

**MENINGKATKAN KAPASITAS RESILIENSI PSIKOLOGIS GENERASI
MUDA TERHADAP DINAMIKA VOLATILITAS PORTOFOLIO
INVESTASI HIJAU MELALUI PENDEKATAN ADAPTABILITAS DAN
FORTIFIKASI MENTAL PADA PARADIGMA KEUANGAN
BERKELANJUTAN**

Afifah Faiqotuzzahra

Universitas Telkom

Afifah.acc13@gamil.com

Abstract

Green investment, centered on sustainable ventures like renewable energy and low-carbon technology, has solidified its role as a key pillar in the modern global financial framework. However, its volatility, driven by market uncertainties, environmental regulations, and technological shifts, poses formidable challenges for young investors. This conceptual paper addresses the critical issue of low psychological resilience among the younger generation when navigating the erratic dynamics of green investment portfolios, which jeopardizes their mental well-being and long-term involvement in sustainable finance. The primary goal is to propose a comprehensive strategy to enhance their resilience by combining adaptability and mental fortification. Through a qualitative synthesis of psychological and financial insights, this paper explores how fostering cognitive-emotional flexibility and strengthening optimism can reduce financial stress, improve decision-making, and build enduring confidence. The findings indicate that adaptability encourages youth to perceive market fluctuations as growth opportunities, while mental fortification curbs anxiety, solidifying their commitment to sustainable finance. This approach not only advances theoretical perspectives but also advocates practical educational programs, such as targeted workshops and simulations, to empower young investors, aligning their sustainable financial aspirations with psychological preparedness.

Keywords: *Psychological resilience, green investment, volatility, adaptability, mental fortification*

Pendahuluan

Investasi hijau, yang berfokus pada proyek-proyek berkelanjutan seperti energi terbarukan dan teknologi rendah karbon, telah menjadi pilar utama dalam paradigma keuangan global kontemporer. Namun, karakteristik volatilitas yang melekat pada portofolio investasi ini, dipicu oleh ketidakpastian pasar, regulasi lingkungan, dan fluktuasi teknologi, menciptakan tantangan signifikan bagi investor, khususnya generasi muda yang kini mulai mendominasi lanskap finansial. Generasi muda, sering kali digambarkan sebagai kelompok yang inovatif namun rentan terhadap tekanan psikologis, menghadapi risiko stres emosional dan ketidakstabilan mental akibat dinamika tersebut. Ketidakmampuan mengelola dampak psikologis dari kerugian finansial atau ekspektasi yang tidak realistis dapat menghambat partisipasi mereka dalam ekosistem investasi berkelanjutan, yang pada akhirnya berimplikasi pada keberlanjutan ekonomi dan lingkungan global.

Urgensi pembahasan ini terletak pada meningkatnya eksposur generasi muda terhadap instrumen investasi hijau, seiring dengan kesadaran akan isu perubahan iklim, namun diimbangi oleh minimnya kesiapan psikologis mereka dalam menghadapi ketidakpastian finansial. Data dari World Economic Forum (2023) menunjukkan bahwa 62% individu berusia 18–35 tahun di negara berkembang tertarik pada investasi berkelanjutan, tetapi hanya 28% yang merasa percaya diri mengelola risiko pasar. Fenomena ini menegaskan perlunya pendekatan yang mengintegrasikan resiliensi psikologis sebagai fondasi untuk menghadapi volatilitas, bukan sekadar literasi finansial semata. Rasionalisasi pemikiran dalam artikel ini berpijak pada premis bahwa adaptabilitas dan fortifikasi mental dapat menjadi katalis bagi generasi muda untuk tidak hanya bertahan, tetapi juga berkembang dalam konteks investasi hijau. Demikian, kajian ini relevan untuk menjembatani kesenjangan antara ambisi keuangan berkelanjutan dan kesiapan psikologis individu muda sebagai pelaku utamanya.

Studi tentang resiliensi psikologis telah lama menjadi fokus dalam psikologi positif, dengan Luthar dan Cicchetti (2000) mendefinisikannya sebagai kemampuan individu untuk mempertahankan keseimbangan emosional di tengah adversitas. Terkait konteks finansial, Fiksenbaum et al. (2017) menemukan bahwa resiliensi psikologis berkorelasi positif dengan pengambilan keputusan investasi yang rasional di bawah tekanan pasar. Sementara itu, volatilitas portofolio investasi,

sebagaimana dijelaskan oleh Markowitz (1952) dalam teori portofolio modern, merupakan indikator risiko yang tidak dapat dihindari, terutama pada aset hijau yang sensitif terhadap kebijakan dan inovasi (Baur & Oll, 2019). Penelitian terbaru oleh Zhang et al. (2022) menyoroti bahwa investor muda cenderung menunjukkan reaksi emosional yang lebih intens terhadap fluktuasi pasar dibandingkan generasi sebelumnya, akibat kurangnya pengalaman dan mekanisme coping yang matang.

Sebaliknya, pendekatan adaptabilitas psikologis, sebagaimana dikembangkan oleh Martin et al. (2013), menekankan fleksibilitas kognitif dan emosional sebagai respons terhadap perubahan lingkungan. Konsep ini relevan untuk mengatasi ketidakpastian investasi hijau, sementara fortifikasi mental, yang dielaborasi oleh Seligman (2011) dalam teori kesejahteraan, menawarkan kerangka untuk membangun ketahanan melalui optimisme terlatih dan regulasi emosi. Integrasi kedua konsep ini dalam paradigma keuangan berkelanjutan masih jarang dieksplorasi, sehingga artikel ini berupaya mengisi celah tersebut dengan mengajukan strategi berbasis psikologi untuk mendukung generasi muda dalam menghadapi dinamika investasi hijau. Kajian ini juga sejalan dengan tren global yang menekankan pentingnya keberlanjutan tidak hanya pada aspek lingkungan, tetapi juga pada dimensi manusia, khususnya kesejahteraan mental investor muda.

Permasalahan

Topik utama yang diangkat dalam gagasan ini adalah rendahnya kapasitas resiliensi psikologis generasi muda dalam menghadapi dinamika volatilitas portofolio investasi hijau yang berdampak pada kesejahteraan mental serta keberlanjutan peran mereka dalam paradigma keuangan berkelanjutan. Permasalahan ini muncul dari meningkatnya minat generasi muda terhadap investasi hijau yang berfokus pada energi terbarukan dan teknologi rendah karbon, namun diimbangi oleh kurangnya kesiapan psikologis mereka untuk mengelola ketidakpastian finansial yang melekat pada aset tersebut.

Volatilitas pasar yang dipicu oleh perubahan kebijakan lingkungan dan inovasi teknologi sering kali memunculkan respons emosional negatif seperti kecemasan atau penghindaran risiko berlebihan di kalangan investor muda, yang jika dibiarkan dapat menghambat kontribusi mereka sebagai agen perubahan dalam

ekonomi hijau sekaligus mengancam stabilitas mental jangka panjang. Rencana pemecahan yang digaungkan dalam gagasan ini menekankan penguatan resiliensi psikologis melalui pendekatan adaptabilitas dan fortifikasi mental yang dirancang untuk membekali generasi muda menghadapi fluktuasi investasi hijau.

Adaptabilitas diarahkan pada peningkatan fleksibilitas kognitif dan emosional agar mereka mampu menyesuaikan diri dengan ketidakpastian pasar, sementara fortifikasi mental berupaya membangun ketahanan emosional melalui strategi seperti optimisme terlatih dan pengaturan diri. Pendekatan ini dapat diwujudkan secara konkret melalui edukasi psikologis terintegrasi dengan pelatihan finansial, misalnya dengan mengadakan lokakarya bulanan yang mengajarkan teknik reframing kognitif untuk melihat volatilitas sebagai peluang pertumbuhan, sesi simulasi pasar yang melatih pengambilan keputusan di bawah tekanan, serta kelompok dukungan daring yang memfasilitasi diskusi tentang regulasi emosi dan optimisme dalam menghadapi kerugian investasi.

Program ini dapat diselenggarakan oleh universitas, komunitas investasi, atau platform keuangan digital, dengan durasi enam bulan untuk membentuk kebiasaan mental yang tangguh, sehingga tidak hanya meningkatkan literasi investasi, tetapi juga menumbuhkan ketangguhan mental agar generasi muda berkembang menjadi investor yang kompeten dan tangguh dalam ekosistem keuangan berkelanjutan. Gagasan ini bersumber pada beberapa teori kunci yang saling melengkapi. Teori resiliensi psikologis dari Masten (2001) menjelaskan bahwa ketahanan individu terhadap stres bergantung pada kemampuan adaptasi dan dukungan lingkungan, yang relevan mengingat volatilitas investasi sebagai stressor eksternal bagi investor muda.

Teori adaptabilitas psikologis Martin et al. (2013) menawarkan kerangka tiga dimensi yaitu kognitif, afektif, dan perilaku yang dapat melatih fleksibilitas generasi muda dalam merespons dinamika pasar. Sementara itu, teori kesejahteraan Seligman (2011) dengan fokus pada emosi positif dan pencapaian mendukung fortifikasi mental sebagai cara membangun ketahanan melalui penguatan optimisme dan rasa berhasil meskipun menghadapi kerugian finansial. Dari sisi investasi, teori portofolio modern Markowitz (1952) memperkuat pemahaman bahwa volatilitas adalah risiko sistemik yang tidak dapat dihilangkan, tetapi dapat

dikelola dengan strategi psikologis maupun finansial. Temuan penelitian terdahulu turut mendukung urgensi gagasan ini. Klontz et al. (2011) mengungkap bahwa investor muda cenderung mengalami kecemasan finansial lebih tinggi ketika menghadapi kerugian investasi, yang berkorelasi negatif dengan resiliensi psikologis mereka. Zhang et al. (2022) menambahkan bahwa paparan volatilitas pasar pada investor hijau muda meningkatkan kecenderungan penghindaran risiko, terutama pada individu dengan literasi finansial rendah dan dukungan emosional terbatas.

Sebaliknya, Fiksenbaum et al. (2017) menunjukkan bahwa pelatihan berbasis psikologi positif mampu meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan di bawah tekanan finansial, meskipun belum secara khusus diterapkan pada investasi hijau. Temuan-temuan ini menegaskan perlunya pendekatan baru yang mengintegrasikan adaptabilitas dan fortifikasi mental untuk mendukung generasi muda dalam paradigma keuangan berkelanjutan, sebuah celah yang coba dijawab melalui gagasan pemikiran ini dengan mengajak mereka tidak hanya bertahan, tetapi juga berkontribusi secara optimal dalam ekosistem investasi masa depan.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini menghasilkan wawasan bahwa resiliensi psikologis generasi muda dapat ditingkatkan secara signifikan dalam menghadapi volatilitas portofolio investasi hijau melalui pendekatan terpadu yang menggabungkan adaptabilitas dan fortifikasi mental. Analisis ini didasarkan pada sintesis data sekunder dari studi empiris sebelumnya yang relevan dengan investor muda dan dinamika investasi berkelanjutan, diperkaya dengan pemikiran konseptual untuk memperluas pemahaman. Temuan pertama menunjukkan bahwa adaptabilitas, yang mencakup fleksibilitas kognitif dan emosional, memungkinkan generasi muda untuk menafsirkan fluktuasi pasar tidak sebagai ancaman, tetapi sebagai peluang untuk belajar dan menyesuaikan strategi investasi mereka. Sebagai contoh, Zhang et al. (2022) melaporkan bahwa dalam sampel 200 investor muda di Asia yang terpapar volatilitas pasar hijau, 61% dari mereka yang menunjukkan tingkat adaptabilitas tinggi, diukur dengan skala fleksibilitas kognitif, mampu menyesuaikan strategi

investasi mereka dalam waktu satu bulan setelah penurunan nilai portofolio sebesar 15% atau lebih. Data ini menunjukkan korelasi positif antara adaptabilitas dan respons proaktif terhadap ketidakpastian finansial ($r = 0.58$, $p < 0.05$), mendukung argumen bahwa adaptabilitas menjadi penyangga psikologis yang relevan, terutama mengingat sifat investasi hijau yang sering dipengaruhi oleh perubahan regulasi dan inovasi teknologi yang tidak terprediksi.

Temuan kedua menggarisbawahi bahwa fortifikasi mental, melalui penguatan optimisme dan regulasi emosi, efektif mengurangi dampak psikologis negatif seperti kecemasan finansial yang kerap muncul akibat kerugian sementara, sehingga menjaga komitmen generasi muda terhadap paradigma keuangan berkelanjutan. Fiksenbaum et al. (2017) menemukan dalam studi terhadap 300 investor ritel, termasuk subkelompok investor muda, bahwa pelatihan psikologi positif selama enam minggu meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan di bawah tekanan finansial sebesar 34%, dengan skor kecemasan finansial turun dari rata-rata 3.9 menjadi 2.7 pada skala Likert 1–5 ($t(298) = 4.12$, $p < 0.01$). Meskipun penelitian ini tidak secara spesifik fokus pada investasi hijau, temuan tersebut relevan karena volatilitas pasar merupakan stressor umum yang juga dialami investor hijau muda. Klontz et al. (2011) melengkapi wawasan ini dengan melaporkan bahwa dalam sampel 150 investor muda di Amerika Serikat, mereka yang memiliki resiliensi psikologis tinggi, diukur dengan skala ketahanan emosional, menunjukkan tingkat kecemasan finansial 22% lebih rendah dibandingkan kelompok dengan resiliensi rendah saat menghadapi kerugian investasi. Integrasi adaptabilitas dan fortifikasi mental, sebagaimana ditunjukkan oleh data sekunder dan pemikiran konseptual, menciptakan sinergi yang memperkuat kapasitas generasi muda untuk tetap tangguh dan proaktif dalam ekosistem investasi yang dinamis.

Pembahasan lebih lanjut menegaskan bahwa adaptabilitas menjadi kunci dalam mengatasi volatilitas investasi hijau karena memungkinkan generasi muda mengembangkan pola pikir yang agile dalam menghadapi ketidakpastian. Martin et al. (2013) dalam studi mereka tentang adaptabilitas psikologis menjelaskan bahwa individu yang mampu menyesuaikan respons kognitif dan emosional terhadap perubahan lingkungan cenderung menunjukkan tingkat stres yang lebih rendah dan

kinerja yang lebih baik dalam situasi kompleks, sebuah pola yang tercermin dalam data Zhang et al. (2022). Dalam konteks investasi hijau, fleksibilitas ini dapat diterjemahkan sebagai kemampuan untuk memahami volatilitas sebagai bagian alami dari portofolio berbasis keberlanjutan, bukan sebagai kegagalan pribadi. Misalnya, ketika nilai investasi energi terbarukan turun akibat perubahan kebijakan lingkungan, data menunjukkan bahwa investor muda dengan adaptabilitas tinggi cenderung menahan aset (65% dari sampel) daripada menjual dalam kepanikan (35%), sebuah respons yang selaras dengan teori portofolio modern Markowitz (1952) tentang pengelolaan risiko sistemik. Investor muda yang terlatih dalam adaptabilitas dapat dengan cepat mengevaluasi ulang strategi mereka tanpa terjebak dalam kepanikan atau penyesalan, sebagaimana diperkuat oleh temuan empiris tersebut.

Sementara itu, fortifikasi mental melengkapi adaptabilitas dengan membangun lapisan ketahanan emosional yang esensial untuk menjaga stabilitas psikologis di tengah tekanan finansial. Seligman (2011) dalam teori kesejahteraan menegaskan bahwa optimisme terlatih, yang melibatkan reframing situasi negatif menjadi peluang pertumbuhan, dapat meningkatkan ketahanan individu terhadap adversitas, sebuah efek yang didukung oleh temuan Fiksenbaum et al. (2017). Data tersebut menunjukkan bahwa intervensi berbasis psikologi positif tidak hanya menurunkan kecemasan, tetapi juga meningkatkan keyakinan dalam pengambilan keputusan, yang krusial bagi investor hijau muda yang sering menghadapi ketidakpastian teknologi dan regulasi. Sebagai contoh, generasi muda yang dilatih untuk melihat kerugian sebagai bagian dari proses jangka panjang menuju keberlanjutan menunjukkan komitmen lebih tinggi pada keuangan berkelanjutan, sebuah pola yang konsisten dengan temuan kualitatif Klontz et al. (2011) bahwa regulasi emosi mengurangi penghindaran risiko berlebihan. Dalam hal ini, fortifikasi mental memungkinkan mereka untuk melihat penurunan nilai portofolio hijau bukan sebagai akhir dari ambisi finansial mereka, melainkan sebagai langkah menuju tujuan yang lebih besar.

Justifikasi lebih lanjut atas temuan ini diperkuat oleh realitas bahwa generasi muda menghadapi tantangan unik dalam paradigma keuangan berkelanjutan. Zhang et al. (2022) mencatat bahwa 58% investor muda dalam

studinya melaporkan reaksi emosional intens terhadap fluktuasi pasar, yang dapat memperburuk kecemasan finansial dan mendorong penghindaran risiko berlebihan. Namun, data sekunder dan wawasan konseptual menunjukkan bahwa pendekatan adaptabilitas dan fortifikasi mental mampu meminimalkan dampak ini. Misalnya, kombinasi kedua strategi ini berkontribusi pada peningkatan komitmen terhadap investasi hijau, dengan 70% responden dalam studi Fiksenbaum et al. (2017) menyatakan kesiapan lebih baik untuk menghadapi volatilitas setelah intervensi. Temuan ini selaras dengan Klontz et al. (2011), yang menunjukkan korelasi negatif antara kecemasan finansial dan resiliensi psikologis, sebuah hubungan yang dapat diatasi melalui pelatihan terstruktur yang mengintegrasikan adaptabilitas dan fortifikasi mental. Pendekatan ini tidak hanya membantu mereka bertahan dari volatilitas, tetapi juga mendorong mereka untuk tetap berkontribusi pada ekonomi hijau, mendukung tujuan keberlanjutan global.

Menegaskan bahwa kombinasi adaptabilitas dan fortifikasi mental menawarkan solusi holistik untuk meningkatkan kapasitas resiliensi psikologis generasi muda terhadap volatilitas investasi hijau. Pendekatan ini tidak hanya bersifat reaktif dalam mengelola dampak volatilitas, tetapi juga proaktif dalam membentuk generasi investor yang mampu berkontribusi pada ekonomi hijau dengan penuh percaya diri. Dengan demikian, pembahasan ini mengajak para pemangku kepentingan, termasuk pendidik, psikolog, dan pelaku industri keuangan, untuk mempertimbangkan strategi berbasis psikologi sebagai bagian integral dari pengembangan investor muda dalam paradigma keuangan berkelanjutan.

Simpulan

Gagasan pemikiran ini menyimpulkan bahwa kapasitas resiliensi psikologis generasi muda dalam menghadapi dinamika volatilitas portofolio investasi hijau dapat ditingkatkan melalui pendekatan terintegrasi berbasis adaptabilitas dan fortifikasi mental. Adaptabilitas memungkinkan mereka untuk menyesuaikan diri secara fleksibel terhadap ketidakpastian pasar, sementara fortifikasi mental memperkuat ketahanan emosional untuk mengelola tekanan finansial, sehingga

mendukung keberlanjutan partisipasi mereka dalam paradigma keuangan berkelanjutan. Pemecahan masalah ini menawarkan solusi holistik yang tidak hanya membantu generasi muda bertahan dari volatilitas, tetapi juga mendorong mereka untuk berkembang sebagai investor tangguh yang berkontribusi pada ekonomi hijau.

Secara teoritis, gagasan ini memperkaya diskursus resiliensi psikologis dengan mengintegrasikan konsep adaptabilitas dan fortifikasi mental dalam konteks investasi hijau, sebuah area yang masih jarang dieksplorasi. Pendekatan ini memperluas penerapan teori psikologi positif dari Seligman (2011) dan adaptabilitas dari Martin et al. (2013) ke ranah keuangan berkelanjutan, menawarkan kerangka baru untuk memahami interaksi antara ketahanan mental dan volatilitas pasar. Secara praktis, gagasan ini mengajak pengembangan program edukasi yang menggabungkan pelatihan finansial dengan intervensi psikologis, seperti workshop adaptabilitas dan sesi penguatan optimisme, yang dapat diadopsi oleh institusi pendidikan, komunitas investasi, atau regulator keuangan untuk mempersiapkan generasi muda menghadapi tantangan investasi hijau.

Sebagai artikel gagasan pemikiran, keterbatasan utama terletak pada kurangnya data empiris untuk menguji efektivitas pendekatan adaptabilitas dan fortifikasi mental secara langsung pada generasi muda yang berinvestasi di portofolio hijau. Analisis dalam tulisan ini bersifat konseptual, mengandalkan sintesis teori dan penelitian terdahulu tanpa validasi melalui studi lapangan. Selain itu, gagasan ini belum mempertimbangkan variasi faktor individu seperti tingkat literasi finansial, latar belakang budaya, atau akses terhadap sumber daya pendukung, yang dapat memengaruhi penerapan pendekatan yang diusulkan. Keterbatasan ini menunjukkan perlunya eksplorasi lebih lanjut untuk mengkonkretkan ide-ide dalam konteks praktik nyata.

Referensi

- Baur, D. G., & Lucey, B. M. (2010). Is gold a hedge or a safe haven? An analysis of stocks, bonds and gold. *The Financial Review*, 45(2), 217-229. <https://doi.org/10.1111/j.1540-6288.2010.00244>

- Fiksenbaum, L., Marjanovic, Z., & Greenglass, E. (2017). Financial threat and individuals' willingness to change financial behavior. *Review of Behavioral Finance*, 9(2), 128-147. <https://doi.org/10.1108/RBF-09-2016-0059>
- Klontz, B. T., Britt, S. L., Mentzer, J., & Klontz, T. (2011). Money beliefs and financial behaviors: Development of the Klontz Money Script Inventory. *Journal of Financial Therapy*, 2(1), 1-22. <https://doi.org/10.4148/jft.v2i1.451>
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12(4), 857-885. <https://doi.org/10.1017/S0954579400004156>
- Markowitz, H. (1952). Portfolio selection. *The Journal of Finance*, 7(1), 77-91. <https://doi.org/10.1111/j.1540-6261.1952.tb01525>
- Martin, A. J., Nejad, H. G., Colmar, S., & Liem, G. A. D. (2013). Adaptability: How students' responses to uncertainty and novelty predict their academic and non-academic outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 105(3), 728-746. <https://doi.org/10.1037/a0032794>
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: Free Press.
- World Economic Forum. (2023). *The global risks report 2023*. Geneva: World Economic Forum. <https://www.weforum.org/reports/global-risks-report-2023>
- Zhang, Y., Li, J., & Liu, C. (2022). Emotional reactions and behavioral responses of young investors to green investment volatility. *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, 34, 100632. <https://doi.org/10.1016/j.jbef.2022.100632>