang sedang dihadapi (Bariyyah, 2021). Dengan adanya kemampuan menghadapi masalah yang baik maka individu dewasa awal diharapkan mampu memberikan respon yang benar terhadap berbagai masalah yang sedang dihadapinya. Hal ini menandakan bahwa individu tersebut dapat berfungsi secara adaptif dan efektif (D'Zurilla & Maydeu-Olivares, 1995; Hafisyah, 2021).

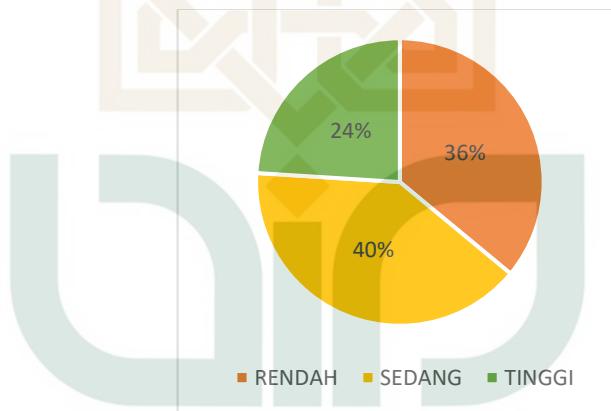
Akan tetapi, fakta di lapangan justru memperlihatkan kecenderungan yang sebaliknya. Penelitian Koc (2023) menunjukkan bahwa kemampuan pemecahan masalah pada level pekerja masih tergolong rendah. Penelitian

Wahyudhi (2019) tentang pemecahan masalah pada laki-laki pekerja usia 18-25 tahun, 47,9% dari 121 pekerja masih tergolong rendah, dengan gaya penghindaran (*avoidance*). Selain itu, ada banyak fenomena keseharian yang menunjukkan rendahnya kemampuan pemecahan masalah, seperti kebiasaan untuk mencari jalan pintas dalam menyelesaikan masalah, atau pun masalah sosial dalam hubungan intrapersonal. Data survei LPM Siarpersma (2023), ditemukan bahwa 80% mahasiswa di universitas Malang setuju bahwa tugas perkuliahan terlalu kompleks dan memilih untuk menggunakan jasa joki tugas dalam mengerjakannya. Fenomena penggunaan *Artificial Intelligent* untuk sepenuhnya mengerjakan tugas atau lainnya juga semakin merebak di kalangan mahasiswa, mereka lebih mempercayai hasil kerja AI dibanding kayik terhadap kemampuan mereka sendiri. Rendahnya pemecahan masalah ini juga terkait dengan bagaimana individu menilai kemampuan dirinya dalam menyelesaikan masalah. Individu memiliki keyakinan bahwa dirinya tidak mampu, lalu memilih menghindar dari masalah (Heppner & Petersen, 1982).

Selanjutnya, untuk mendapatkan gambaran awal dan data pendukung yang lebih nyata terkait kecenderungan persepsi individu dalam memecahkan masalah, khususnya di kalangan dewasa awal, peneliti melakukan *preliminary study* berupa survei kepada 25 responden dewasa awal berusia 18-25 tahun. Beberapa pernyataan dalam survei *preliminary study* ini diambil dan dimodifikasi dari *Problem Solving Inventory* milik Heppner & Petersen (1982), dengan berfokus pada pertanyaan yang berkaitan dengan aspek kepercayaan diri, gaya dalam menyelesaikan masalah, dan kontrol pribadi. Pernyataan yang

diajukan untuk mengukur dimensi persepsi keterampilan pemecahan masalah, di antaranya “Setiap kali memiliki masalah, saya percaya mampu menyelesaikannya”, “Saya lebih memilih menghindar daripada menyelesaikan masalah”, “Saya merasa terancam dan takut ketika saya memiliki masalah”, “Saya kesulitan untuk menyelesaikan permasalahan yang ada di dalam hidup saya”, dan “Saya lebih memilih melakukan hal lain seperti bermain games atau membuka media sosial dibanding menyelesaikan permasalahan yang sedang saya hadapi”.

Bagan/Gambar 1. Data Kategorisasi Hasil Preliminary Study



Data hasil survei kemudian ditabulasi dan dilakukan kategorisasi empirik, didapatkan hasil sebagaimana tertera pada **Bagan/Gambar 1**. Terlihat hanya 24% dari total responden yang termasuk dalam kategori tinggi, sisanya masih ada 36% termasuk ke dalam kategori rendah dan 40% kategori sedang. Dari hasil survei ditemukan bahwa masih ada sejumlah 3 dari total responden memilih ‘sangat tidak sesuai’ dan 11 orang dari total responden memilih ‘tidak sesuai’ pada pertanyaan “Setiap kali memiliki masalah, saya percaya mampu menyelesaikannya”, hal ini berarti bahwa 56% dari total responden prelim

memiliki kecenderungan merasa tidak percaya diri untuk menyelesaikan masalahnya. Kemudian, ada 10 dari total responden menjawab ‘sesuai’ dan 5 orang menjawab ‘sangat sesuai’ pada pertanyaan, “Saya lebih memilih menghindar daripada menyelesaikan masalah”, hal ini menunjukkan 60% responden memiliki kecenderungan gaya menghindar (*avoidance style*) dalam penyelesaian masalah. Terakhir, ada 7 orang memilih jawaban ‘sesuai’ dan 5 orang menjawab ‘sangat sesuai’ pada pertanyaan prelim, “Saya lebih memilih melakukan hal lain seperti bermain games atau membuka media sosial dibanding menyelesaikan permasalahan yang sedang saya hadapi”, hal ini menunjukkan masih ada kecenderungan kontrol diri yang buruk dalam diri 48% dari total responden (12 dari 25), karena mereka lebih memilih melampiaskan penghindaran dengan bermain game atau media sosial dibanding segera mencari penyelesaian masalah yang dihadapi.

Pilihan jawaban dari pertanyaan-pertanyaan tersebut menunjukkan bahwa persepsi keterampilan pemecahan masalah dewasa awal masih cenderung kurang positif. Dibuktikan dengan adanya perilaku seperti memilih menghindar ketika mendapati masalah, tidak berorientasi untuk fokus ke penyelesaian permasalahan, merasakan tekanan serta menganggap masalah yang harus diselesaikan sebagai suatu ancaman, dan tidak mampu dalam mengontrol distraksi dalam proses pemecahan masalah. Diperkuat juga dengan data dari hasil survei Hafisyah (2021) ditemukan bahwa pada mahasiswa di Yogyakarta, bahwa 20 dari 33 orang mahasiswa masih kesulitan untuk memecahkan berbagai permasalahannya serta cenderung tidak percaya diri,

kebingungan dan memilih menghindar, tidak berusaha untuk mencari alternatif penyelesaian lain dan putus asa. Selain itu hasil survei yang dilakukan oleh Elvika (2023) pada mahasiswa namun di pulau Sumatera, bahwa 38,55% dari 83 mahasiswa masih memiliki kecenderungan menggunakan strategi *distancing* saat menemukan masalah dan 25,30% bersikap *avoidance* atau menghindar, sehingga ini menunjukkan adanya kecenderungan pemecahan masalah yang kurang adaptif.

Pemecahan masalah yang buruk ini akan berakibat pada rendahnya kualitas diri individu (Cahyani, 2016). Persepsi terhadap kemampuan pemecahan masalah yang tidak positif ini memunculkan banyak dampak buruk. Contohnya dalam ranah pekerjaan, menurut Mayendry (dalam Millennia, 2023) kemampuan pemecahan masalah merupakan salah satu aspek dari kebahagiaan individu dalam pekerjaannya. Sehingga jika kemampuan pemecahan masalah buruk, maka tingkat kebahagiaan dalam pekerjaan juga akan rendah. Di konteks pendidikan termasuk keseharian, ketika individu tidak mampu untuk memecahkan masalah yang dialaminya maka akan memunculkan perasaan frustasi dan tidak berdaya. Hal ini menyebabkan tidak tercapainya kesejahteraan psikologis pada setiap individu (Oktaviani, et. al., 2021).

Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi pemecahan masalah individu, baik itu secara internal maupun eksternal. Faktor internal berkaitan dengan beberapa komponen dan proses kognitif, seperti memori kerja, kemampuan *encoding*, *retrieval*, persepsi terhadap suatu permasalahan, kemampuan metakognitif, dan motivasi (Eskin, 2012; Ormrod, 2017). Selain

itu, Rakhmat (2007) juga menambahkan bahwa faktor yang mempengaruhi pemecahan masalah, di antaranya adalah motivasi, kepercayaan dan sikap yang salah, kebiasaan berpikir, serta emosi. Selain faktor internal, terdapat juga faktor eksternal yang mempengaruhi pemecahan masalah, seperti faktor sosial ekonomi dan kultural (Fatima, 2021; Robertson, 2016; Parker, 1986). Faktor eksternal ini berkaitan dengan tahap pengambilan keputusan dalam pemecahan masalah (Maydeu-Olivares & D'Zurilla, 1995; D'Zurilla & Goldfried, 1971).

Berdasarkan pemaparan tersebut, diketahui bahwa ada beragam faktor yang memengaruhi keterampilan pemecahan masalah. Dalam hal ini, peneliti memandang penting untuk berfokus pada faktor internal, terkhusus yang berhubungan dengan kognisi. Model *executive function* menjelaskan bagaimana fungsi-fungsi kognitif internal berperan sebagai penggerak utama dalam pemecahan masalah yang efektif. Hal ini mendukung prinsip bahwa menyelami proses internal kognitif lebih menentukan daripada sekadar memperhatikan faktor eksternal yang mungkin bersifat stimulus-respons (Buckley et. al., 2014). Salah satu faktor yang berperan dalam persepsi keterampilan pemecahan masalah adalah kebiasaan berpikir (Rakhmat, 2007). Kebiasaan berpikir ini merupakan kecenderungan individu mempertahankan pola pikir tertentu, termasuk dalam memandang suatu permasalahan, ini dapat menimbulkan kemungkinan adanya pola pikir yang kaku (*rigid mental set*) atau justru fleksibel (Rakhmat, 2007). Pola pikir fleksibel ini berhubungan dengan fleksibilitas kognitif.

Fleksibilitas kognitif menurut Dennis & Vander Wal (2010) merupakan kemampuan individu untuk mengubah set kognitif dalam beradaptasi atas berbagai perubahan lingkungan sebagai stimulus yang muncul. Fleksibilitas kognitif ini merupakan kemampuan individu untuk menemukan dan memilih cara yang paling tepat dalam menghadapi sebuah pilihan (Aygun, 2018). Menurut Çetin (2023) fleksibilitas kognitif adalah kemampuan individu dalam memproses kognitifnya setiap kali menemukan kondisi maupun lingkungan yang baru. Aspek dari fleksibilitas kognitif menurut Heger & Kaye (dalam Syah, 2019) adalah adaptasi, keterbukaan dalam berpikir, daya tahan terhadap ketertutupan ranah cipta yang prematur, serta pemikiran kritis. Dengan fleksibilitas kognitif, individu akan menafsirkan ulang suatu hal serta mengadaptasinya menjadi suatu pemikiran yang baru. Kemampuan ini menjadikan individu dapat melakukan cara-cara lain yang berbeda dalam memandang suatu hal (Setyawan, 2020). Dengan demikian, fleksibilitas kognitif berperan penting dalam proses pemecahan masalah.

Dijelaskan lebih lanjut pada penelitian milik Oktaviani, *et al.* (2021) bahwa fleksibilitas kognitif memberikan sumbangan sebesar 70,6% terhadap pemecahan masalah pada individu. Fleksibilitas ini akan menyediakan banyak alternatif solusi bagi individu dalam pemecahan masalah, juga sebagai kemampuan penggunaan informasi ketika keterampilan pemecahan masalah sedang dilatih dan digunakan. Selain itu, penelitian Santosa & Setyawan (2015) menunjukkan bahwa tingginya fleksibilitas kognitif memungkinkan individu untuk beradaptasi dan memiliki sifat-sifat khas yang mampu dengan cepat

mengubah cara-cara berpikirnya. Penelitian Fu & Chow (2016) melengkapi, bahwa individu dengan fleksibilitas kognitif yang tinggi lebih baik dalam menolerir ketidakpastian hidup, berpikir secara konstruktif tentang pengalamannya, serta menghadapi setiap masalah atau tantangan hidup dengan cara yang efektif.

Selain fleksibilitas kognitif, terdapat faktor lain yang dapat memengaruhi persepsi keterampilan pemecahan masalah, yaitu kemampuan metakognitif (Eskin 2012). Kemampuan metakognitif merupakan kemampuan refleksi diri dari proses kognitif yang sedang berlangsung dan memiliki peran penting dalam kesadaran individu, serta mengontrol apa yang sedang dipikirkan olehnya (Murti, 2011). Flavell (1979) mendefinisikan metakognitif ini sebagai kemampuan untuk menyadari proses atau pun pengetahuan kognitif sendiri. Secara singkat, Couchman et al. (2009) menjelaskan bahwa metakognitif merupakan proses yang berlangsung di atas proses kognitif biasa, karena melakukan beberapa peran dari fungsi eksekutif, seperti memantau progres tugas serta memulai strategi baru jika progres tersebut terhambat. Adapun aspek dari metakognitif menurut Flavell (1979) adalah pengetahuan metakognitif dan pengalaman metakognitif. Pengetahuan metakognitif merupakan pengetahuan serta kepercayaan yang dimiliki individu mengenai suatu hal termasuk kemampuan kognitifnya sendiri. Adapun, pengalaman metakognitif merujuk pada kesadaran kognitif akan pengalaman yang berkaitan dengan usaha intelektual yang dimilikinya dalam menyelesaikan persoalan.

Sebagai gambaran mengenai hubungan metakognitif dengan keterampilan pemecahan masalah, hasil penelitian Pamungkasari, et al. (2007) menjelaskan bahwa peningkatan kemampuan metakognitif akan meningkatkan keterampilan pemecahan masalah. Kemampuan metakognitif tersebut mengkompensasi kecerdasan individu dalam proses pemecahan masalah. Kemudian, pada penelitian Rahayu (2018) dijelaskan bahwa individu dengan kemampuan metakognitif yang baik, lebih mampu memantau dan mengevaluasi proses dirinya dalam pemecahan masalah. Penelitian lainnya oleh Guner & Erbay (2021) menunjukkan bahwa kemampuan metakognitif memberi efek yang signifikan terhadap proses pemecahan masalah. Kemampuan metakognitif tersebut memungkinkan individu untuk menyeleksi setiap strategi dan menemukan solusi terbaik. Dalam konteks strategi *trial and error*, kemampuan metakognitif ini membantu individu agar lebih memahami bagaimana, kapan, dan mengapa harus menggunakan strategi tertentu yang lebih efektif dalam menyelesaikan permasalahan (Dye & Stanton, 2017).

Berdasarkan uraian data tersebut, diketahui bahwa keterampilan pemecahan masalah termasuk tema yang penting untuk diteliti lebih lanjut, sebagai salah satu keterampilan diri. Keterampilan ini berperan penting bagi dewasa awal dalam menjalani kehidupannya serta untuk menghadapi tantangan kompleks dalam rangka memenuhi tugas perkembangannya. Selain itu, banyak riset yang membuktikan bahwa fleksibilitas kognitif dan kemampuan metakognitif berperan terhadap keterampilan pemecahan masalah. Namun, sejauh penelusuran peneliti terhadap beberapa artikel jurnal, di Indonesia

masih sedikit riset yang menggabungkan variabel-variabel tersebut dalam penelitian.

Selanjutnya, pulau Jawa merupakan salah satu pulau dengan populasi terpadat di Indonesia yang dihuni oleh sekitar 56,1% dari total populasi nasional (BPS, 2021). Selain padat secara penduduk, keberagaman di Pulau Jawa dapat mencerminkan dinamika sosial, ekonomi, dan pendidikan yang kompleks. Keberagaman tersebut dapat berkontribusi pada variasi karakteristik individu, khususnya dewasa awal yang rata-rata individu tengah menjalani peran sebagai pelajar Sekolah Menengah Atas, mahasiswa, atau pekerja baru, setelah lulus kuliah. Peran-peran ini tentunya penuh dengan tantangan, oleh karenanya diperlukan persepsi yang positif terhadap kemampuan dalam memecahkan masalah untuk dapat menghadapi berbagai tantangan hidup dalam keseharian tersebut secara adaptif.

Sehingga, peneliti tertarik untuk meneliti secara lebih lanjut apakah terdapat hubungan antara fleksibilitas kognitif dan kemampuan metakognitif dengan persepsi keterampilan pemecahan masalah pada dewasa awal di pulau Jawa.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara fleksibilitas kognitif dan kemampuan metakognitif dengan persepsi keterampilan pemecahan masalah (*perceived problem-solving skills*) pada dewasa awal.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan telaah teoritis sehingga mampu berkontribusi terhadap perkembangan keilmuan psikologi, terkhusus psikologi kognitif, biopsikologi dan konseling yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap keterampilan pemecahan masalah (*self-appraisal* baik dalam konteks kognitif maupun konseling), serta hubungannya dengan fleksibilitas kognitif dan kemampuan metakognitif.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan baru kepada para responden terkait hubungan fleksibilitas kognitif dan kemampuan metakognitif dengan persepsi keterampilan pemecahan masalah pada dewasa awal. Sehingga dewasa awal lebih mawas mengenai bagaimana mereka memersepsi dan menilai potensi diri dalam memecahkan masalah dengan persepsi yang positif sebagai bekal untuk kesuksesan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan dalam keseharian.

b. Bagi Pembaca/Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman para pembaca bahwa persepsi individu terhadap kemampuannya dalam

memecahkan masalah dapat memengaruhi bagaimana mereka menghadapi tantangan hidup.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya, baik sebagai acuan tambahan ataupun perbandingan, terkait tema persepsi keterampilan pemecahan masalah, fleksibilitas kognitif, dan kemampuan metakognitif.



D. Keaslian Penelitian

Untuk mengukur keaslian penelitian, peneliti melakukan penelusuran literatur terhadap beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan tema keterampilan pemecahan masalah, fleksibilitas kognitif dan metakognitif,. Hasil dari penelusuran tersebut disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 1. Literature Review

No	Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1	Aljaberi, M. N. & Gheith, Eman.	The relationship between University Students' Level of Metacognitive Thinking and Their Ability to Solve Mathematical and Scientific Problem	2015	Metakognitif Awareness (Schraw & Dennison, 1994).	kuantitatif korelasional	<i>Metacognitive Awareness Inventory</i> (Schraw & Dennison, 1994) Mathematical and Scientific Problem Solving Test (MPS & SPS) Test	Subjek berjumlah 172 mahasiswa semester pertama Petra University di Jordania tahun akademik 2013/2014, dengan mahasiswa laki-laki sebanyak 48 dan 124 perempuan.	Hasil penelitian juga menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara pemecahan masalah matematis dengan faktor spesifik dari metakognitif seperti pengetahuan prosedural, evaluasi, <i>fault picking</i> , dan mengatur cara berpikir. Namun tidak ditemukan korelasi yang signifikan antara tingkat kemampuan metakognitif dengan kemampuan pemecahan masalah saintifik.

No	Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
2	Oktaviani N. N., <i>et al..</i>	Hubungan Antara Fleksibilitas Kognitif dengan Keterampilan Pemecahan Masalah pada Mata Pelajaran Biologi di MAN Kota Tasikmalaya	2020	<i>Cognitive Flexibility</i> (Dennis Vander Wal, 2010) <i>Problem Solving</i> (D'Zurilla & Goldfried, 1971)	kuantitatif korelasional.	<i>Cognitive Flexibility Inventory</i> oleh Dennis dan Vander Wal (2010) Instrumen keterampilan pemecahan masalah disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan <i>stage of problem solving</i> (D'Zurilla & Goldfried, 1971)	Subjek sebanyak 28 orang yang diambil dengan teknik purposive sampling dari kelas X MIA di MAN 1 Kota Tasikmalaya	Terdapat hubungan antara fleksibilitas kognitif dengan keterampilan pemecahan masalah yang ditandai dengan fleksibilitas kognitif dengan keterampilan pemecahan masalah sebesar 0,840 (<i>pearson correlation</i>), kontribusi dari fleksibilitas kognitif terhadap keterampilan pemecahan masalah sebesar 70.6%
3	Aygun, H. E.	The Relationship Between Pre-Service Teachers' Cognitive Flexibility and	2018	<i>Cognitive Flexibility</i> (Dennis & Vander Wal, 2010) <i>Interpersonal Problem Solving</i> (Cam & Tumkaya, 2007)	kuantitatif korelasi	<i>Cognitive Flexibility Inventory</i> (Dennis & Wal, 2010) dan diadaptasi dengan Bahasa dan	Subjek pada penelitian ini adalah 531 orang guru prajabatan yang sedang menempuh	Dalam riset ini ditemukan bahwa terdapat hubungan yang lemah antara kemampuan fleksibilitas kognitif dan kemampuan pemecahan masalah. Namun, ditemukan adanya

No	Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
		Interpersonal Problem Solving			Budaya Turki oleh Sapmaz & Dogan (2013), <i>Interpersonal Problem Solving Inventory</i> (Cam & Tumkaya, 2007).	masa belajar pada Departemen Pelatihan Guru sebuah Universitas di Wilayah Marmara, Turki.	korelasi positif antara dimensi alternatif dari fleksibilitas kognitif dengan faktor kemampuan pemecahan masalah konstruktif.	
4	Bariyyah, K.	Problem Solving Skills: Essential Skills Challenges for the 21st Century Graduates	2021	<i>Problem Solving Skill</i> (Kraft, 2019)	Kuantitatif deskriptif	Instrumen yang digunakan adalah skala student <i>problem solving skills</i> yang dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Kraft (2019).	Subjek berjumlah 300 orang mahasiswa yang dipilih dengan teknik <i>stratified random sampling</i>	Penelitian ini menemukan beberapa hasil di antaranya, ditemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara tingkat keterampilan <i>problem solving</i> mahasiswa laki-laki dan perempuan (ditinjau dari jenis kelamin), juga tidak ada perbedaan yang signifikan dari keterampilan problem solving yang ditinjau dari status perkembangan mahasiswa (remaja akhir dan dewasa awal), tetapi ditemukan adanya

No	Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
5	Guner, P., & Erbay, H. N.	Metacognitive Skill and Problem Solving	2021	Metacognitive model activity during problem solving (Goos et al., 2000)	Kuantitatif	Pertanyaan yang disusun berdasarkan model aktivitas metakognitif selama pemecahan masalah (Goos, et. al., 2000)	37 orang siswa kelas 8 Sekolah Menengah di Wilayah Anatolia Timur, Turki	perbedaan tingkat keterampilan <i>problem solving</i> Mahasiswa usia 23 tahun dibanding yang lainnya, menunjukkan nilai yang signifikan.
6	Çetin, I., Padir, M. A., Çogaltay, N.	Examining the Relationship Between Cognitive	2023	<i>Cognitive Flexibility</i> (Dennis & Vander Wal, 2010)	Kuantitatif dengan desain penelitian korelasional	<i>Cognitive Flexibility Inventory</i> (Dennis &	Responden terdiri dari 311 siswa dari sekolah-	Penelitian menunjukkan hasil bahwa secara keseluruhan, fleksibilitas kognitif berkorelasi secara

No	Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
		Flexibility and Effective Problem Solving Skills in School Principals: A Canonical Correlation Analysis		<i>Problem Solving</i> (Heppner & Peterson, 1982)		Vander Wal, (2010) <i>Problem Solving Inventory</i> (PSI) (Heppner & Peterson, 1982)	sekolah di Turki	positif dengan kemampuan efektif problem solving siswa.
7	Jaleel, S., & Premachandran, P	A Study on the Metacognitive Awareness of Secondary School Students	2016	Metacognitive awareness (Sindu, P. G., 2016).	Kuantitatif Survey normatif	<i>Metacognitive Awareness Inventory</i> (MAI) oleh Sindu P. G. (2016).	Responden berjumlah 180 siswa Sekolah Menengah Atas yang ada di Kota Kottayam, India.	Kemampuan metakognitif siswa perlu untuk selalu dikembangkan karena kemampuan tersebut sangat membantu siswa untuk meningkatkan performa mereka di kelas dan meningkatkan capaian akademik.
8	Utami, D.D., Setyosari, P., Fajarianto, O., Kamdi, W., & Ulfa, S.	The Correlation between Metacognitive and Problem Solving Skills among Science Students	2023	<i>Metacognitive awareness</i> (Schraw & Dennison, 1994) <i>Problem Solving</i> (Synder & Synder, 2008)	Kuantitatif dengan metode korelasi	<i>Metacognitive Awareness Inventory</i> (MAI) Schraw & Dennison (1994)	Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 32 mahasiswa dari jurusan sains di Universitas Negeri	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara metakognitif dan kemampuan <i>problem solving</i> , siswa dengan kemampuan metakognitif

No	Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
9	Idawati, Setyosari, P., Kuswandi, D., & Ulfa S.	Investigating the effect of problem-solving method and cognitive flexibility on improving university students' metacognitive skills	2020	<i>Cognitive Flexibility</i> (Dennis & Vander Wal, 2010). <i>Metacognitive Awareness</i> (Schraw & Dennison, 1994)	Penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperimental	tes problem solving yang disesuaikan dengan mata kuliah sains.	Malang, Indonesia	yang tinggi memiliki kemampuan <i>problem solving</i> yang lebih baik dalam menyelesaikan tugasnya.
						<i>Cognitive Flexibility Inventory</i> (Dennis & Vander Wal, 2010). <i>Metacognitive Awareness Inventory</i> (Shcraw & Dennison, 1994).	Sampel dalam penelitian merupakan 144 orang mahasiswa sarjana prodi Pendidikan guru sekolah dasar di universitas yang ada di Indonesia	Mahasiswa dengan level fleksibilitas kognitif yang tinggi mampu mengembangkan skill metakognitif mereka dengan lebih cepat, serta mampu menghasilkan hasil belajar yang lebih baik, dibanding mereka dengan level flekvibilitas kognitif yang rendah. Mahasiswa dengan fleksibilitas kognitif yang rendah memiliki kemampuan berpikir yang lebih lambat. Temuan lainnya yaitu mahasiswa yang menggunakan metode <i>problem-solving</i> dalam belajar lebih baik dan cepat dalam mengembangkan

No	Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
10	Sucu, B. T., & Bedel, A.	The Investigation of university students social problem-solving skills in term of perceived parental attitudes and cognitive flexibility level	2021	<i>Social Problem Solving</i> (D'Zurilla, et. al., 2002), <i>Parental Attitude</i> (Kuzgun, Y., 1972) <i>Cognitive Flexibility</i> (Dennis & Vander Wal, 2010)	Kuantitatif korelasional	<i>Sosyal Problem Çözme Envanteri Kisa Formu</i> (SPÇE- KF) yang diadaptasi oleh Çekici (2009) ke dalam versi bahasa dan budaya Turki dari <i>Social Problem-Solving Inventory-Revised.</i> <i>Anne Baba Tutum Ölçeği</i> (ABTÖ), yang merupakan pengembangan dari Kuzgun (1972).	Sampel penelitian adalah 574 orang mahasiswa universitas di Kayseri, Turki	metakognitif skill mereka dibanding yang belajar dengan metode diskusi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gaya pengasuhan demokratis pada mahasiswa (perempuan) lebih tinggi daripada mahasiswa (laki-laki). Hasil juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara gaya pengasuhan dan fleksibilitas kognitif dengan pemecahan masalah sosial sebesar 46% dari total variansi. Gaya pengasuhan mempengaruhi keterampilan pemecahan masalah sosial para mahasiswa, ketika gaya pengasuhan demokratis maka keterampilan pemecahan masalah pada individu akan meningkat, begitu pun gaya pengasuhan protektif mengurangi

No	Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
						<i>Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE)</i> yaitu versi adaptasi Turki dari <i>Cognitive Flexibility Inventory (CFI)</i> , diadaptasi oleh Güllüm and Dağ (2012)		keterampilan pemecahan masalah. Selain itu, dimensi fleksibilitas kognitif yaitu alternatif dan kontrol mempengaruhi total skor dari social problem solving.
11	Kalia, V., Fuesting, M., & Cody, M.	Perseverance in solving Sudoku: role of grit and cognitive flexibility in problem solving.	2019	<i>Problem Solving</i> (Newell & Simon, 1972). <i>Grit</i> (Duckworth et. al. 2007). <i>Flexibility</i> (Berg & Grant, 1948)	Kuantitatif dengan desain eksperimental	Teka-teki sudoku dari <i>Livewire Puzzles</i> , yang terdiri dari level mudah (49 kotak), moderat (54 kotak), dan sangat sulit (58 kotak) <i>Grit Questionnaire</i> (Duckworth & Quinn, 2009)	Studi 1: partisipan merupakan 107 orang mahasiswa sarjana Studi 2: Partisipan berjumlah 124 orang mahasiswa sarjana.	Hasil menunjukkan bahwa grit memengaruhi proses kognisi tingkat tinggi. Penelitian ini menunjukkan bahwa grit mungkin terlibat dalam kognisi tingkat tinggi, khususnya dalam penelitian ini, yaitu <i>grit-perseverance</i> (ketekunan). Individu dengan <i>grit-perseverance</i> yang tinggi dapat bertahan dengan tugas yang sulit namun secara tidak fleksibel sehingga

No	Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
12	Fjaellingsdal, G. T., Vesper, C., Fusaroli, R., & Tylén, K.	Diversity Promotes Abstraction and Cognitive Flexibility in	2021	Group diversity (Van Knippenberg & Schipper, 2007)	Penelitian eksperimental	Computer based test yang diadaptasi dari <i>The Alien Categorization</i>	Partisipan berjumlah 225 yang terdiri dari 111 perempuan	Hasil menunjukkan bahwa interaksi sosial dan keberagaman kognitif memiliki efek terhadap proses abstraksi dan

No	Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
		Collective Problem-Solving		<p><i>Flexibility</i> (Berg & Grant, 1948)</p> <p><i>Problem solving</i> (Newell & Simon, 1972)</p>		<p><i>Game</i> (Tylen et al., 2020) dan terinspirasi dari WCST.</p> <p><i>Big Five Inventory</i> (BFI) yang disusun oleh John & Srivastava (1999)</p> <p><i>Intrinsic Motivation Inventory</i> (IMI) yang diadaptasi, , dari McAuley et al. (1989) dan Monteiro et al. (2015)</p>	<p>sisanya adalah laki-laki. Didapatkan dari database lab kognisi dan perilaku Aarhus University, Denmark.</p>	fleksibilitas kognitif. Kelompok dengan perlakuan berupa pelatihan yang berbeda lebih unggul daripada kelompok dengan pelatihan serupa dan individu yang bekerja sendiri.
13	Siregar, R. N., Suryadi, D., Prabawanto, S., & Mujib, A.	Cognitive flexibility of students in solving mathematical problems: a	2022	<i>Cognitive Flexibility</i> (Crosbie et al., 2009)	Studi fenomenologi dengan pendekatan kualitatif	Tes kemampuan pemecahan masalah yang disusun oleh peneliti dengan indikator	Sampel penelitian berupa 15 orang siswa SMP di Sumatera	Ditemukan bahwa kapasitas siswa dalam menyelesaikan tugas yang diberi untuk melatih fleksibilitas kognitif bervariatif tergantung pada karakteristik mereka.

No	Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
		phenomenology study						
14	Laureiro-Martinez, D., & Brusoni, S.	Cognitive flexibility and adaptive decision-making: evidence from a laboratory study of expert decision-makers	2018	Cognitive Flexibility (Raes et al., 2011)	Quasi eksperimen	Raven Test	Utara, Indonesia, yang terdiri dari 6 orang laki-laki dan 7 orang perempuan	Siswa dengan fleksibilitas kognitif yang tinggi mampu mengerjakan soal aritmatika sosial dengan baik dan beberapa model cara penyelesaian, sedangkan siswa dengan fleksibilitas kognitif yang rendah tidak.

Dari pemaparan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya tersebut, peneliti menemukan adanya beberapa persamaan dan perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Berikut uraian lebih detail terkait keaslian dari penelitian ini.

1. Keaslian Topik Penelitian

Penelitian ini mengangkat topik keterampilan pemecahan masalah yang dihubungkan dengan fleksibilitas kognitif dan kemampuan metakognitif yang belum pernah diteliti sebelumnya. Penelitian dengan topik keterampilan pemecahan masalah (*problem solving*) beberapa kali telah diteliti baik di Indonesia (Oktaviani *et al.*, 2021; Bariyyah, 2021; Utami *et al.*, 2023), maupun di luar negeri (Aljaberi, M. N. & Gheith, E., 2015; Aygun, 2018; Guner, P., & Erbay, H. N., 2021; Çetin *et al.*, 2023). Namun, biasanya hanya menghubungkan variabel keterampilan pemecahan masalah dengan satu variabel bebas saja, seperti pada penelitian Oktaviani, *et al.* (2021), Çetin, *et al.* (2023), dan Aygun (2018) yang hanya meneliti hubungan keterampilan pemecahan masalah dengan fleksibilitas kognitif, atau penelitian oleh Aljaberi, M. N. dan Gheith, E. (2015), , dan Utami, *et al.* (2023) hanya meneliti hubungan antara keterampilan pemecahan masalah dengan kemampuan metakognitif saja. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kebaharuan topik berupa hubungan dari ketiga variabel. Selain itu, penelitian sebelumnya hanya berfokus pada pemecahan masalah dalam ranah pendidikan, artinya hanya masalah seputar akademik, sedangkan dalam penelitian ini pemecahan masalah diartikan secara lebih

luas terkait permasalahan umum dan keseharian dalam konteks keterampilan berpikir pada dewasa awal.

2. Keaslian Teori

Penelitian ini menggunakan teori keterampilan pemecahan masalah dari Heppner dan Peterson (1982), yang menekankan pada dimensi persepsi individu dalam memecahkan masalah: *problem-solving confidence*, *approach-avoidance style*, dan *personal control*. Kemudian untuk fleksibilitas kognitif mengacu pada teori dari Dennis dan Vander Wal (2010) dan kemampuan metakognitif mengacu pada teori dari Schraw dan Dennison (1994). Ketiga teori tersebut telah digunakan oleh beberapa penelitian sebelumnya (Idawati, et al., 2020; Utami, 2023; Cetin, et al., 2023). Sehingga dari segi teori, penelitian tidak ada kebaharuan karena penelitian ini menggunakan teori yang sama dengan beberapa penelitian sebelumnya. Meski demikian, penelitian ini menekankan dimensi persepsi individu dalam memecahkan masalah bukan menilai secara kinerja seperti model pemecahan masalah objektif pada beberapa penelitian sebelumnya yang bersetting pendidikan dengan fokus mata pelajaran tertentu.

3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur *Cognitive Flexibility Inventory* (CFI) yang disusun oleh Dennis dan Vander Wal (2010) dan sudah diadaptasi ke dalam versi bahasa Indonesia oleh Rahayu et al. (2022) untuk mengukur variabel fleksibilitas kognitif. Adapun, variabel kemampuan metakognitif diukur dengan skala yang dikembangkan oleh

peneliti berdasarkan aspek-aspek metakognitif menurut Schraw & Dennison (1994). Begitu pun variabel persepsi pemecahan masalah diukur menggunakan skala yang dikembangkan oleh peneliti dari Problem Solving Inventory milik Heppner dan Peterson (1982). Alat ukur persepsi pemecahan masalah ini berfokus pada ukuran proses, bukan ukuran hasil. Artinya, alat ukur ini hanya menilai aktivitas kognitif dan perilaku individu (meliputi sikap, keterampilan berpikir dalam hal menyusun strategi) bukan menilai kualitas solusi efektif atau mengukur performa dalam memecahkan masalah. Dengan demikian, kebaruan dalam penelitian ini yaitu adanya kombinasi dari penggunaan ketiga alat ukur dalam penelitian berupa *Problem Solving Inventory*, *Cognitive Flexibility Inventory*, dan skala metakognitif.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Pada penelitian ini subjek adalah dewasa awal, yaitu individu dengan rentang usia 18-25 tahun yang mengacu pada teori Santrock (2006). Beberapa penelitian terdahulu (Aljaberi & Gheith, 2015; Bariyyah, 2021), telah menggunakan subjek dengan rentang usia tersebut, yakni usia dewasa awal, seperti pada penelitian. Dalam penelitian-penelitian tersebut subjek secara spesifik adalah para dewasa awal yang berada di *setting* pendidikan, yakni para mahasiswa. Sedangkan dalam penelitian ini, karakteristik subjek tidak dibatasi hanya dalam *setting* pendidikan seperti para mahasiswa, tetapi dapat juga para pekerja atau karyawan. Sehingga, dalam penelitian ini ada kebaruan berdasarkan karakteristik dari subjek penelitian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Fleksibilitas kognitif dan metakognitif memiliki hubungan positif yang signifikan dengan persepsi keterampilan pemecahan masalah pada dewasa awal di Pulau Jawa. Semakin tinggi fleksibilitas kognitif dan kemampuan metakognitif, maka akan semakin positif persepsi yang dimiliki terkait keterampilan dalam memecahkan masalah. Fleksibilitas kognitif dan metakognitif meningkatkan keyakinan diri dewasa awal dalam memecahkan masalah sehingga memungkinkan dewasa awal memiliki gaya menghadapi masalah yang positif atau adaptif, bukan menghindar.
2. Secara parsial terdapat korelasi positif yang signifikan antara fleksibilitas kognitif dengan persepsi keterampilan pemecahan masalah dewasa awal.
3. Secara parsial terdapat korelasi positif yang signifikan antara kemampuan metakognitif dengan persepsi keterampilan pemecahan masalah pada dewasa awal.
4. Sumbangan efektif simultan fleksibilitas kognitif dan kemampuan metakognitif terhadap keterampilan pemecahan masalah sebesar 58,8%. Varians dijelaskan oleh persepsi keterampilan, bukan keterampilan aktual. Hal ini membuktikan bahwa fleksibilitas kognitif dan kemampuan metakognitif berkontribusi terhadap persepsi individu tentang

keterampilan pemecahan masalah. Individu dengan fleksibilitas berpikir dan metakognitif yang tinggi akan memiliki persepsi lebih positif dalam hal keyakinan, kontrol dan gaya menghadapi masalah yang dihadapi dalam kehidupan dewasa awal.

5. Ditinjau dari jenis kelamin, tidak terdapat perbedaan tingkat keterampilan pemecahan masalah yang signifikan pada dewasa awal di Pulau Jawa.
6. Terdapat perbedaan kemampuan metakognitif yang signifikan pada dewasa awal di Pulau Jawa berdasarkan jenis kelamin dengan *effect size* sebesar 0,29. Dewasa awal berjenis kelamin laki-laki memiliki tingkat kemampuan metakognitif yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan.

B. Saran

Berdasarkan temuan yang telah dipaparkan serta keterbatasan pada penelitian ini, berikut beberapa saran yang dapat peneliti berikan.

1. Bagi Responden Penelitian

Dalam hasil penelitian ini, menunjukkan bahwa persepsi responden dalam menilai keterampilan pemecahan masalah yang mereka miliki cenderung positif karena berada di kategori sedang dan tinggi. Oleh karena itu, disarankan bagi para responden untuk mempertahankan dan senantiasa berusaha memiliki persepsi positif terhadap keterampilan tersebut dengan cara membiasakan diri untuk berpikir secara fleksibel, adaptif, serta senantiasa berusaha memahami, merefleksikan, dan mengontrol proses berpikirnya, sebagai salah satu bekal untuk menjalani kehidupan dewasa

yang kompleks dan penuh masalah. Oleh karena itu, penting bagi responden untuk melatih refleksi diri, monitoring dan regulasi diri agar persepsi mereka lebih realistik.

2. Bagi Pembaca/Masyarakat

Hasil penelitian ini menunjukkan urgensi mengenai kesadaran masyarakat terhadap kompleksitas kehidupan dewasa awal yang penuh tantangan perlu didukung dengan adanya cara pandang yang betul terhadap suatu realita. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru kepada para pembaca/masyarakat, khususnya kelompok dewasa awal, mengenai fleksibilitas kognitif, kemampuan metakognitif dan persepsi keterampilan pemecahan masalah. Sehingga pembaca dapat lebih mawas diri terhadap pentingnya membangun kepercayaan dan keyakinan diri dalam memersepsikan kemampuannya terhadap proses memecahkan masalah. Karena cara pandang akan berpengaruh pada cara individu dalam mencerna realitas yang ada dalam proses menyelesaikan permasalahan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan rujukan bagi peneliti selanjutnya, baik sebagai acuan tambahan atau pun perbandingan untuk melakukan pengembangan penelitian di bidang psikologi kognitif khususnya yang berkaitan dengan tema pemecahan masalah, fleksibilitas kognitif, dan kemampuan metakognitif. Peneliti selanjutnya dapat melakukan pengembangan penelitian dengan menambahkan variabel bebas lainnya yang secara teori dapat dijadikan sebagai prediktor bagi pemecahan

masalah, misalnya intelegensi atau memori, termasuk juga dimensi lain di luar kognitif seperti emosi dan motivasi. Disarankan juga agar peneliti selanjutnya menggunakan model objektif yang mengukur performa individu dalam pemecahan masalah dengan tes pengukuran kinerja, sehingga tidak hanya mengetahui persepsi individu terhadap kemampuan memecahkan masalahnya tetapi juga tingkat kemampuan dalam area keterampilan tertentu secara lebih nyata.

Selain itu, penggunaan metode penelitian lain yang lebih komprehensif sangat perlu untuk dipertimbangkan guna didapatkan hasil temuan penelitian yang lebih kaya dan terbebas dari bias karena pengambilan data lebih terkontrol, misalnya dengan metode penelitian eksperimen. Peneliti selanjutnya dapat melakukan uji komparatif untuk membandingkan strategi atau model tetentu dalam menjelaskan keterampilan pemecahan masalah. Terutama pengukuran yang memang berbasis hasil, sehingga instrumen berupa tes kerja yang mengukur performa responden dalam keterampilan pemecahan masalah, bukan hanya persepsi saja. Selain itu, dapat mempertimbangkan pula penggunaan pengukuran neurofisiologis seperti EEG atau MEG, sehingga data yang diperoleh lebih lengkap dalam menjelaskan model pemecahan masalah bukan hanya pada aspek kognitif dan keterampilan individu tapi juga dapat mengidentifikasi dan menjelaskan area otak tertentu secara lebih spesifik dalam mengukur kinerja individu pada proses pemecahan masalah.

Jika pendekatan penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk menjangkau responden dengan jumlah yang lebih banyak lagi, termasuk mengusahakan keseimbangan jumlah responden berdasarkan jenis kelamin. Juga dengan menggunakan populasi yang lebih luas, tidak hanya di Pulau Jawa. Sehingga generalisasi atau proses penarikan kesimpulan dari hasil penelitian dapat lebih relevan dan memiliki dampak yang jauh lebih signifikan bagi kehidupan khalayak.



DAFTAR PUSTAKA

Ahmaddien, I., & Syarkani, Y. (2019). *Statistika terapan dengan sistem SPSS*. ITB Press.

Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, (30) 2: 217-237.

Aljaberi, N. M., & Geith, E. (2015). The relationship between university students' level of metacognitive thinking and their ability to solve problem. *American International Journal of Contemporary Research*, 5(3), 121-134.

Anggraini, W., Dewi, R., & Astuti, W. (2023). Kontrol diri pada remaja pengguna Tik Tok. *Insight: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2): 96-103.

Artawijaya, L. M., & Supratiwi, M. (2024). Cognitive flexibility and resilience in adolescents: exploring gender differences and cultural implications. *Nusantara Journal of Behavioral and Social Science*. 3(4), 2024; 151-160.

Astutiani, R., & Isnarto, I. (2021). Problem solving ability considered by self-confidence in digital media assisted online learning. *Kreano: Jurnal Matematika Kreatif-Inovatif*, 12(2), 323-334.

Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2021). *Dasar-dasar psikometrika (Edisi II)*. Pustaka Pelajar.

Badan Pusat Statistik. (2021). Berita resmi statistik: hasil sensus penduduk 2020. BPS-Statistik Indonesia. Kementerian Dalam Negeri.

Bariyyah, K. (2021). Problem solving skills: essential skills challenges for 21st century graduates. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 7(1), 71-80.

Berardi-Coletta, B., Buyer, L. S., Dominowski, R. L., & Rellinger, E. R. (1995). Metacognition and problem solving: A process-oriented approach. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 21(1), 205–223.

Borgonovi, F., Han, S. W., & Greiff, S. (2023). Gender differences in collaborative problem solving-skills in a cross-country perspective. *Journal of Educational Psychology*, 115(5), 747-766.

Brooks J. (2022). The art of problem solving and its translation into practice. *Bdj in Practice*, 35(9), 21–23.

Brown, A. L. (1980). Metacognition development and reading. In Spiro. Rj. Bruce. Bc. & W. F. Brewer (ed.). *Theoretical Issue in Reading Comprehension*. Erlbaum.

Buckley, J., Cohen, J. D., Kramer, A. F., McAuley, E., & Mullen, S. P. (2014). Cognitive control in the self-regulation of physical activity and sedentary behavior. *Frontiers in human neuroscience*, 8, 747.

Cahyadi, M. R., Ariansyah, F., & Santiago, P. V. da S. (2023). Analysis of using pattern finding strategies skills in mathematical problem-solving viewed from gender differences. *Delta-Phi: Jurnal Pendidikan Matematika*, 1(1), 06–10.

Cañas, J., et. al. (2006). Cognitive flexibility. In W. Karwowski, *International encyclopedia of ergonomics and human factors* (pp 297-300). CRC Press.

Casey, B. J., Jones, R. M., & Hare, T. A. (2008). The adolescent brain. *The Newyork Academy of Sciences*, 1124(1), 111-126.

Çetin, İ., Padır, M. A., & Çoğaltay, N. (2023). Examining the relationship between cognitive flexibility and effective problem-solving skills in school principals: a canonical correlation analysis. *İnsan Ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 12(5), 2442-2457.

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Couchman J. J., Coutinho, M. V. C., Beran M. J., & Smith J. D. (2009). Metacognition is prior. *Behavioral and Brain Sciences*, 32(2), 142-142.

Creswell, J. W., & Creswell J. D. (2018). *Research design: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.

D'Zurilla, T. J., & Goldfried, M. R. (1971). Problem solving and behaviour modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78(1), 107-126.

D'Zurilla, T. J., & Maydeu-Olivares, A. (1995). Conceptual and methodological issues in social problem-solving assessment. *Behavioral Therapy*, 26, 409-432.

Darvishi, N., Farhadi, M., Azmi-Naei, B., & Poorolajal, J. (2023). The role of problem-solving skills in the prevention of suicidal behaviors: A systematic review and meta-analysis. *PloS one*, 18(10), e0293620.

Davidson, J. E., Deuser, R., & Sternberg, R. J. (1994). The role of metacognition in problem solving. In J. Metcalfe & A. P. Shimamura (Eds.), *Metacognition: Knowing about knowing* (pp. 207–226). The MIT Press.

Dennis, J. & Vander Wal, J. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cogn Ther Res*. 34. 241-253.

Dunlosky, J. (2009). *Metacognition: a textbook for cognitive, educational, life span & applied psychology*. Sage Pub.

Elvika, R. R., & Tanjung, R. F. (2023). Analisis strategi *coping* generasi z: tinjauan terhadap *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping*. *Berkala kajian konseling dan ilmu keagamaan*, 10(1), 19-31.

Esen-aygun, H. (2018). The relationship between pre-service teachers' cognitive flexibility and interpersonal problem-solving skills. *Eurasian Journal of Educational Research*, 18(77), 105-128.

Eskin, M. (2012). *Problem solving therapy in the clinical practice*. Elsevier Insight.

Fatima, S. (2021). Problem solving. In: Shackelford, T.K., Weekes-Shackelford, V.A. (eds) *Encyclopedia of evolutionary psychological science*. Springer.

Fjaellingsdal, G. T., & Vesper, C., Fusaroli, R., & Tylén, K. (2021). Diversity promotes abstraction and cognitive flexibility in collective problem solving. *PsyArXiv*.

Flavell, J. H. (1976). Metacognitive aspect of problem solving. In L. B. Resnick (Ed.), *The nature of intelligence* (pp. 231-235). Laurence Erlbaum.

Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive development inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906-911.

Fu, F., & Chow, A. (2016). Traumatic exposure and psychological well-being: the moderatin role of cognitive flexibility. *Journal of Loss and Trauma*, 22(1), 24-35.

George, D. & Mallory, P. (2019). *IBM SPSS statistics 26 step by step: a simple guide and reference 16th Ed.* Routledge.

Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariat dengan program IBM SPSS 25 Edisi 9*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Gravetter, F. J., & Forzano, L. B. (2012). *Research methods for the behavioral sciences* (4th Ed.). Cengage Learning.

Güner, P. & Erbay, H. N. (2021). Metacognitive skills and problem-solving. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)*, 7(3), 715-734.

Hafisyah, P. (2021). *Hubungan antara fleksibilitas kognitif dan kecerdasan emosi dengan persepsi problem solving pada mahasiswa*. (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga)

Heppner, P. P., & Petersen, C. H. (1982). The development and implications of a personal problem-solving inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29(1), 66-75.

Hidayati, Y., Rosidi, I., & Hadi, W. P. (2019). The identification problem-solving abilities based on gender: implementation teaching science through guided discovery model's in Bangkalan District. *Journal of Physic*, 1227.

Hurlock, E. B. (2008). *Development psychology: a life-span approach, (Terjemahan Edisi Ke-5)*. Penerbit Erlangga.

Idawati, Setyosari, P., Kuswandi, D., & Ulfa, S. (2020). Investigating the effects of problem-solving method and cognitive flexibility on improving university students' metacognitive skills. *Journal for the Education of Gifted Young Scientists*, 8(2), 651-665.

Jakhar, L. R. (2019). Gender as a predictor of difference in problem-solving ability of the students. *Shanlax International Journal of Arts, Science and Humanities*, 6(4), 52–55

Jaleel, S., & Premachandran. P (2016). A Study on the metacognitive awareness of secondary school students. *Universal Journal of Educational Research*, 4(1), 165 - 172.

Johnco, C., Wuthrich, V. M., & Rapee, R. M. (2014). Reliability and validity of two self-report measures of cognitive flexibility. *Psychological assessment*, 26(4), 1381–1387.

Kalia, V., Fuesting, M., & Cody, M. (2019). Perseverance in solving Sudoku: role of grit and cognitive flexibility in problem solving. *Journal of Cognitive Psychology*, 31(3), 370–378.

Khalil, R., Godde, B., & Karim, A. A. (2019). The link between creativity, cognition, and creative drives and underlying neural mechanism. *Journal Frontier Neural Circuit*, 13(18), 1-16.

Laureiro-Martínez D, Brusoni S. (2018). Cognitive flexibility and adaptive decision-making: Evidence from a laboratory study of expert decision makers. *Strat Mgmt J*. 39: 1031–1058.

Liliana, C., & Lavinia, H. (2011). Gender differences in metacognitive skills. A study of the 8th grade pupils in Romania. *Procedia:Social and Behavioral Science*, 29, 396-401.

Mafakheri, S., Rostamy-Malkhalifeh, M., Shahvarani, A. & Behzadi, M. H. (2013). The study of effect of the main factors on problem solving self-confidence using cooperative learning. *ISPACS: International Scientific Publications and Consulting Services*, 1(1), 1-7.

Maydeu-Olivares, A., & D'Zurilla, T. J. (1995). A factor-analytic study of the social problem-solving inventory: an integration of theory and data. *Cognitive Therapy and Research*, 20(2), 115-133.

Mayer, R. E. (2013). Problem solving. In D. Reisberg (Eds.), *The Oxford handbook of cognitive psychology* (pp. 769–778). Oxford University Press.

Miller, J. C., & Crouch, J. G. (2012). Gender differences in problem solving: expectancy and problem context. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 125(3), 327-336.

Mokos E., & Kafoussi S. (2013) Elementary students' spontaneous metacognitive functions in different types of mathematical problems. *Journal of Research in Mathematics Education*, 2(2), 242–267.

Murti, H. A. S. (2011). Metakognisi dan theory of mind (ToM). *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(2), 53-64.

Nezu, A. M. (2004). Problem solving and behaviour therapy revisited. *Behavior Therapy*, 35(1), 1-33.

Nicolay, B., Krieger, F., Stadler, M. *et al.* (2022). Examining the development of metacognitive strategy knowledge and its link to strategy application in complex problem solving – a longitudinal analysis. *Metacognition Learning* 17, 837–854.

Nielsen, E. G. & Minda, J. P. (2019). Problem solving and decision making, In Dana S. Dunn (Ed.). *Oxford Bibliographies in Psychology*. New York: Oxford University Press.

Nur, R. R., Latipah, E., & Izzah, I. (2023). Perkembangan kognitif mahasiswa pada masa dewasa awal. ARZUSIN. 3. 211-219.

Oktaviani, N. N., Suprapto, P., & Mustofa, R. (2021). Hubungan fleksibilitas kognitif dengan keterampilan pemecahan masalah pada mata pelajaran biologi di MAN Kota Tasikmalaya. *Jurnal Bioteridik: Wahana Ekspresi Ilmiah*. 9(1), 87-94.

Ormrod, J. E., Anderman, E. M., Anderman, L. (2017). *Educational psychology: developing learners 9th edition*. Pearson.

Pamungkasari, E. P., Murti, B., & Mudjiman, H. (2007). Pengaruh kemampuan metakognitif terhadap kemampuan pemecahan masalah pada mahasiswa program akademik dan profesi Fakultas Kedokteran. *Jurnal Kedokteran YARSI*, 15(1).

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2013). *Human development Edisi 10th* (terjemah, Marswendy). Salemba.

Parker, K. (1986). Coping in stressful episode: the role of individual differences, environment factors, and situational characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1277-1292.

Pollak, O. H., Shayna, M. C., Karen, D. R., Paul, D. H., Matthew, K. N., & Mitch J. P. (2023). Social problem-solving and suicidal behavior in adolescent girls: A prospective examination of proximal and distal social stress-related risk factors. *Journal of Psychopathology and Clinical Science*, 132(5), 610-620.

Preiss D. D. (2022). Metacognition, mind wandering, and cognitive flexibility: understanding creativity. *Journal of Intelligence*, 10(3), 69.

Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40.

Rahayu, M. N. M., Aprodita, N. P., & Rasyida, A. (2022). Adapting and testing the Indonesian version of the psychometric properties of the cognitive flexibility inventory (CFI) measuring tool. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(3). 246-262.

Rahayu, O., Anggo, M., & Fahinu. (2018). Pengaruh pembelajaran berbasis masalah dengan pendekatan metakognisi terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika ditinjau dari kemampuan awal matematika siswa SMPN 2 Kendari. *Jurnal Pendidikan Matematika*, 9(2), 150-161.

Rakhmat, J. (2007). *Psikologi komunikasi*. PT. Remaja Rosdakarya.

Ramadani, C. I., Purwaningsih, E., & Latifah, E. (2025). *JPFT: Jurnal Pendidikan fisika dan teknologi*, 11(1), 118-125.

Rambhiya, K. & Lokesh, L. (2023). Cognitive flexibility, leadership style on decision making among self employed and employed. *International journal of indian psychology*, 11(2), 2554-2561.

Retnawati, H. (2020). *Validitas reliabilitas dan karakteristik butir (Panduan untuk peneliti, mahasiswa, dan psikometri)*. Parama Publishing.

Ridha, R. N., Latifah, E., & Izzah, I. (2023). Perkembangan kognitif mahasiswa pada dewasa awal. *ARZUSIN: Jurnal manajemen dan Pendidikan dasar*, 3(3), 211-219.

Robertson, S. I. (2016). *Problem solving: perspectives from cognition and neuroscience (2nd edition)*. Psychology Press.

Santosa, E. O., & Setyawati, I. (2015). Hubungan antara fleksibilitas kognitif dengan *problem focus coping* pada mahasiswa *fast-track* Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 3(2), 139-146.

Santrock, J. W. (2006). *Life-span development*. Mc Graw Hill.

Sassenberg, K., Winter, K., Becker, D., Ditrich, L., Scholl, A., & Moskowitz, G. B. (2021). Flexibility mindsets: Reducing biases that result from spontaneous processing. *European Review of Social Psychology*, 33(1), 171–213.

Schraw, G., & Dennison, R. S. (1994). Assessing metacognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology*, 19(4), 460-475.

Setyawan, I. (2020). Peran fleksibilitas kognitif pada pemaafan mahasiswa. *Jurnal Nathiqiyah*, 3(2), 1-12.

Shetty, G. (2014). A study of the metacognition levels of student teacher on the basis of their learning style. *IOSR Journal of Research & Method in Education*, 4(1): 44-53.

Sihombing, P. R., Suryadiningrat, Sunarjo, D. A., & Yuda, Y. P. A. C. (2022). Identifikasi data outlier (pencilan) dan kenormalan data pada data univariat serta alternatif penyelesaiannya. *Jurnal Ekonomi dan Statistik Indonesia*, 2(3), 307-316.

Siregar, R. N., Suryadi, D., Prabawanto, S., & Mujib, A. (2022). Cognitive flexibility of student in solving mathematical problems: a phenomenology study. *KREANO: Jurnal Matematika Kreatif-Inovatif*, 13(2), 354-369.

Simon, H. A., & Newell, A. (1971). Human problem solving: The state of the theory in 1970. *American Psychologist*, 26(2), 145–159.

Solso, R. L., Maclin, O. H., & Maclin, M. K. (2008). *Psikologi kognitif Edisi ke-8 (penerjemah, Mikael Rahardanto, Kristianto Batuadji)*. Penerbit Erlangga.

Sucu, B. T., & Bedel, A. (2021). The Investigation of university students social problem-solving skills in terms of perceived parental attitudes and cognitive flexibility levels. *Kastamonu Education Journal*, 29(4), 92-100.

Sugito, Suyitno, Y., & Kuntoro. (2019). Pengaruh masa kerja dan motivasi kerja terhadap kinerja guru sekolah dasar di desa Samudra dan Samudra Kulon. *Jurnal Dinamika Pendidikan Dasar* 11(1), 1-18.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Syah, M. (2019). *Psikologi pendidikan dengan suatu pendekatan baru*. PT. Remaja Rosdakarya.

Taber-Thomas, B. C., & Perez-Edgar, K. (2015). *Emerging adulthood brain development*. In The Oxford Handbook of Emerging Adulthood.

Utami, D. D., Setyosari, P., Fajarianto, O., Kamdi, W., & Ulfa, S. (2023). The Correlation between metacognitive and problem-solving skills among science students. *EduLine: Journal of Education and Learning Innovation*, 3(1), 138-143.

Wahyudhi, Q. I., Winarsunu, T., & Amalia, S. (2019). Kematangan sosial dan *problem focused coping* pada laki-laki dewasa awal. *JIPT*, 7 (1), 52-64.

Wu, Y., & Koutstaal, W. (2020). Charting the contributions of cognitive flexibility to creativity: Self-guided transitions as a process-based index of creativity-related adaptivity. *PloS one*, 15(6), e0234473.

Xue, K., Zheng, Y., Papalexandrou, C., Hoogervorst, K., Allen, M., & Rahnev, D. (2024).

Zakalfikri, A., Widayasi, D. C., Karmiyati, D., Syakarofath, N. A. (2025). Problem-solving skills and internalizing problems in adolescents. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 11(1), 30-36.

Zhang, C., Wang, P., Zeng, X., & Wang, X. (2025). A case study on developing student's problem-solving skills through interdisciplinary thematic learning. *Frontiers of psychology*, 16, 1-14.

(

