

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sebagai makhluk sosial, setiap individu memiliki kebutuhan mendasar untuk berinteraksi dengan individu lain, baik melalui komunikasi, kerja sama, maupun hubungan emosional. Hubungan emosional bisa diwujudkan dalam berbagai cara, dan hubungan emosional akan semakin meningkat sesuai dengan perkembangan yang dialami individu. Salah satu tugas perkembangan individu yaitu menjalin hubungan yang lebih intim dengan lawan jenis (Erikson dalam Orsley & Simanjuntak, 2023). Hubungan intim seperti ini biasanya terjadi pada masa dewasa dini, mereka mulai menjalin hubungan yang serius, yaitu hubungan berpacaran.

Pacaran adalah hubungan yang bertujuan untuk saling mengenal dengan adanya unsur cinta, yang melibatkan keintiman, nafsu, dan komitmen (Steinberg dalam Nabila & Gunawan, 2023). Intimasi adalah proses membangun hubungan yang memungkinkan manusia untuk dengan nyaman membuka diri tentang ide, pikiran, dan perasaan yang sebelumnya terpendam. Interaksi intim menjadi dasar bagi percakapan mendalam yang mengikat individu-individu bersama-sama (Rempel, J. K., Holmes, J. G. & Zanna, M. P dalam Jesslyn & Dewi, 2019).

Hubungan pacaran memiliki berbagai makna penting dan kontribusi positif bagi perkembangan individu. Paul & White (dalam Musfika & Yuniar, 2023) menjelaskan bahwa pacaran, sebagaimana yang kita kenal saat ini, terbentuk dengan tujuan utama untuk memilih dan memperoleh pasangan hidup. Lebih jauh, hubungan pacaran juga mencakup keinginan untuk merasakan cinta, kasih sayang, serta memperoleh penerimaan dari lawan jenis, yang menciptakan rasa aman secara emosional. Selain itu, hubungan pacaran juga memberikan peluang bagi individu untuk mengembangkan keterampilan penting, seperti kemampuan untuk terbuka, memberikan umpan balik, serta menyelesaikan konflik. Pengalaman yang diperoleh dalam hubungan pacaran tidak hanya memperdalam pemahaman terhadap diri sendiri, tetapi juga membantu individu untuk lebih memahami orang lain, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap perkembangan pribadi dan sosial yang lebih matang.

Fenomena permasalahan dalam hubungan juga terlihat pada pasangan artis Fuji dan Thoriq yang berpisah akibat kurangnya komunikasi, ketidakadaan keterbukaan, serta ekspektasi yang tidak realistis terhadap pasangan yang sering berujung pada pertengkaran. Tanpa adanya

keterbukaan, pasangan sulit untuk saling memahami, tidak mengetahui keinginan atau perasaan satu sama lain, dan gagal membaca apa yang sedang dipikirkan oleh masing-masing pihak (IDN Times.com). Fenomena serupa juga terlihat pada hubungan Brisia Jodie dan Julian Jacob yang berakhir karena ketidakcocokan dan komunikasi yang kurang lancar, serta ekspektasi yang tidak terpenuhi (Suara.com). Kondisi tersebut menunjukkan adanya ketidakterpenuhinya kebutuhan emosional individu, yang merupakan indikator rendahnya kepuasan hubungan.

Berkaitan dengan hal tersebut, peneliti melakukan observasi dan wawancara terhadap beberapa mahasiswa yang sedang menjalin hubungan. Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa beberapa responden secara langsung mengungkapkan ketidakpuasan dalam hubungan, seperti merasa tidak dihargai dan kurang mendapatkan perhatian yang diharapkan dari pasangan. Selain itu, komunikasi yang tidak terbuka membuat responden cenderung memendam perasaan, yang memicu kekecewaan dan menjauhkan diri dari pasangan.

Berdasarkan kasus di atas dapat dilihat bahwa suatu hubungan sangat memerlukan komunikasi yang baik, adanya saling keterbukaan, perlunya pengontrolan hubungan, agar hubungan yang sedang dijalin bisa mencapai kepuasan hubungan. Kepuasan hubungan (*relationship satisfaction*) didefinisikan sebagai tingkat di mana individu merasa puas dengan hubungan interpersonal yang dijalannya, yang mencakup rasa cinta, penerimaan, dan dukungan emosional dari pasangan. Kepuasan hubungan menurut Lamanna & Riedmann (dalam Dewi & Sumantri 2020) adalah tingkat keseluruhan hal-hal positif yang terjadi dalam hubungan dan sejauh mana kebutuhan pribadi seseorang dapat dipenuhi dalam hubungan.

Hal yang sama juga diungkapkan Fletcher, Simpson, dan Thomas (dalam Arfensia et al, 2021) mengartikan kepuasan hubungan sebagai perasaan positif yang timbul dari interaksi yang saling mendukung dan menghargai antara pasangan. Secara umum, kepuasan hubungan merujuk pada penilaian individu terhadap kualitas hubungan mereka. Hal ini mencakup sejauh mana kebutuhan dan keinginan seseorang terkait cinta, dukungan, dan rasa aman, atau sejauh mana harapan-harapan mereka dapat terpenuhi (Gerlach et al., dalam Marsha & Indrijati, 2022). Individu yang merasa puas dalam hubungannya cenderung menunjukkan kebahagiaan emosional, keseimbangan dalam hubungan, dan keinginan untuk mempertahankannya (Hendrick et al., dalam Septiani & Cahyanti, 2022). Menurut Hendrick (dalam Chrisnatalia & Ramadhan, 2022) aspek-aspek kepuasan hubungan, antara lain: *love* (cinta), *problems* (masalah-masalah), dan *expectations* (harapan-harapan).

Adapun faktor-faktor yang memengaruhi kepuasan hubungan mencakup faktor internal dan eksternal. Faktor internal melibatkan kepribadian, seperti *Positive* dan *Negative Emotionality Alienation* (Tellegen & Waller, dalam South et al., 2016). *Positive Emotionality* berhubungan dengan rasa sejahtera dan kemampuan bersosialisasi, sedangkan *Negative Emotionality Alienation* berdampak buruk pada hubungan. Faktor eksternal meliputi imbalan (*reward*), biaya (*cost*), dan tingkat perbandingan (Aronson et al., dalam Trijayanti et al, 2020). Imbalan seperti adanya *attachment romantic* berupa perhatian dan pujian yang akan meningkatkan nilai hubungan, sementara biaya adalah pengorbanan yang dilakukan untuk mempertahankan hubungan. Tingkat perbandingan melibatkan harapan individu terkait imbalan dan biaya dalam hubungan.

Attachment style romantic merujuk pada pola atau cara seseorang membentuk dan mempertahankan hubungan emosional dalam konteks hubungan romantis dalam hubungan antar orang dewasa setelah adanya pengalaman interaksi antara bayi dan pengasuh selama beberapa bulan pertama (Bowlby dalam Rizka & Danahfatin, 2024). Hal ini membentuk suatu internal *working model* yang merepresentasikan interaksi mereka, yang kemudian menjadi *working model* dalam diri seseorang dan menentukan *attachment style romantic* saat dewasa menurut Bowlby (dalam Jesslyn & Dewi, 2019). Attachment atau kelekatan merupakan ikatan emosional yang terus menerus, termasuk kecenderungan untuk mencari dan memelihara kedekatan paada orang tertentu, terutama ketika mendapat tekanan (Potter- Efron dalam Sohrabi Forozaan et al., 2023).

Hazan dan Shaver (dalam Krisdhianti & Suminar, 2024) menyatakan bahwa ikatan emosional dalam hubungan romantis pada dewasa memiliki fungsi serupa dengan hubungan antara anak dan pengasuh. Anak yang memperoleh *secure attachment* (kelekatan yang aman dan nyaman) akan berpengaruh terhadap hubungan kelekatan di masa dewasa dan biasanya individu tersebut akan merasa bahagia menjalani hubungannya. Berbeda dengan *insecure attachment* (kelekatan tidak nyaman) di masa anak-anak akan berdampak terhadap perilaku menjalani hubungan di masa dewasa; akan muncul rasa kecemburuan berlebihan, obsesi, dan ketakutan menjalin hubungan (Hazen dan Shaver dalam Kalamsari & Ginanjar, 2023). Hazen dan Shaver (dalam Kalamsari & Ginanjar, 2023) mengemukakan bahwa *attachment style romantic* terbagi menjadi tiga dimensi, yaitu *secure attachment* (kelakatan aman), *avoidance attachment* (kelekatan menghindar) dan *anxious attachment* (kelakatan cemas).

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Cahyanti & Septiani (2022) yang dilakukan terhadap mahasiswa psikologi Universitas Airlangga. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan

positif ($r=0,730$) antara *attachment style* dengan kepuasan hubungan pada wanita dewasa awal yang sedang menjalani pacaran jarak jauh. Semakin sesuai *attachment style romantic* yang dirasakan pasangan, maka kepuasan hubungan semakin tinggi. Sebaliknya semakin tidak sesuai *attachment style* yang dirasakan maka pasangan tidak mengalami kepuasan dalam hubungan. Penelitian lainnya dilakukan oleh Ginanjar & Kalamsari (2023) menjelaskan adanya hubungan antara *attachment style* dan kepuasan hubungan berpacaran pada dewasa muda. Hasil penelitian menjelaskan adanya hubungan negatif antara *anxious attachment* dan *avoidance attachment* dengan kepuasan hubungan. Jika pasangan merasakan *anxious attachment* ($\beta -0,014$ dengan $p<0,05$) dan *avoidance attachment* ($\beta -0,018$ $p<0,05$) lebih tinggi maka beresiko terhadap ketidpuasan dalam hubungan, sebaliknya jika pasangan tidak merasakan dan *avoidance attachment* rendah maka akan meningkatkan kepuasan hubungan. Kedua penelitian menunjukkan hasil dengan analisa data yang berbeda dan hanya melihat gambaran *insecure attachment style*.

Hal ini juga yang menjadi tolak ukur penelitian ini diuji kembali sebagai kebaruan hasil penelitian yang menggunakan metode analisa data dan instrumen alat ukur yang berbeda. Selain *attachment style romantic* terdapat beberapa variabel lain yang mempengaruhi kepuasan hubungan, antara lain: asertifitas (Olivia & Cahyanti, 2023), kecemburuan (Orsley & Simanjuntak, 2023), resolusi konflik (Ginanjar & Kalamsari, 2023), dan feminisme (Nistriyani et al., 2024) menunjukkan pengaruhnya terhadap kepuasan suatu hubungan berpacaran maupun hubungan pernikahan.

Berdasarkan penelitian terdahulu, maka penelitian ini ingin meninjau pengaruh *attachment style romantic* (*secure attachment*, *anxious attachment*, dan *avoidant attachment*) terhadap kepuasan hubungan pada individu dewasa muda yang sedang menjalin hubungan pacaran, maka hipotesis penelitian ini terdiri dari hipotesis mayor dan minor. Hipotesis mayor adalah adanya pengaruh signifikan *attachment style romantic* terhadap kepuasan hubungan. Hipotesis minor pertama adalah adanya pengaruh positif *secure attachment* terhadap kepuasan hubungan, semakin tinggi *secure attachment*, maka kepuasan hubungan juga akan semakin meningkat, dan sebaliknya. Hipotesis minor kedua adalah adanya pengaruh negatif *anxious attachment* terhadap kepuasan hubungan, semakin tinggi *anxious attachment*, maka kepuasan hubungan akan semakin rendah, dan sebaliknya. Hipotesis minor ketiga adalah adanya pengaruh negatif *avoidant attachment* terhadap kepuasan hubungan, semakin tinggi *avoidant attachment*, maka kepuasan hubungan akan semakin rendah, dan sebaliknya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara *attachment style romantic* terhadap tingkat kepuasan hubungan pada mahasiswa yang sedang menjalani hubungan romantis.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh antara *attachment style romantic* dengan tingkat kepuasan hubungan berpacaran pada mahasiswa.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini terbagi 2 yakni manfaat teoritis dan manfaat praktis.

Adapun kedua manfaat tersebut diuraikan sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam menambah literatur mengenai *attachment style romantic* dan hubungannya dengan kepuasan hubungan dalam konteks mahasiswa. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi akademik dalam bidang psikologi perkembangan dan psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian :

Memberikan wawasan bagi individu dewasa muda untuk memahami dan meningkatkan *attachment style romantic* demi hubungan yang lebih sehat dan memuaskan.

b. Bagi Orang tua :

Menjadi panduan dalam menerapkan pola asuh yang mendukung *secure attachment*, yang berdampak pada kemampuan anak membangun hubungan yang baik di masa depan.

c. Bagi Fakultas Ekonomi Program Studi Manajemen:

Meningkatkan pemahaman tentang pengaruh *attachment style romantic (secure, anxious, dan avoidant)* terhadap kepuasan hubungan, sehingga dapat menjadi referensi dalam mengembangkan media dan edukasi yang berkaitan dengan fenomena kehidupan remaja.