

Adult Romantic Attachment in Early Adults with Divorced Parents (Phenomenological Study of Members of the Young Professional Cell Community at Kemah Daud Church, Yogyakarta)

Adult Romantic Attachment Dewasa Awal dengan Orang Tua Bercerai (Studi Fenomenologis Anggota Komunitas Sel Profesi Muda Gereja Kemah Daud Yogyakarta)

Ira Prastiwi¹, Dewi Handayani Harahap², Izzah Annisatur Rahma³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta, Indonesia

Email: ¹iraprastiwi05@gmail.com, ²dewihandayani@up45.ac.id, ³izzahannisa@up45.ac.id

Artikel Info

Riwayat Artikel:

Penyerahan 2025-02-05

Revisi 2025-03-22

Diterima 2025-04-18

Keyword:

Adult Romantic Attachment;

Young Adults;

Divorce;

ABSTRACT

Parental divorce can disrupt children's psychosocial development, especially in forming a strong sense of confidence, emotional stability and identity. The impact of unresolved conflict at this stage will be seen in the Intimacy vs. Isolation stage, namely in early adulthood. This study aims to understand the description of adult romantic attachment in early adult individuals from divorced parents. This study uses a phenomenological approach that allows researchers to understand the dynamics of the subject. The results of this study indicate that there is a picture of adult romantic attachment in early adults with divorced parents. Subjects who have strong trust in themselves and their partners tend to have better openness, emotional involvement, and relationship satisfaction. In contrast, individuals who have low self-confidence or distrust of partners tend to face challenges in building healthy and satisfying relationships. The implications of this study show the importance of knowing their attachment picture and being able to build healthier relationships in the future.

ABSTRAK

Perceraian orang tua dapat mengganggu perkembangan psikososial anak, khususnya dalam membentuk rasa percaya diri, stabilitas emosi, dan identitas yang kuat. Dampak dari konflik yang tidak terselesaikan pada tahap ini akan terlihat di tahap *Intimacy vs. Isolation* yaitu pada usia dewasa awal. Penelitian ini bertujuan untuk memahami gambaran *adult romantic attachment* pada individu dewasa awal dari orang tua yang bercerai. Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi yang memungkinkan peneliti memahami dinamika subjek. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat gambaran dari *adult romantic attachment* pada dewasa awal dengan orang tua bercerai. Subjek yang memiliki kepercayaan yang kuat terhadap diri sendiri maupun pasangan cenderung memiliki keterbukaan, keterlibatan emosional, dan kepuasan hubungan yang lebih baik. Sebaliknya, individu yang memiliki kepercayaan diri rendah atau ketidakpercayaan terhadap pasangan cenderung menghadapi tantangan dalam membangun hubungan yang sehat dan memuaskan. Implikasi penelitian ini menunjukkan pentingnya mengetahui gambaran kelekatan mereka dan mampu membangun hubungan yang lebih sehat di masa depan.

Kata Kunci

Adult Romantic Attachment;
Dewasa awal;
Perceraian;

Copyright (c) 2025 Ira Prastiwi, Dewi Handayani Harahap, Izzah Annisatur Rahma

Korespondensi:

Ira Prastiwi

Fakultas Psikologi, Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta

Email: iraprastiwi05@gmail.com



LATAR BELAKANG

Fenomena perceraian merupakan salah satu isu sosial yang banyak dihadapi di berbagai negara, termasuk Indonesia. Perceraian adalah hubungan suami istri yang berakhir dengan beberapa tahapan yang diatur oleh agama dan hukum (Suroso & Meilan Arsanti, 2023). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), angka perceraian di Indonesia menunjukkan tren fluktuatif. Pada tahun 2021 tercatat sebanyak 447.743 kasus perceraian, meningkat menjadi 516.344 kasus pada tahun 2022, sebelum menurun menjadi 463.654 kasus pada tahun 2023. Tingginya angka perceraian ini mencerminkan bahwa semakin banyak anak yang tumbuh dalam kondisi keluarga yang tidak utuh, yang kemudian dapat berdampak pada perkembangan psikologis mereka hingga dewasa.

Menurut Erik Erikson, sebagaimana dikutip dalam Mitchell et al. (2021) tahap *Industry vs. Inferiority* dan *Identity vs. Role Confusion* merupakan tahapan perkembangan kritis. Perceraian orang tua dapat mengganggu perkembangan psikososial anak, khususnya dalam membentuk rasa percaya diri, stabilitas emosi, dan identitas yang kuat (Rifayanti, 2022). Dampak dari konflik yang tidak terselesaikan pada tahap ini akan terlihat di tahap *Intimacy vs. Isolation* yaitu pada usia dewasa awal. Menurut Erikson, sebagaimana dikutip dalam Mitchell et al. (2021) mengatakan pada tahap ini, individu yang berhasil mengembangkan keintiman akan memiliki hubungan yang bermakna, sementara kegagalan dapat mengakibatkan isolasi sosial dan perasaan kesepian.

Menurut Hurlock seperti yang dikemukakan oleh Paputungan (2023) menjelaskan bahwa periode dewasa awal dimulai sekitar usia 18 tahun hingga sekitar usia 40 tahun. Masa dewasa awal adalah masa yang penuh dengan tantangan (Fitriyani, 2021). Pada tahap ini, salah satu tugas perkembangan penting menurut Settersten adalah membentuk hubungan personal yang intim dan salah satu cara untuk melakukan ini adalah melalui hubungan romantis (Pramantari & Soetjiningih, 2023). Bagi dewasa awal dari keluarga yang bercerai, pengalaman masa kecil mereka yang penuh trauma dan ketidakstabilan dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk menjalin dan mempertahankan hubungan romantis yang sehat.

Fenomena perceraian orang tua yang dialami oleh individu dewasa awal juga diamati dalam komunitas sel profesi muda di Gereja Kristen Kemah Daud (GKKD) Yogyakarta. Tantangan yang dihadapi mereka adalah ritme kehidupan yang dinamis, ekspektasi sosial dan spiritual dalam komunitas, serta tekanan untuk menyeimbangkan karir dengan kehidupan personal. Tantangan ini semakin kompleks ketika pengalaman masa kecil, seperti perceraian orang tua mempengaruhi keterampilan mereka dalam membangun hubungan romantis yang sehat, dimana hubungan dekat dan intim yang diharapkan adalah bentuk kelekatan yang sehat atau kelekatan yang aman.

Salah satu konsep yang relevan untuk memahami fenomena ini adalah *adult romantic attachment*. Hazan dan Shaver dalam Kalamsari dan Ginanjar (2022) mendefinisikan *adult romantic attachment* sebagai cara individu dewasa mengembangkan kelekatan dalam hubungan romantis

berdasarkan pengalaman masa kecil mereka. Konsep ini didasarkan pada teori kelekatan yang diperkenalkan oleh Bowlby, yang menekankan bahwa ikatan emosional antara anak dan pengasuh pada masa kanak-kanak membentuk pola dasar hubungan di masa dewasa. Menurut Bowlby dalam Kalamsari & Ginanjar, (2022) Kalamsari & Ginanjar (2022) kelekatan (*attachment*) awal anak terhadap figur penting, seperti orang tua, bergantung pada konsistensi, kehangatan, dan perlindungan yang diberikan oleh pengasuh. Pengasuhan yang suportif dan penuh kehadiran emosional akan mengarah pada kelekatan yang aman (*secure attachment*). Sebaliknya, ketidakhadiran atau pengasuhan yang tidak konsisten dapat menghasilkan kelekatan yang tidak aman (*insecure attachment*) sebagaimana yang diungkapkan Bowlby, dalam Laplena et al. (2024).

Adult romantic attachment juga mengacu pada model kerja internal (*internal working model*) yang dimiliki individu dalam konteks hubungan intim (Angela & Ariela, 2021). Model kerja internal ini mencakup representasi mental individu tentang dirinya sendiri dan orang lain, yang menjadi dasar pemahaman, harapan, serta panduan dalam interaksi dan pengalaman sosial. Perbedaan dalam *adult romantic attachment* dapat dikategorikan dalam dua dimensi berkesinambungan, yaitu penghindaran (*avoidance*) dan kecemasan (*anxiety*) (Hudson & Fraley, 2017). Individu dengan tingkat penghindaran atau kecemasan yang tinggi cenderung memiliki kelekatan yang tidak aman. Sebaliknya, individu dengan tingkat penghindaran dan kecemasan yang rendah cenderung memiliki kelekatan yang aman. Mikulincer dan Shaver dalam Vollmann et al. (2019) menjelaskan bahwa kelekatan tidak aman atau *insecure attachment* dapat mempengaruhi kemampuan individu untuk membangun dan mempertahankan hubungan romantis yang sehat.

Pengalaman masa kecil, termasuk perceraian, sangat berpengaruh dalam pembentukan jenis kelekatan pada usia dewasa (Budiman & Widyastuti, 2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi *attachment* romantis pada orang dewasa dapat mencakup berbagai aspek, seperti gaya *attachment*, regulasi emosi, transisi kehidupan keluarga dan persepsi terhadap pasangan (Simpson & Rholes, 2017). Ketidakhadiran ayah menyebabkan hilangnya figur keamanan emosional, yang menyebabkan individu cenderung memiliki pandangan yang negatif terhadap dirinya (Dwianti et al., 2024). Kekosongan ini sering kali diisi oleh pasangan romantis, sehingga mereka cenderung mengembangkan pola

anxious attachment (Kasdim & Budiarto, 2024). Keinginan tinggi akan rasa aman dan stabilitas menunjukkan kebutuhan akan hubungan yang konsisten untuk mengatasi ketidakamanan yang dirasakan anak sejak kecil (Kasdim & Budiarto, 2024). Kelekatan orangtua dengan anak memiliki pengaruh yang positif terhadap harga diri yang kemudian memengaruhi kemampuannya dalam bersosialisasi terhadap lingkungannya (Grenadi & Rahayu, 2024). Perceraian orang tua yang terjadi pada masa anak-anak menimbulkan permasalahan pada kelekatan dan perasaan tidak aman pada masa dewasa (Mufidah & Dewi, 2022).

Berdasarkan penjelasan mengenai pentingnya figur lekat dalam pembentukan *adult romantic attachment*, peneliti kemudian melakukan pra penelitian dengan melakukan observasi dan wawancara langsung kepada empat anggota komunitas sel profesi muda di Gereja Kristen Kemah Daud (GKKD) Yogyakarta dengan latar belakang keluarga bercerai. Dari hasil wawancara tersebut ditemukan berbagai dinamika emosional. Subjek 1 (perempuan, 25 tahun) merasa tidak nyaman tinggal bersama ibu dan ayah tirinya karena konflik keluarga, yang mempengaruhi rasa aman dan kenyamanan emosionalnya. Subjek 2 (laki-laki, 23 tahun) yang menyadari sejak kecil bahwa menggabungkan kembali kedua orang tuanya tidak mungkin dilakukan, dan seiring waktu, ia hanya bisa menerima kenyataan bahwa orang tuanya telah berpisah. Subjek 3 (perempuan, 26 tahun) yang mengungkapkan bahwa ketiadaan figur ayah dalam hidupnya membuat ia merasa mudah tertarik pada sosok pria yang mendekatinya, ia sering kali merasa terluka ketika hubungan yang terbentuk tidak berlanjut seperti harapannya. Subjek 4 (perempuan, 29 tahun) mengakui bahwa ia mencari pasangan yang dapat memenuhi peran ayah dalam hidupnya, dan sering kali tertarik pada sosok yang memiliki sifat kebabakan.

Dari hasil pra penelitian tersebut diketahui bahwa individu dengan pengalaman keluarga bercerai mengalami berbagai kesulitan seperti pengalaman emosi masa kecil, kebutuhan akan keamanan emosional, dan upaya untuk mengatasi kekosongan peran orang tua yang hilang seperti yang sudah dijelaskan di atas. Penelitian yang dilakukan oleh Budiman dan Widyastuti (2022) menemukan bahwa ketidakmampuan anak untuk merasa lekat dan aman dengan ayahnya dapat menyebabkan mereka cenderung memiliki hubungan yang mudah lekat dan percaya dengan individu

lain. Anak akan mencari keamanan dan mencari sosok yang dapat menggantikan peran orang tua dalam kehidupan mereka. Puspitasari & Syafiq (2022) juga menemukan bahwa perceraian dan kekerasan merupakan pengalaman traumatis pada masa anak-anak yang berpengaruh terhadap pemahaman diri individu dan ingatan terhadap orang tua. Situasi ini sering kali membuat anak merasa tidak aman dan meragukan kepercayaan terhadap orang lain.

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya yang relevan, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan, terutama pada individu dengan latar belakang keluarga yang bercerai. Sebagian besar penelitian terdahulu belum secara khusus menyoroti pengaruh perceraian orang tua dalam konteks hubungan romantis. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman individu dari keluarga bercerai, menggunakan pendekatan fenomenologis untuk memahami gambaran *adult romantic attachment*.

METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan metode fenomenologi, dimana metode ini memungkinkan peneliti untuk melakukan eksplorasi mendalam terhadap pengalaman hidup subjek secara langsung terkait dengan *adult romantic attachment*. Subjek dalam penelitian ini adalah anggota aktif di komunitas sel profesi muda Gereja Kemah Daud (GKKD) Yogyakarta sebanyak empat orang subjek. Adapun penentuan keempat subjek ini menggunakan teknik purposive sampling. Purposive sampling adalah metode yang memungkinkan peneliti mengumpulkan data khusus dari subjek yang dipilih untuk penelitian. Dimana subjek penelitian ini karakteristik yang sesuai dan dapat membantu tujuan penelitian (Sugiyono dalam Adiesia & Sofia, 2021).

Tabel 1. Gambaran Demografis Subjek Penelitian

Keterangan	Subjek			
	RZ	RC	GG	IZ
Usia	26 Tahun	23 Tahun	29 Tahun	29 Tahun
Jenis Kelamin	P	L	L	P
Status Hubungan	Tidak Berpacaran	Tidak Berpacaran	Berpacaran	Berpacaran
Pekerjaan	Karyawan Swasta	Karyawan Swasta	Karyawan Swasta	Karyawan Swasta
Domsili	Yogyakarta	Yogyakarta	Yogyakarta	Yogyakarta

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara. Observasi adalah dasar dari ilmu pengetahuan, karena fakta diperoleh melalui proses ini. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan jenis observasi tak berstruktur. Observasi tak berstruktur digunakan ketika fokus penelitian belum ditentukan. Selama kegiatan observasi, fokus ini akan berkembang. Ketika fokus penelitian sudah ditentukan, metode observasi berubah menjadi observasi terstruktur dengan menggunakan panduan observasi (Fiantika et al., 2022). Wawancara adalah pertemuan antara dua orang yang bertujuan untuk bertukar informasi dan ide melalui sesi tanya jawab, sehingga dapat dibangun makna mengenai suatu topik tertentu (Sugiyono, dalam Adiesia & Sofia, 2021).

Teknik analisis data adalah pengumpulan data secara sistematis untuk mempermudah peneliti dalam menarik kesimpulan yang dapat diperoleh dengan lebih mudah menggunakan teknik analisis data yang tepat. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis data yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman, yang meliputi langkah-langkah reduksi data, display data, dan penarikan kesimpulan.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan pengambilan data yang dilakukan oleh peneliti menggunakan metode observasi dan wawancara dengan keempat subjek penelitian, dimana masing-masing subjek adalah dewasa awal dengan orang tua yang bercerai.

Didapatkan hasil penelitian berupa gambaran *adult romantic attachment* sebagai berikut:

Kepercayaan (Trust)

1 dari 4 subjek menunjukkan kurangnya kepercayaan terhadap diri sendiri, dan ketidakpercayaan terhadap orang lain. 1 subjek lain menunjukkan percaya terhadap diri sendiri, namun merasa kurang percaya terhadap pasangan. 2 subjek lainnya menunjukkan percaya terhadap diri sendiri dan pasangan.

RZ menunjukkan kurangnya kepercayaan terhadap diri sendiri, kebutuhan akan validasi, dan ketidakpercayaan terhadap orang lain. Hal ini sesuai pernyataan subjek :

“Saya menilai diri saya sendiri kurang baik sebenarnya, dalam berbagai aspek saya masih punya rasa kurang percaya diri, saya masih punya rasa gak percaya sama orang, saya masih ngerasa butuh validasi”. (RZ, 9 Januari 2025).

Subjek RC menunjukkan percaya terhadap diri sendiri, namun merasa kurang percaya terhadap pasangan. Ia juga mengaku hanya 1 kali meminta bantuan kepada pasangan selama menjalin hubungan dalam 6 bulan. Hal ini sesuai pernyataan subjek :

“lebih kek mungkin ke word of affirmation tapi itu actionnya gak ada”. (RC, 11 Januari 2025).

“Aku gak bisa sama orang ini”. (RC, 11 Januari 2025).

“Em saya itu cuma minta bantuan em itu sekali aja.”. (RC, 11 Januari 2025).

Subjek GG dan IZ menunjukkan percaya terhadap diri sendiri dan pasangan:

“Dia mau main sama teman lawan jenis itu pun juga gak masalah sebenarnya karena saya udah percaya” (GG, 11 Januari 2025).

“Aku bakal tetap percaya sih karena... Jadwal kerjanya dia tuh template”. (IZ, 11 Januari 2025).

Keterbukaan (Openness)

1 dari 4 subjek menunjukkan tidak bisa sepenuhnya terbuka karena takut hubungan mereka berakhir. Hal ini sesuai pernyataan subjek RZ:

“saya masih ada hal yang saya tutupin jadi saya gak bisa make it clear yang benar-benar clear yang benar-bener terbuka. Karena ada rasa takut saya juga kayak nanti kalau misalnya saya terbuka banget terus akhirnya pada akhirnya gak bisa temenan lagi gak bisa ngobrol lagi gitu” (RZ, 9 Januari 2025).

Subjek RC menunjukkan Ketika senang, RC mengajak pasangan melakukan aktivitas bersama, sedangkan ketika sedih, subjek lebih memilih untuk mengatasi sendiri. Hal ini sesuai pernyataan subjek RC:

“emang kita lagi senang yaudah kayak mungkin ya kayak ngajakin dia jalan kemana kayak gitu atau apa, ya kalau kita lagi sedih yaudah mungkin ya gak mau terlalu mempengaruhi dia aja kayak gitu loh kayak yaudah kayak mungkin bisa saya selesaikan sendiri..” (RC, 11 Januari 2025).

Subjek GG dan IZ menunjukkan keterbukaan akan emosi yang dirasakan melalui komunikasi dengan pasangan:

“Ngomong sih, misalnya katakanlah, ah aku lagi sebel nih, atau aku lagi marah nih misalnya katakanlah pasangan juga bilang, aku tuh gak suka loh yang kamu tuh begini -begini nah kayak gitu, aku lebih suka kayak gitu, dibanding cuman diem -diem doang” (GG, 11 Januari 2025).

“Kita akan ngobrol, maksudnya perasaan kami masing-masing gitu loh. Ketika kamu kayak gini, perasaanku tuh jadi kayak gini. Nah, kayak gitu”. (IZ, 11 Januari 2025).

Keterlibatan Emosional (Emotional Involvement)

ke 4 subjek menunjukkan keterlibatan emosional melalui berbagai bentuk interaksi, seperti berbagi cerita, mengikuti hobi, hingga mendukung impian pasangan ataupun teman mereka. Namun, 1 dari 3 subjek tidak ingin pasangannya terlalu bergantung. Hal ini sesuai pernyataan subjek RZ, GG dan IZ:

“kita sama-sama capek terus kita cerita gimana hari ini”

“Dia punya usaha, itu saya dukung”. (RZ, 9 Januari 2025).

“Oh itu mendukung banget”. (GG, 11 Januari 2025).

“Impian dia katakanlah jenjang karirnya bagus nah itu dengan jenjang karirnya bagus pasti kalau misalnya dia di perusahaan ini dia tidak berkembang aku pasti akan kasih saran” (GG, 11 Januari 2025).

Subjek RC menunjukkan mendukung impian dan hobi pasangan, namun tidak menerima ketergantungan yang terus-menerus tanpa ada perkembangan dari pasangan. Hal ini sesuai pernyataan subjek RC:

“dia bilang aku ingin jadi seorang penulis yaudah kita cuma bisa mendukung aja dia sebagai penulis dan lain-lain, yaudah nanti kita kayak sharekan apa sih yang bisa dilakukan sebagai penulis” (RC, 11 Januari 2025).

“Saya gak bisa menerima hal seperti itu. Karena apa? Kita juga kan harus berjalan sendiri, em.. Memegang apa -apa sendiri dan lain -lain. Kalau emang cuma kayak mengikuti kita terus -menerus, em kamunya kapan maju kayak gitu.” (RC, 11 Januari 2025).

Kepuasan Hubungan (Relationship Satisfaction)

2 subjek menunjukkan kurangnya kepuasan dalam hubungan. Sedangkan 2 subjek lainnya mengatakan puas terhadap hubungannya. Hal ini sesuai pernyataan subjek RZ dan RC:

“Kemungkinan untuk menjadi lebih dari teman tuh kecil mungkin kalau dari skala 1 sampai 10 kemungkinan itu ada di 4. Kemungkinan itu ada di 4, tapi kemungkinannya malah gak ada”. (RZ, 9 Januari 2025).

“saya ngerasa kayak oh sebetulnya bukan dia yang saya butuhkan bukan dia yang saya mau sebenarnya”. (RZ, 9 Januari 2025).

“Oh itu mendukung banget”. (GG, 11 Januari 2025).

“Em.. Puasnya ya, kita sebut aja 5 per 10 deh, gak terlalu” (RC, 11 Januari 2025).

Subjek GG dan IZ mengatakan puas terhadap hubungannya dan pasangan. Hal ini sesuai pernyataan subjek:

“Oh puas banget sih, wah puas banget karena dibandingkan dengan sebelumnya, aduh jauh.. Hehehe”. (GG, 11 Januari 2025).

“8,5”. (IZ, 11 Januari 2025).

“puas”. (IZ, 11 Januari 2025).

Hasil wawancara di atas menunjukkan setiap individu menunjukkan perbedaan mengenai gambaran *adult romantic attachment*. Subjek RZ menunjukkan aspek yang didominasi oleh keterlibatan emosional dengan penekanan pada pemberian perhatian, dukungan, dan rasa nyaman kepada teman laki-lakinya. Subjek RC dan IZ menunjukkan aspek yang didominasi oleh kepercayaan (*trust*). Subjek GG menunjukkan aspek yang didominasi oleh keterlibatan emosional (*emotional involvement*).

Tabel 2. Gambaran Hasil Penelitian

Subjek	Kepercayaan	Keterbukaan	Keterlibatan Emosional	Kepuasan Hubungan
RZ	Kurangnya kepercayaan terhadap diri sendiri	Tidak sepenuhnya terbuka	Dominan	Kurang Puas
RC	Kurang percaya terhadap pasangan	Tidak sepenuhnya terbuka	Ya	Kurang Puas
IZ	Percaya kepada diri sendiri dan pasangan	Ya	Ya	Puas
GG	Percaya kepada diri sendiri dan pasangan	Ya	Dominan	Puas

PEMBAHASAN

Penelitian ini membahas mengenai gambaran *adult romantic attachment* pada dewasa awal dengan orang tua bercerai. Terdapat beberapa perbedaan pada masing-masing aspek. Pada aspek kepercayaan (*trust*), subjek RZ menunjukkan tidak percaya terhadap diri sendiri, awalnya ia cenderung tidak percaya terhadap teman laki-lakinya, namun ia menjadi percaya berkat konsistensi ucapan dan tindakan teman laki-lakinya. Penelitian Ramba et al. (2024) menyoroti bahwa dukungan sosial yang konsisten dari pasangan atau orang yang dianggap penting dapat berperan dalam perubahan kepercayaan individu. Subjek RC menunjukkan percaya terhadap diri sendiri, namun tidak sepenuhnya percaya pada pasangannya karena adanya ketidaksesuaian antara ucapan dan tindakan, sehingga kepercayaannya terhadap pasangan melemah. Subjek GG dan IZ percaya terhadap diri sendiri maupun pasangan.

Pada aspek keterbukaan (*openness*), subjek RZ menunjukkan tidak bisa sepenuhnya terbuka karena takut hubungan dengan teman laki-lakinya akan berakhir. Subjek RC cenderung terbuka dalam berkomunikasi dengan pasangannya, terutama melalui obrolan saat menghadapi masalah. Namun, keterbukaan yang dilakukan belum sepenuhnya efektif dalam menyelesaikan konflik. Sejalan dengan penelitian Ramba et al. (2024) strategi penyelesaian masalah dalam hubungan, seperti memilih komunikasi yang lebih terbuka saat terjadi konflik, juga menjadi faktor penting dalam menjaga kelekatan yang sehat. Subjek GG dan IZ menunjukkan keterbukaan kepada pasangan mereka melalui komunikasi. Adanya keterbukaan dalam komunikasi dengan pasangan, terutama dalam menghadapi permasalahan, merupakan salah satu pola khas dari individu dengan *secure attachment* (Annisa & Dalimunthe, 2021).

Pada aspek keterlibatan emosional (*emotional involvement*), subjek RZ menunjukkan keterlibatan emosional yang dalam, Namun, ia merasa bahwa kedekatan emosional temannya tersebut tidak lebih mendalam seperti yang ia rasakan. Subjek RC, menunjukkan tidak sepenuhnya terlibat secara emosional dalam hubungan, sedangkan pasangannya menunjukkan lebih terlibat secara emosional. Subjek GG dan IZ menunjukkan keterlibatan emosional dalam hubungan, begitu juga pasangan mereka yang turut terlibat secara emosional terhadap mereka. Pada aspek kepuasan hubungan (*relationship satisfaction*), subjek RZ menunjukkan kepuasan hubungannya yang bersifat sementara dan tidak mendalam. Subjek RC menunjukkan ketidakpuasan dalam hubungannya dengan pasangannya. Sementara itu, subjek GG dan IZ merasa puas dengan hubungan mereka bersama pasangan. Allen et al. (2018) mengemukakan bahwa hubungan yang ditandai dengan dukungan emosional yang konsisten, komunikasi yang sehat, serta penyelesaian konflik yang efektif dapat membantu individu mengembangkan *secure attachment*, bahkan jika sebelumnya mereka memiliki kecenderungan kelekatan yang kurang aman.

Subjek IZ mengaku terkadang mengekspresikan emosi negatif secara impulsif tanpa mendengar penjelasan terlebih dahulu. Pasangan sering mengingatkan untuk lebih tenang dan berbicara dengan baik. Sejalan dengan penelitian Reivich dan Shatté (dalam Khotimah, 2018), individu dari keluarga *broken home* dapat menunjukkan perilaku mudah marah, kurang sabar, dan impulsif. Perilaku yang ditunjukkan ini akan mengakibatkan orang disekitarnya merasakan kurang nyaman.

Bartholomew mengembangkan teori kelekatan romantis dewasa (*Adult Romantic Attachment*) yang terdiri dari 4 jenis gaya kelekatan yakni *Secure*, *Preoccupied*, *Dismissing* dan *Fearful*. Berdasarkan teori ini kelekatan dapat dilihat dari segi model diri dan model orang lain (Barazzone

et al., 2019). Data menunjukkan bahwa dari segi model diri dan model orang lain, RZ memiliki model diri yang negatif dan orang lain yang positif dimana ia memandang dirinya sebagai seseorang yang *insecure*, cenderung menyalahkan diri sendiri, kebutuhan akan validasi, namun memandang orang lain sebagai figure yang memberikan kenyamanan. Hal ini diperkuat dengan pernyataan *Significant Others*. Individu dengan *anxious attachment* mengandalkan hubungan untuk memenuhi kebutuhan emosional mereka dan untuk mencari validasi (Shaver et al., 2017).

Di sisi lain, RC memiliki model diri yang positif dan orang lain yang negatif, dimana RC menyebutkan bahwa ia menganggap dirinya sebagai seseorang yang berorientasi pada target, menyelesaikan segala sesuatu yang telah diberikan kepadanya. RC juga menganggap dirinya merupakan orang yang mandiri. Selain itu, RC merasa cenderung tidak mudah mempercayai pasangannya. Sedangkan GG dan IZ memiliki model diri dan orang lain yang positif. GG memandang dirinya sebagai seseorang yang suka bercanda, dapat memimpin hubungan dan memandang pasangannya sebagai figur yang memberikan dukungan. IZ memandang dirinya sebagai seseorang yang kuat, mampu menerima masa lalu sebagai anak dengan orang tua yang bercerai dan memandang pasangannya sebagai figur yang dapat memberikan kepercayaan.

Berdasarkan karakteristik yang muncul pada gambaran gaya kelekatan partisipan menurut Teori Gaya Kelekatan Romantis Dewasa Barthomolew atau Hazan & Shaver, subjek RZ menggambarkan karakteristik dari gaya kelekatan *preoccupied*, dimana rasa kurang percaya diri, kebutuhan akan validasi, dan ketidakpercayaan terhadap orang lain mengganggu didalam hubungan. Individu dengan *preoccupied attachment* cenderung ingin mempunyai hubungan yang dekat dengan orang lain tetapi mereka memiliki banyak kecemasan dan ketakutan (Kusuma, 2022). Subjek RZ cenderung mendekatkan diri kepada teman lakilaki, namun disertai dengan kecemasan dan rasa takut akan penolakan atau ditinggalkan.

Gaya kelekatan pada RC berdasarkan Teori Gaya Kelekatan Romantis Barthomolew atau Hazan & Shaver adalah *Dismissing*, dimana ia memandang dirinya sebagai orang yang mandiri, selama menjalin hubungan 6 bulan, ia mengaku hanya 1 kali meminta bantuan kepada pasangan dan pasangannya juga kurang mendukung saat ia membutuhkan bantuan, sehingga ia merasa harus menyelesaikan sendiri tanpa bantuan. Barthomolew dan Horowitz (dalam Kasdim, 2024) mengatakan bahwa *dismissing* cenderung menghindari dalam mencari dukungan dari orang lain. RC merasa tidak dapat mempertahankan hubungan dan menurutnya dirinya dapat menjalani serta menyelesaikan permasalahannya sendiri. Individu dengan gaya kelekatan menghindar (*avoidant attachment*) lebih cenderung meninggalkan hubungan ketika terjadi konflik dibandingkan berusaha mempertahankannya (Khumairoh & Undarwati, 2015).

Gaya kelekatan pada GG dan IZ berdasarkan Teori Gaya Kelekatan Romantis Barthomolew atau Hazan & Shaver adalah *secure*, dimana GG memandang dirinya sebagai orang

yang dapat memimpin dalam hubungan, ia memberikan kebebasan kepada pasangan dalam berinteraksi dengan orang lain selama kepercayaan yang diberikan tidak disalahgunakan, ia juga merasa tidak keberatan jika pasangan bergantung padanya. Hal ini serupa dengan yang dikatakan Barthomolew dan Horowitz (dalam Kasdim, 2024) individu dengan *secure attachment* ditandai dengan kepercayaan diri dalam membangun hubungan dan kenyamanan terhadap kedekatan emosional. *Secure attachment* dikarakteristikan sebagai individu yang nyaman ketika bergantung pada pasangan demikian sebaliknya ketika pasangan yang bergantung juga bersedia untuk hadir atau merasa nyaman (Hazan & Shaver, 1987; Collins & Read, 1990; dalam Ramba et al., 2022).

Subjek IZ menunjukkan kepercayaan pada pasangan. Ia menyatakan bahwa kepercayaannya pada pasangan juga dipengaruhi oleh rutinitas kerja pasangan yang terstruktur dan dapat diprediksi, sehingga memberikan rasa aman bahwa pasangan menjalankan aktivitas seperti yang diharapkan. Hal ini serupa dengan yang dikatakan Collins dalam Ramba et al. (2022), individu dengan *secure attachment* merupakan individu yang percaya pada pasangan dan tidak khawatir ketika mereka menjalin hubungan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis terhadap keempat subjek dalam penelitian ini, ditemukan adanya dinamika kelekatan romantis yang bervariasi seperti berikut:

1. Penelitian ini menunjukkan Subjek yang memiliki kepercayaan yang kuat terhadap diri sendiri maupun pasangan cenderung memiliki keterbukaan, keterlibatan emosional, dan kepuasan hubungan yang lebih baik. Sebaliknya, individu yang memiliki kepercayaan diri rendah atau ketidakpercayaan terhadap pasangan cenderung menghadapi tantangan dalam membangun hubungan yang sehat dan memuaskan.
2. Secara keseluruhan, penelitian ini menemukan bahwa individu dengan pasangan cenderung memiliki *romantic attachment* yang lebih aman (*secure attachment*), sementara individu tanpa pasangan lebih rentan mengalami *insecure attachment*.
3. Faktor lain yang mempengaruhi perbedaan ini adalah adanya dukungan emosional yang diberikan oleh pasangan, yang membantu individu merasa lebih aman dan percaya diri dalam hubungan mereka.

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini, saran dari penulis sebagai berikut:

1. Orang tua perlu menyadari bahwa pola asuh yang terlalu sering menyalahkan anak dapat menyebabkan anak tumbuh dengan kepercayaan diri yang rendah. Sehingga dibutuhkan pola asuh yang suportif dan memberikan rasa aman dapat membantu anak membangun keterikatan yang lebih sehat di masa dewasa.
2. Bagi individu dewasa awal, penting untuk mencari dan membangun hubungan yang didasarkan pada komunikasi yang sehat dan dukungan emosional. Bagi individu yang belum atau tidak sedang menjalin hubungan romantis, penting untuk mengembangkan sumber dukungan lain

seperti persahabatan, keluarga, atau terapi psikologis agar tetap dapat membangun kepercayaan dan keterikatan yang sehat tanpa harus bergantung pada pasangan romantis.

3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menggunakan faktor-faktor yang mempengaruhi *adult romantic attachment* lainnya seperti faktor dukungan emosional pasangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiesia, K. P., & Sofia, L. (2021). Gambaran Celebrity Worship dan Psychological Well Being Pada Wanita Dewasa Awal Penggemar Korean Pop. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(4), 886–899.
- Allen, J. P., Grande, L., Tan, J., & Loeb, E. (2018). Parent and peer predictors of change in attachment security from adolescence to adulthood. *Child Development*, 89(4), 1120–1132.
- Angela, I., & Ariela, J. (2021). Pengaruh dimensi attachment avoidance dan anxiety terhadap kualitas hubungan berpacaran dewasa muda. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 36. <https://doi.org/10.24843/JPU.2021.v08.i01.p04>
- Annisa, N. M., & Dalimunthe, F. G. (2021). Aman, Menghindar, Cemas: Pengaruh Attachment Style terhadap Kesiapan Menikah pada Dewasa Awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi (JIPSI)*, 3(1), 12–18.
- Barazzzone, N., Santos, I., McGowan, J., & Donaghay-Spire, E. (2019). The links between adult attachment and post-traumatic stress: A systematic review. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 92(1), 131–147. <https://doi.org/10.1111/papt.12181>
- Budiman, M., & Widyastuti, W. (2022). Dinamika psikologis remaja yang mengalami broken home karena orang tua bercerai. *Cognicia*, 10(2), 72–79. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v10i2.22072>
- Dwianti, S., Riza, W. L., & Aisha, D. (2024). Self-esteem in Fatherless Adolescent is reviewed by Parental Attachment and Peer Relationship. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(3), 333–340.
- Fiantika, F. R., Wasil, M., Jumiyati, S. R. I., Honesti, L., Wahyuni, S. R. I., Mouw, E., Mashudi, I., Hasanah, N. U. R., Maharani, A., & Ambarwati, K. (2022). Metodologi penelitian kualitatif. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. In *Rake Sarasin (Issue March)*. Surabaya: PT. Pustaka Pelajar. <https://Scholar.Google.Com/Citations>.
- Fitriyani, R. (2021). Kematangan emosi dengan penyesuaian perkawinan pada dewasa awal. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 278.
- Grenadi, K. M., & Rahayu, M. N. M. (2024). The Self-Esteem of Dayak Ethnic Adolescents Reviewed from the Attachment Relationship of Parents. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(3), 351–358.
- Hudson, N. W., & Fraley, R. C. (2017). Adult attachment and perceptions of closeness. *Personal Relationships*, 24(1), 17–26.
- Kalamsari, N. S., & Ginanjar, A. S. (2022). Kelekatan, resolusi konflik, dan kepuasan hubungan berpacaran pada dewasa muda: Model analisis jalur. *Jurnal Psikologi Ulayat*. <https://doi.org/10.24854/jpu507>
- Kasdim, R., & Budiarto, Y. (2024). ATTACHMENT STYLE DALAM HUBUNGAN ROMANTIS PADA WANITA EMERGING ADULTHOOD YANG MENGALAMI FATHERLESSNESS. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, 7(4), Kasdim-Kasdim.
- Khumairoh, B., & Undarwati, A. (2015). Hubungan antara adult attachment style dengan komitmen pernikahan pada dewasa awal. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 7(1), 28–34.
- Kusuma, Z. R. (2022). ADULT ROMANTIC ATTACHMENT PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG PERNAH MENGALAMI DATING VIOLENCE. *BKRM*.
- Laplena, N. M., Messman, T., Kiel, E., Luebbe, A., & Bush, K. (2024). SELF-COMPASSION IN RELATION TO SEVERITY OF CHILDHOOD EMOTIONAL ABUSE AND NEGLECT AND ADULT ROMANTIC ATTACHMENT: A PERSON-CENTERED APPROACH.
- Mitchell, L. L., Lodi-Smith, J., Baranski, E. N., & Whitbourne, S. K. (2021). Implications of identity resolution in emerging adulthood for intimacy, generativity, and integrity across the adult lifespan. *Psychology and Aging*, 36(5), 545–556. <https://doi.org/10.1037/pag0000537>
- Mufidah, A., & Dewi, D. K. (2022). Studi life history pada perempuan dewasa yang mengalami perceraian orang tua akibat perselingkuhan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(3), 1–18.
- Paputungan, F. (2023). Karakteristik perkembangan masa dewasa awal. *Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1), 1–9.
- Pramantari, A. C. G., & Soetjiningsih, C. H. (2023). Secure attachment dan kualitas hubungan berpacaran pada dewasa awal yang menjalani LDR. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(5), 1845–1856.
- Puspitasari, E. I., & Syafiq, M. (2022). GAYA KELEKATAN ROMANTIS PADA LAKI-LAKI DEWASA AWAL PENYINTAS KEKERASAN DI MASA ANAK-ANAK. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(3).
- Ramba, L. G., Daud, M., & Hamid, H. (2022). Gambaran Gaya Kelekatan di Masa Dewasa pada Individu yang Pernah Mengalami Kekerasan Emosional dari Primary Caregiver. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(4).
- Rifayanti, R. (2022). Hubungan Empati Dengan Forgiveness Anak Korban Perceraian Pada Masa Dewasa Awal. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 260–269.
- Shaver, P. R., Mikulincer, M., Sahdra, B. K., & Gross, J. T. (2017). Attachment security as a foundation for kindness toward self and others. *The Oxford Handbook of Hypo-Egoic Phenomena*, 223–242.
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (2017). Adult attachment, stress, and romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 19–24.
- Suroso, U., & Meilan Arsanti. (2023). Perceraian dan Perkembangan Psikologis Anak: Analisis Tematis Temuan Tinjauan Literatur. *Legitima: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 5(2), 331–346. <https://doi.org/10.33367/legitima.v5i2.3315>
- Vollmann, M., Sprang, S., & van den Brink, F. (2019). Adult attachment and relationship satisfaction: The mediating role of gratitude toward the partner. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(11–12), 3875–3886. <https://doi.org/10.1177/0265407519841712>