

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Fase *Emerging adulthood* adalah periode perkembangan yang berlangsung dari akhir remaja hingga awal dewasa, biasanya antara usia 18 hingga 25 tahun (Arnett, 2000). Menurut Arnett (dalam Pujiawati et al., 2022) Pada masa ini, individu dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan yang perlu diselesaikan, seperti mencapai kemandirian finansial melalui pekerjaan yang stabil dan memuaskan, serta membangun hubungan romantis sebagai langkah awal menuju pembentukan keluarga. Selain itu, keberhasilan individu dalam menjalin hubungan yang intim dan bermakna, baik dalam persahabatan maupun hubungan romantis, menjadi salah satu indikator penting dalam perkembangan psikososial pada masa ini. *Emerging adulthood* juga ditandai dengan meningkatnya kebebasan individu untuk mengeksplorasi berbagai pilihan hidup tanpa tekanan sosial yang terlalu ketat, sehingga menjadi periode yang penting bagi pengembangan identitas pribadi dan sosial. Kondisi sosial modern, seperti meningkatnya usia pernikahan dan pergeseran prioritas terhadap pendidikan maupun karier, turut memperpanjang fase eksplorasi ini sehingga *emerging adulthood* semakin relevan dipahami sebagai tahap perkembangan yang unik dan memiliki karakteristik tersendiri.

Hubungan romantis menjadi salah satu aspek yang penting pada masa *emerging adulthood*. Penelitian yang dilakukan oleh Santika et al. (2021) menunjukkan bahwa individu pada tahap *emerging adulthood* menjadikan hubungan pacaran sebagai media untuk memperoleh penerimaan sosial, membangun identitas diri, serta menyesuaikan diri dengan norma kelompok sebaya. Berbeda dengan hubungan romantis pada masa remaja, hubungan romantis pada fase ini cenderung melibatkan kedekatan emosional yang lebih mendalam, komitmen, serta harapan terhadap hubungan jangka panjang. Menurut data SDKI (2017) Survei

Demografis dan Kesehatan Indonesia menunjukkan bahwa hubungan romantis merupakan fenomena yang umum terjadi di Indonesia. Sebanyak 80% perempuan dan 84% laki-laki dilaporkan pernah berpacaran, dengan hampir separuh di antaranya memulai hubungan romantis pertama pada usia 15–17 tahun. Temuan tersebut menunjukkan bahwa hubungan romantis telah menjadi bagian penting dalam proses perkembangan individu menuju masa dewasa sehingga kualitas hubungan yang dijalani selama *emerging adulthood* menjadi hal yang perlu diperhatikan.

Selain menjadi sumber dukungan emosional, hubungan romantis pada masa *emerging adulthood* juga tidak terlepas dari berbagai konflik dan permasalahan psikologis. Pada fase ini, individu masih berada dalam proses perkembangan emosional dan interpersonal sehingga rentan mengalami berbagai dinamika dalam hubungan romantis. Arnett et al. (2014) menemukan bahwa sebanyak 56% individu pada tahap *emerging adulthood* menyatakan merasa cemas, sedangkan 32% lainnya mengaku terkadang merasa sedih atau muram. Selain itu, penelitian Santosa et al. (2020) menunjukkan bahwa 61,2% dewasa awal memiliki tingkat *negative affectivity* pada kategori sedang hingga tinggi yang ditandai dengan kecenderungan mengalami emosi negatif seperti kecemasan, kekhawatiran, kesedihan, dan kemarahan. Konflik interpersonal yang tidak diselesaikan secara adaptif juga dapat memengaruhi kualitas hubungan romantis yang dijalani individu. Penelitian Putri & Ariana (2022) menunjukkan bahwa perilaku *silent treatment* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kecemasan pada dewasa awal yang sedang menjalani hubungan romantis ($r = 0,428$; $p < 0,001$). *Silent treatment* sebagai bentuk pengabaian atau pemutusan komunikasi dalam konflik dapat memunculkan perasaan tidak aman, takut ditolak, serta ketidaknyamanan emosional dalam hubungan. Berbagai dinamika tersebut menunjukkan bahwa hubungan romantis pada masa *emerging adulthood* tidak selalu berjalan secara sehat dan adaptif. Dalam menghadapi konflik dan membangun kedekatan emosional dengan

pasangan, setiap individu dapat menunjukkan pola respons yang berbeda-beda. Perbedaan tersebut dapat tercermin melalui gaya keterikatan (gaya keterikatan *style*) yang dimiliki individu dalam hubungan romantis.

Teori gaya keterikatan Bowlby (1969) yang dikembangkan oleh Ainsworth (1978) menjelaskan bahwa hubungan emosional awal antara anak dengan pengasuh utama memiliki peran penting dalam perkembangan psikologis individu. Hubungan tersebut membentuk internal working model (IWM), yaitu representasi mental mengenai diri sendiri dan orang lain yang menjadi dasar individu dalam memahami serta menjalin hubungan interpersonal sepanjang kehidupannya. Melalui internal working model, individu mengembangkan harapan mengenai dirinya dan orang lain yang kemudian tercermin dalam cara membangun kedekatan emosional dalam berbagai hubungan interpersonal.

Menurut Ervika (dalam Utami & Murti, 2017) mengidentifikasi pola kelekatan yang terbentuk berdasarkan respons pengasuh terhadap kebutuhan anak, yang berpengaruh terhadap rasa aman atau kecemasan anak dalam relasi sosial. Kualitas *internal working model* yang terbentuk dari pengalaman kelekatan awal berperan dalam membentuk pola hubungan romantis individu di masa dewasa. Hazan & Shaver (1987) kemudian memperluas teori gaya keterikatan ke dalam hubungan romantis dewasa dan menjelaskan bahwa pengalaman hubungan awal dengan pengasuh berkaitan dengan pola keterikatan individu dalam hubungan romantis. Individu dapat menunjukkan kecenderungan gaya keterikatan yang berbeda, seperti *secure* (nyaman dengan kedekatan dan kepercayaan), *avoidant* (cenderung menghindari kedekatan emosional), maupun *anxious/ambivalent* (cenderung takut ditolak dan membutuhkan kepastian secara terus-menerus). Gaya keterikatan tersebut menjadi salah satu karakteristik penting dalam memahami dinamika hubungan romantis pada masa *emerging adulthood*.

Salah satu aspek yang banyak dikaji dalam perkembangan gaya keterikatan adalah pola asuh orang tua. Persepsi individu terhadap pola asuh yang diterima sejak masa kanak-kanak dapat berkaitan dengan cara

individu memandang dirinya sendiri maupun orang lain dalam hubungan interpersonal. Awalnya Baumrind (1971) mengidentifikasi tiga pola asuh yaitu *authoritative*, *authoritarian*, dan *permissive*. Namun tipologi ini kemudian dikembangkan oleh Maccoby & Martin (1983) melalui dua dimensi utama, yaitu *demandingness* dan *responsiveness*, sehingga menghasilkan empat gaya pola asuh modern, yaitu *authoritative* (demokratis), *authoritarian* (otoriter), *permissive*, dan *neglectful*. Setiap gaya pola asuh memiliki karakteristik interaksi emosional yang berbeda antara orang tua dan anak sehingga memungkinkan munculnya kecenderungan gaya keterikatan yang berbeda pula pada masa *emerging adulthood*.

Dalam konteks budaya Indonesia yang cenderung kolektif, persepsi individu terhadap pola pengasuhan dalam budaya Indonesia sering kali berkaitan dengan nilai kepatuhan, penghormatan terhadap orang tua, serta keterikatan keluarga yang kuat (Jatmika, 2017). Meskipun nilai tersebut dapat memberikan dampak positif terhadap pembentukan karakter, pola asuh yang terlalu mengontrol atau kurang responsif berpotensi memengaruhi perkembangan kemandirian emosional anak. Kondisi tersebut dapat memengaruhi cara individu membangun kedekatan, mengelola emosi, serta menjalin hubungan interpersonal di masa dewasa, termasuk dalam hubungan romantis.

Persepsi individu terhadap pola pengasuhan orang tua tidak hanya berkaitan dengan pembentukan karakter dan perilaku anak, tetapi juga memiliki keterkaitan dengan perkembangan emosional dan kualitas kelekatan antara anak dan pengasuhnya. Penelitian Crugnola et al. (2019) menjelaskan bahwa interaksi emosional yang hangat, responsif, dan konsisten antara anak dan orang tua berperan dalam pembentukan pola kelekatan serta kemampuan individu dalam meregulasi emosinya. Sebaliknya, pola interaksi yang ditandai oleh ketidakkonsistenan, penolakan, maupun pengabaian emosional dapat berkaitan dengan terbentuknya pola kelekatan yang kurang aman (*insecure* gaya keterikatan). Pengalaman pengasuhan tersebut tidak berhenti pada masa

kanak-kanak, tetapi dapat tercermin dalam cara individu menjalin dan memaknai hubungan interpersonal hingga masa dewasa, termasuk dalam hubungan romantis.

Dalam Penelitian Reddy & Naila (2024) menunjukkan bahwa gaya keterikatan dalam hubungan romantis memiliki karakteristik yang berbeda. Individu dengan gaya keterikatan aman cenderung mampu membangun hubungan yang stabil, penuh kepercayaan, serta mampu menghadapi konflik secara konstruktif sehingga meningkatkan kepuasan hubungan. Sebaliknya, individu dengan gaya keterikatan *anxious* cenderung memiliki ketakutan yang tinggi terhadap penolakan dan ditinggalkan sehingga lebih membutuhkan perhatian serta validasi emosional dari pasangan. Sementara itu, individu dengan gaya keterikatan *avoidance* cenderung merasa tidak nyaman dengan kedekatan emosional dan lebih memilih menjaga jarak dalam hubungan romantis. Karakteristik yang berbeda pada setiap gaya keterikatan tersebut menunjukkan bahwa gaya keterikatan merupakan aspek penting yang berkaitan dengan kualitas hubungan romantis pada masa *emerging adulthood*. Pengalaman pengasuhan yang dipersepsikan individu sejak masa kanak-kanak menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan pembentukan gaya keterikatan hingga masa dewasa.

Temuan Putri & Dariyo (2025) menunjukkan bahwa individu dengan gaya keterikatan *insecure* cenderung memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih rendah, lebih sering mengalami konflik dalam hubungan romantis, serta mengalami kesulitan dalam membangun keintiman emosional yang stabil. Pada fase *emerging adulthood*, ketika individu mulai mengembangkan hubungan romantis yang lebih mendalam dan bermakna, karakteristik gaya keterikatan menjadi aspek penting yang berkaitan dengan kualitas hubungan yang dijalani. Pengalaman pengasuhan yang dipersepsikan individu sejak masa kanak-kanak memungkinkan munculnya karakteristik gaya keterikatan yang berbeda hingga masa dewasa. Bowlby (1969) menyatakan bahwa penting untuk meninjau bagaimana gaya keterikatan ditampilkan

berdasarkan pola asuh orang tua yang dominan pada *emerging adulthood* yang sedang berpacaran. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai karakteristik gaya keterikatan pada masing-masing kelompok pola asuh orang tua sehingga dapat memperkaya kajian mengenai hubungan antara pengalaman pengasuhan dan relasi romantis pada masa *emerging adulthood*.

Penelitian yang dilakukan oleh Putri & Roswiyani (2025) menetapkan durasi pacaran minimal enam bulan sebagai kriteria inklusi penelitian karena hubungan yang telah berlangsung setidaknya enam bulan dinilai memberikan waktu yang cukup bagi individu untuk membentuk pola keterikatan emosional yang relatif stabil dalam hubungan romantis.

Penelitian sebelumnya yang berjudul " Hubungan Persepsi Pola Asuh Demokratis dan Gaya Kelekatan Aman dengan Keintiman Relasi Romantis" oleh Marselin et al. (2025) menunjukkan bahwa persepsi pola asuh demokratis dan gaya keterikatan aman memiliki hubungan yang signifikan dengan keintiman dalam hubungan romantis. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman pengasuhan yang dipersepsikan individu berkaitan dengan cara individu membangun hubungan emosional pada masa dewasa. Hasil penelitian ini memperkuat pentingnya mengkaji gaya keterikatan berdasarkan pola asuh orang tua pada *emerging adulthood* yang sedang berpacaran.

Disamping itu penelitian sebelumnya yang berjudul "*Adult* gaya keterikatan, *stress*, and *romantic relationships*." yang dilakukan oleh Simpson & Rholes (2017) menunjukkan bahwa individu dengan gaya keterikatan *anxious* cenderung mengalami ketakutan akan penolakan dan kebutuhan yang tinggi terhadap kedekatan emosional ketika menghadapi konflik hubungan. Sebaliknya, individu dengan gaya keterikatan *avoidance* cenderung menjaga jarak emosional dan menghindari ketergantungan pada pasangan. Sementara itu, individu dengan gaya keterikatan aman menunjukkan regulasi emosi yang lebih adaptif dalam hubungan romantis. Temuan tersebut menunjukkan bahwa karakteristik

gaya keterikatan memiliki implikasi yang berbeda terhadap kualitas hubungan romantis pada masa dewasa.

Penelitian sebelumnya yang berjudul "*Predictors of Romantic Relationship Quality: Exploring the Role of Emotion Regulation, Gaya keterikatan, and Parenting Styles*" Oleh Temel & Dawd (2023) mamajuana bahwa pola pengasuhan orang tua berkaitan dengan kemampuan individu dalam membangun kedekatan emosional serta kualitas hubungan interpersonal. Pola pengasuhan yang hangat, terbuka, dan suportif cenderung berkaitan dengan hubungan emosional yang lebih adaptif, sedangkan pola pengasuhan yang ditandai dengan penolakan, ketidakkonsistenan, maupun kontrol yang tinggi berkaitan dengan munculnya kesulitan dalam menjalin kedekatan emosional.

Studi Shafira & Suparman (2025) lebih menekankan remaja, bukan dewasa awal yang aktif dalam hubungan romantis. Sementara itu, penelitian mengenai gaya keterikatan juga masih banyak berfokus pada kepuasan hubungan, kesejahteraan psikologis, maupun konflik dalam hubungan romantis serta dilakukan pada populasi remaja, pasangan menikah, ataupun hubungan antara orang tua dan anak. Penelitian yang secara khusus meninjau gaya keterikatan berdasarkan persepsi pola asuh orang tua pada *emerging adulthood* yang sedang berpacaran masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks budaya Indonesia. Padahal, *emerging adulthood* merupakan periode penting dalam pembentukan keintiman emosional dan komitmen dalam hubungan romantis sehingga pengalaman pengasuhan yang dipersepsikan individu berpotensi memengaruhi karakteristik gaya keterikatan yang dimilikinya, baik gaya keterikatan *anxious* maupun *avoidance*.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah terdapat perbedaan gaya keterikatan *anxious* dan *avoidance* berdasarkan persepsi pola asuh orang tua (demokratis, otoriter, permisif, *neglectful*) pada *emerging adulthood* yang sedang berpacaran?"

1.3. Tujuan

Sejalan dengan rumusan masalah tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui dan menganalisis perbedaan gaya keterikatan *anxious* dan *avoidance* berdasarkan persepsi pola asuh orang tua (demokratis, otoriter, permisif, dan *neglectful*) pada *emerging adulthood* yang sedang berpacaran.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat praktis

1. Bagi Individu *Emerging adulthood*

Penelitian ini diharapkan dapat membantu individu pada masa *emerging adulthood* untuk memahami karakteristik gaya keterikatan yang dimilikinya dalam hubungan pacaran berdasarkan pengalaman pola asuh yang dipersepsikan sejak masa kanak-kanak. Pemahaman tersebut diharapkan dapat meningkatkan kesadaran diri (self-awareness) mengenai cara individu membangun kedekatan emosional, mengelola konflik, serta menjalin hubungan romantis yang lebih sehat dan adaptif.

2 Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada orang tua mengenai pentingnya pola pengasuhan dalam perkembangan emosional anak hingga masa dewasa. Setiap gaya pola asuh memungkinkan terbentuknya karakteristik gaya keterikatan yang berbeda dalam hubungan romantis sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan refleksi dalam menerapkan pola pengasuhan yang responsif dan suportif.

3 Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi institusi pendidikan, khususnya perguruan tinggi, dalam merancang program konseling maupun psikoedukasi mengenai hubungan romantis yang sehat, regulasi emosi, serta kesiapan individu dalam membangun hubungan interpersonal pada masa *emerging adulthood*.

1.4.2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi perkembangan dan psikologi hubungan interpersonal, khususnya yang berkaitan dengan gaya keterikatan dan pola asuh orang tua pada masa *emerging adulthood*. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai karakteristik gaya keterikatan berdasarkan gaya pola asuh orang tua yang dipersepsikan individu. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi empiris bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji gaya keterikatan dalam konteks hubungan romantis pada *emerging adulthood*, khususnya dalam konteks budaya Indonesia yang masih relatif terbatas.