



HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN TIDAK AMAN DENGAN KOMITMEN PADA DEWASA AWAL YANG BERPACARAN DI SURABAYA

RELATIONSHIP BETWEEN INSECURE ATTACHMENT AND COMMITMENT IN EARLY ADULT DATING IN SURABAYA

Putri Zaharani Ananda

Universitas Airlangga

Email: pzaharani@gmail.com

ABSTRAK

Komitmen merupakan hal yang penting dalam mempertahankan hubungan yang sedang dijalani. Ternyata jenis kelekatan yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi bagaimana mereka berkomitmen dalam hubungannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) dengan komitmen pada dewasa awal yang berpacaran di Surabaya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pengambilan data survei. Subjek dalam penelitian ini adalah dewasa awal dalam rentang usia 18-24 tahun yang berdomisili di Surabaya dan sedang menjalin hubungan berpacaran dengan jumlah subjek 128 orang. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *insecure attachment* menggunakan alat ukur ECR-R. Sedangkan alat ukur yang digunakan untuk mengukur komitmen adalah alat ukur komitmen berpacaran. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) dengan komitmen berpacaran. Namun, tidak ditemukan hubungan antara dimensi *anxiety attachment* dengan komitmen berpacaran ($r = 0,395^*$ dengan nilai sig. 0,000).

Kata Kunci: kelekatan tidak aman, komitmen berpacaran, dewasa awal

ABSTRACT

Commitment is important in maintaining the current relationship. It turns out that the type of attachment a person has will also affect how committed they are in a relationship. This study aims to determine the relationship between insecure attachment and commitment in early adulthood dating in Surabaya. The research uses a quantitative approach with survey data collection methods. The subjects in this study were early adults in the age range of 18-24 years who lived in Surabaya and were in a dating relationship with 128 subjects. The measuring instrument used to measure insecure attachment is the ECR-R measuring instrument. While the measuring tool used to measure commitment is a measuring tool dating commitment. The results of data analysis show that there is a negative relationship between insecure attachment and dating commitment. However, there was no relationship between the dimensions of anxiety attachment and dating commitment ($r = 0.395^$ with a sig. 0.000) value.*

Keywords: *insecure attachment, commitment in relationship, early adult*

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial, dimana manusia tidak dapat dipisahkan dari orang lain dan selalu hidup berdampingan dengan orang lain. Sebagai makhluk sosial, manusia memiliki dorongan untuk aktif dalam membangun sebuah relasi baik sebagai teman, rekan kerja, keluarga, sebagai kekasih, dan lain sebagainya. Manusia akan terus hidup berdampingan, bermain, bekerja, tolong menolong, bahagia, dan sukses bersama (Kassin et al., 2015). Tak hanya itu, tiap

individu juga tentunya termotivasi untuk membangun hubungan yang dekat dan peduli terhadap orang lain. Seperti yang dikatakan Jannah, Fitriana, & Rahmawati (2020) manusia adalah individu yang membutuhkan cinta, kasih sayang, dan perhatian dari orang-orang disekitarnya. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut manusia akan membangun sebuah relasi berupa hubungan yang intim atau hubungan romantis pada lawan jenisnya.



Selama bertahun-tahun, banyak penelitian yang telah dilakukan untuk membuktikan bahwa hubungan romantis pada orang dewasa dapat dipengaruhi oleh jenis kelekatan atau *attachment* yang mereka peroleh pada tahap awal perkembangan mereka, yaitu saat masa kanak-kanak (Hazan & Shaver, 1987). Kelekatan itu sendiri memiliki dua macam tipe, yaitu kelekatan aman (*secure attachment*) dan kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) yang memiliki dua dimensi yaitu, *anxiety* dan *avoidant attachment*. Individu yang memiliki kelekatan tidak aman dapat memiliki sejumlah tantangan dalam hubungan intim. Sedangkan individu dengan kelekatan aman cenderung lebih mudah untuk berhubungan intim dan menjadi mandiri. Sebaliknya, pada individu yang memiliki kelekatan tidak aman akan sulit bagi mereka berada dalam hubungan yang intim dan menjadi mandiri.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Pace dan Zapulla (2011) tentang hubungan antara *insecure attachment*, komitmen dan masalah perilaku. Membuktikan bahwa adanya hubungan positif antara *avoidant attachment* dan perilaku bermasalah akan berubah secara drastis pada remaja dengan tingkat komitmen yang tinggi. Sehingga dapat diartikan bahwa remaja yang memiliki komitmen akan lebih efektif untuk menghadapi segala macam tantangan dalam perkembangan masa remaja dan kualitas hidup akan meningkat meskipun individu tersebut memiliki kelekatan tidak aman.

Pada tahap perkembangan psikososial menurut Erikson, masa dewasa awal merupakan tahap keenam, yaitu “intimacy versus isolation”. Di sana, selama masa dewasa awal, individu akan menghadapi masa membangun hubungan dekat dengan orang lain. Keintiman adalah pengalaman yang ditandai dengan kedekatan, kehangatan, dan komunikasi yang mungkin melibatkan seksual atau tidak (Rosen Bluth & Steil, dalam Papalia et al., 2008). Individu akan merasakan keintiman ketika adanya keterbukaan satu dengan yang lainnya, saling responsif dengan kebutuhan masing-masing, serta adanya penerimaan dan penghargaan yang saling

menguntungkan (Papalia et al., 2008). Konflik yang dihadapi di masa dewasa awal adalah kemampuan untuk berbagi perasaan dengan orang lain atau berhenti. Individu yang berhasil membagi perasaannya, akan mendapatkan perasaan intim dan mesra. Sebaliknya, ketika individu tidak biasa membagi perasaan tersebut, maka individu dewasa awal akan merasa kesepian dan terasingkan (Hurlock, 2003).

Hubungan pacaran atau hubungan romantis merupakan relasi interpersonal yang bisa kita sebut juga dengan relasi romantis atau cinta (Dwyer, 2000). Dalam relasi romantis ini kita akan merasakan hubungan yang lebih kompleks lagi dibandingkan dengan relasi lainnya. Untuk mewujudkan sebuah relasi romantis yang diinginkan individu, individu terlebih dahulu harus merasa puas dengan hubungan romantisnya agar hubungan romantis yang ia miliki dengan pasangannya dapat stabil dan langgeng (Gottman & Levenson, 1992; Wildsmith et al., 2013). Hubungan yang langgeng tersebut juga akan terbentuk apabila dalam suatu relasi romantis terdapat sebuah komitmen antara individu satu dengan yang lainnya.

Komitmen seseorang terhadap hubungan didasarkan oleh adanya saling ketergantungan yang terjadi pada pasangannya. Menurut Owen, Rhoades, Stanley & Markman (2011), terbentuknya ketergantungan tersebut karena adanya perilaku yang mendukung hubungan tersebut, yaitu keinginan individu untuk bersama dengan pasangannya (dedikasi personal) dan perasaan dirugikan jika hubungan tersebut berakhir (komitmen kendala/*constraint*).

Dalam pembentukan komitmen terdapat kriteria yaitu keinginan untuk mengakhiri hubungan dalam waktu dekat, durasi hubungan yang diinginkan, komitmen terhadap hubungan, daya tarik pasangan, dan tingkat *attachment* dalam hubungan saat ini (Rusbult dalam Permatasari, 2013). Ketika individu memiliki kelekatan aman akan lebih mudah untuk mereka membentuk suatu komitmen dengan pasangannya. Sebaliknya, individu dengan kelekatan tidak aman akan lebih sulit untuk membangun komitmen di dalam



hubungan yang sedang ia jalani. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian yang diteliti oleh Pistole, Amber, & Jonathan (dalam Cristi, 2017) mengenai LDR (*Long Distance Relationship*) dan GCR (*Geographically Close Relationship*), didapatkan bahwa *attachment* berkontribusi pada komitmen seseorang yang sedang menjalin sebuah hubungan GCR. Penelitian ini menyatakan bahwa individu yang memiliki kelekatan aman (*secure attachment*) pada hubungan GCR yang dijalani akan memiliki komitmen yang lebih tinggi dalam hubungannya dibandingkan dengan seseorang individu yang memiliki kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) (Nosko et al., 2011).

Kelekatan adalah hubungan yang didukung oleh perilaku kelekatan (*attachment behavior*) yang dirancang untuk mempertahankan hubungan. Kelekatan atau *attachment* itu sendiri merupakan keinginan manusia untuk menjalin hubungan *attachment* dengan orang lain dimana cinta dan kasih sayang hadir dalam hubungan tersebut (Bowlby, dalam Bartholomew & Horowitz, 1991). Namun, tidak semua hubungan emosional atau afeksi dapat digambarkan sebagai keterikatan. Selain itu, keterikatan juga dapat menentukan arah hubungan seseorang dan bagaimana seseorang memahami hubungan yang sedang berlangsung (Fraley & Shaver, 2000; Hazan & Shaver, 1987).

Berdasarkan berbagai penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai kaitan atau hubungan antara kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) dengan komitmen pada dewasa awal yang sedang berpacaran di Surabaya.

TINJAUAN PUSTAKA

Dewasa Awal

Dewasa awal merupakan sebuah peralihan dari masa remaja. Menurut Santrock (2007) masa dewasa awal itu sendiri dimulai dari umur 18 hingga kira-kira pada usia 24 tahun. Masa dewasa awal juga biasa disebut dengan masa dewasa muda, yaitu antara usia 20 hingga 40 tahun. Usia ini merupakan periode paling dinamis dalam kehidupan

manusia, ketika individu mengalami banyak perubahan fisik, kognitif, dan psiko-emosional yang progresif. Namun, secara hukum di Indonesia individu dapat dikatakan dewasa bila sudah menginjak usia 21 tahun (meski belum menikah) atau sudah menikah (meski belum berusia 21 tahun).

Dalam tahap perkembangan Erikson, dewasa awal berada di tahap keenam perkembangan yaitu, "*intimacy vs isolation*". Erickson (dalam Monkas, Knoers dan Haditono, 2001) menyatakan bahwa seseorang yang tergolong dewasa awal berada pada tahap hubungan yang hangat, dekat, komunikatif, atau berhubungan seksual. Jika individu gagal membangun keintiman, mereka akan mengalami apa yang dikenal sebagai isolasi (merasa terisolasi dari orang lain, sendirian, menyalahkan diri sendiri karena berbeda dari orang lain). Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa masa dewasa awal merupakan tahap awal dimana seorang individu menjalin atau mulai menjalin hubungan intim dengan lawan jenis.

Kelekatan Tidak Aman

Bowlby dan Ainsworth menyatakan bahwa kelekatan penting dalam kehidupan dewasa (Crowell dan Treboux dalam Clulow, 2001). Dengan pemikiran ini, Cassidy dan Shaver (2008) mengatakan bahwa orang yang memiliki hubungan yang tidak aman dengan pengasuh mereka di usia muda memiliki waktu yang lebih sulit untuk membangun keintiman di masa depan.

Menurut Bartholomew dan Horowitz (1991), kelekatan orang dewasa memiliki dua dimensi dasar, yaitu persepsi diri (baik positif maupun negatif) dan pendapat orang lain (baik positif maupun negatif). Bartholomew menyatakan bahwa *insecure attachment* adalah pola kerja berpikir negatif seseorang yang pantas mendapatkan cinta dan perhatian orang lain (*anxiety attachment*) atau sebagai pemberi cinta dan perhatian (Mikulincer dan Goodman, 2006).



Komitmen Berpacaran

Rusbult (menurut Miller, Perlman dan Brehm, 2011) dalam teorinya, khususnya teori model investasi, menjelaskan bahwa komitmen adalah sejauh mana individu cenderung untuk mengejar hubungan dengan pasangannya, mempertimbangkan masa depan dengan pasangannya dan terjalin kelekatan psikologis. Rusbult juga mengatakan bahwa komitmen adalah prediktor terbesar dalam mempertahankan hubungan romantis. Orang yang berkomitmen tinggi pada pasangannya akan memiliki keinginan yang kuat untuk mempertahankan hubungan jangka panjang. Sedangkan menurut Sternberg (dalam Permatasari, 2013) menyatakan bahwa komitmen adalah suatu bentuk penilaian persepsi individu terhadap hubungan yang digelutinya dan niat individu untuk mempertahankan hubungan tersebut meskipun hubungan tersebut sedang bermasalah.

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan dua jenis variabel yaitu variabel bebas (*independent variable*) yaitu kelekatan tidak aman atau *insecure attachment* yang meliputi dua indikator yaitu penghindaran (*avoidant*) dan kecemasan (*anxiety*), dan variabel terikat (*dependent variable*) yaitu komitmen berpacaran. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *purposive sampling*. *Purposive sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hipotesis penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif antara kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) dan komitmen diterima. Artinya, semakin tinggi *insecure attachment* seseorang, semakin rendah tingkat komitmennya terhadap hubungan romantis. Sebaliknya, semakin rendah *insecure attachment* seseorang, semakin tinggi komitmen mereka dalam berpacaran. Selanjutnya, ada juga hubungan negatif antara *avoidant attachment* dan komitmen untuk berpacaran. Sedangkan untuk aspek *anxiety attachment* ditemukan hubungan yang positif. Artinya, ketika *anxiety attachment* individu

tinggi, komitmen individu dalam berpacaran juga lebih tinggi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya. Pace dan Zapulla (2011) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki *insecure attachment*, terutama yang berada dalam kelekatan *avoidant* atau menghindar, akan memiliki komitmen yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang dengan tipe *secure attachment*. Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa orang dengan gaya keterikatan tidak aman mengalami penurunan komitmen, kepuasan, dan kepercayaan dari waktu ke waktu, yang menyebabkan mereka mengakhiri hubungan untuk sementara waktu (Adam dan Jones, 1999).

Salah satu faktor yang menyebabkan seseorang berkomitmen adalah adanya dedikasi personal yang digambarkan dengan keinginan individu untuk bersama dengan pasangannya (Owen dkk, 2011). Ketika seseorang bahagia dengan hubungan yang mereka jalani maka keinginan mereka untuk bertahan dengan pasangannya akan tinggi dibandingkan dengan orang yang tidak bahagia dengan hubungannya (Rusbult dan Buunk, 1993). Seseorang dengan gaya *insecure attachment* akan memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah dalam hubungannya (Mikulincer dan Goodman, 2006). Hal ini sesuai dengan temuan penelitian ini, bahwa semakin tinggi *insecure attachment* maka semakin rendah tingkat komitmen berpacaran mereka.

Selain itu, komitmen berpacaran individu juga dipengaruhi karena adanya nilai hubungan yang negatif atau adanya nilai kerugian dalam hubungan tersebut. Nilai kerugian ini berkaitan dengan tingkat kepercayaan individu terhadap pasangannya (Rusbult, 1980). Orang dengan kelekatan yang tidak aman kurang percaya pada pasangannya. Orang dengan kecemasan keterikatan akan terlalu mempercayai pasangannya sebagai cara untuk mendapatkan cinta dan perhatian pasangannya. Sementara itu, orang dengan gaya keterikatan penghindar cenderung kurang percaya pada pasangannya (Mikulincer & Shaver, 2007). Orang dengan kelekatan tidak aman memiliki nilai kehilangan atau



hubungan yang rendah yang mempengaruhi komitmen. Dalam penelitian ini, semakin tinggi kelekatan tidak aman seseorang, maka semakin rendah pula tingkat komitmen yang mereka miliki.

Nilai kerugian ini berkaitan dengan tingkat kepercayaan individu terhadap pasangannya (Rusbult, 1980). Orang dengan keterikatan yang tidak aman kurang percaya pada pasangannya. Orang dengan kecemasan keterikatan akan terlalu mempercayai pasangannya sebagai cara untuk mendapatkan cinta dan perhatian pasangannya. Sementara itu, orang dengan gaya keterikatan penghindar cenderung kurang percaya pada pasangannya (Mikulincer & Shaver, 2007). Orang dengan insecure attachment memiliki nilai kehilangan atau hubungan yang rendah yang mempengaruhi komitmen. Dalam penelitian ini, semakin tinggi insecure attachment seseorang, semakin rendah tingkat komitmennya. Sacher & Fine (1996) berpendapat bahwa komitmen akan meningkat apabila individu dan pasangan semakin banyak berinvestasi pada hubungan yang mereka jalani. Komitmen dan investasi memprediksi kesinambungan hubungan lebih baik daripada cinta dan penghargaan. Ketika individu memiliki tipe *avoidant* mereka akan mengharapkan dan membutuhkan sedikit investasi dari pasangannya. Namun, berbanding terbalik dengan individu yang memiliki tipe *anxiety*, individu ini berharap dan menuntut investasi sangat besar serta bisa berlebihan pada pasangannya (Gangestad dan Simpson dalam Cassidy dan Shaver, 2008). Kondisi tersebut sesuai dengan penelitian ini dimana *anxiety attachment* memiliki keefisien korelasi lebih kecil dibandingkan dengan *avoidant attachment*.

Ditemukan pula bahwa tidak adanya hubungan antara jenis kelamin dengan kelekatan tidak aman dan komitmen pada dewasa awal yang berpacaran. Namun, pada hasil penelitian ini ditemukan bahwa nilai korelasi komitmen berpacaran pada perempuan lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki.

SIMPULAN

Hipotesis dalam penelitian ini yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kelekatan tidak aman dengan komitmen berpacaran diterima. Hal tersebut menunjukkan bila kelekatan tidak aman seseorang tinggi maka komitmen berpacaran yang dimiliki seseorang tersebut akan menjadi rendah. Sebaliknya, ketika kelekatan tidak aman seseorang rendah maka komitmen berpacaran yang mereka miliki akan tinggi. Sedangkan pada dimensi *anxiety attachment* tidak ditemukan hubungan dengan komitmen berpacaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, J. M., & Jones, W. H. (1997). The Conceptualization of marital commitment: An integrative analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(5), 1177-1196.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244. <https://doi.org/doi/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Dwyer, D. (2000). *Interpersonal Relationship*. London: Routledge.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132>
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1992). Marital processes predictive of later dissolution: Behavior, physiology, and health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(2), 221-233. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.63.2.221>
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-425.



- <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta; Erlangga.
- Jannah, A., Fitriana, R., & Rahmawati, Y. (2020). Jasa Sewa Pacar (Rentaru Kareshi) Sebagai Fenomena Sosial Di Jepang. *Jurnal studi Jepang*, 2(1), 34. 10.33751/idea.v2i1.1826
- Kassin, S., Fein, S., & Markus, H. R. (2015). *Social Psychology: Australian and New Zealand edition 1st Edition* (1st ed.). Cengage Learning Australia.
- Nosko, Amanda, Tieu, Thanh-Thanh, Lawford, Heather, & Pratt, M. W. (2011). How Do I Love Thee? Let Me Count the Ways : Parenting During Adolescence, Attachment Styles, and Romantic Narratives in Emerging Adulthood. *Journal of Development Pyschology*, 47(3), 645-657.
- Pace, U., & Zappulla, C. (n.d.). Problem Behaviors in Adolescence: The Opposite Role Played by Insecure Attachment and Commitment Strength. *Journal of Child and Family Studies*, 20(6), 854-862. 10.1007/s10826-011-9453-4
- Papalia, D., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development Psikologi*. Kencana. http://pustaka.poltekkes-pdg.ac.id:80/index.php?p=show_detail&id=791 http://pustaka.poltekkes-pdg.ac.id:80/images/docs/Human_development_perkembangan_001.jpg.jpg
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak* (11th ed., Vol. 1). Jakarta: PT. Erlangga.
- Wildsmith, E., Manlove, J., Steward-Streng, N., & Cook, E. L. (2013). The Dynamics in Young Adult Romantic Relationships: Important For Success in Love- and in Life. *Research Brief Child Trends*. <http://dx.doi.org/10.13140/RG.2.1.4020.9688>