

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

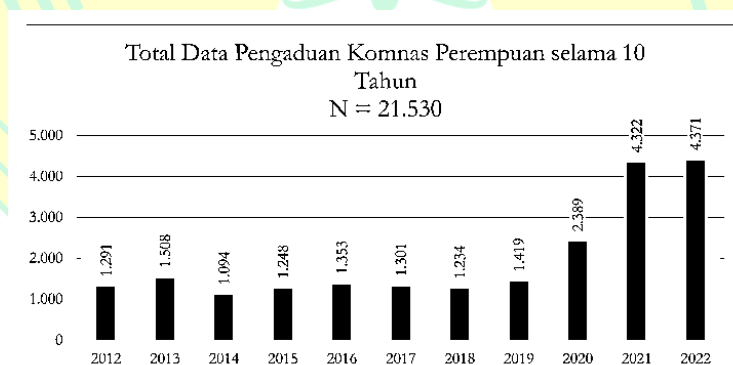
Manusia memiliki banyak kebutuhan di dalam kehidupan, salah satunya kebutuhan akan bersosialisasi dan berelasi. Sedari kecil hingga dewasa manusia selalu terlibat dalam proses sosialisasi, baik secara primer maupun sekunder. Kebutuhan untuk membangun relasi secara intim dan personal terjadi pada tahap *emerging adulthood* (Orsley & Simanjuntak, 2023). Arnett (2015) menjelaskan bahwa *emerging adulthood* merupakan tahap transisi dari masa *adolescent* menuju masa *adulthood*. Masa *emerging adulthood* dimulai pada umur 18 tahun hingga umur 29 tahun. Tahap perkembangan ini merupakan tahap transisi dari masa remaja, di mana individu sudah dianggap cukup matang untuk melakukan eksplorasi lebih jauh dari tahap remaja, namun belum cukup stabil untuk dikatakan sebagai dewasa.

Masa *emerging adulthood* merupakan masa eksplorasi (Arini D, 2021). Pada masa ini individu sudah memiliki kematangan dalam mengambil keputusan secara otonomi namun rentan atas krisis diri, karena masih belum stabil dan sedang dalam proses pencarian jati diri. Tahap perkembangan ini adalah tahap pencarian jati diri sebenarnya, sehingga mereka banyak melakukan eksplorasi diri. Terdapat dua fokus utama eksplorasi yang dilakukan oleh individu pada tahap *emerging adulthood* ini, yakni cinta dan pekerjaan (Purnama & Sri Wahyuni, 2017). Salah satu cara individu dapat dikatakan sukses dalam menjalani proses perkembangan ini yakni dengan berhasil dalam menjalani hubungan romantis (Orsley & Simanjuntak, 2023). Pada usia ini, *emerging adults* menjalin hubungan romantis harus dipenuhi sebagai bentuk adaptasi yang perlu dilakukan. (Santika & Permana, 2021).

Hubungan romantis merupakan salah satu bentuk hubungan sosial yang terjalin dengan seseorang secara romantis (Faber dkk., 2019). Hubungan romantis merupakan salah satu kebutuhan yang cukup penting dalam diri individu,

dikarenakan pada dasarnya manusia membutuhkan kasih sayang serta perhatian dari orang-orang di sekitarnya (Jannah, Fitriana, & Rahmawati, 2020; Ananda, 2022). Tahap perkembangan *emerging adulthood* adalah masa di mana individu berusaha untuk menjalin hubungan secara serius dan intim. Tahap ini individu mencari hubungan romantis yang dapat bertahan secara jangka panjang yang nantinya diharapkan dapat dilanjutkan pada jenjang pernikahan. Pada usia ini lah umumnya individu mencari pasangan dan mulai memikirkan pernikahan (Permana & Medynna, 2021).

Banyak *emerging adults* menjalin hubungan romantis (berpacaran) sebagai tahap untuk mengenal pasangannya sebelum mempersiapkan diri ke jenjang yang lebih serius (menikah) dengan pasangannya (Santika & Permana, 2021). Hal ini mengartikan bahwa pencarian pasangan sangatlah penting pada masa *emerging adulthood*. Namun sangat disayangkan masih banyak mereka yang terjebak atau masuk ke dalam sebuah hubungan tidak sehat (*unhealthy relationship*). Berdasarkan catatan tahunan kekerasan terhadap perempuan yang dilakukan oleh Komnas Perempuan (2023) selama sepuluh tahun terakhir didapati sebagai berikut:



Gambar: Catatan 2023 Komnas Perempuan

**Gambar 1.1 Data Kekerasan terhadap Perempuan**

Berdasarkan gambar 1.1 di atas, dapat dilihat bahwa kekerasan terhadap perempuan terus meningkat terutama pada tahun 2021 dan 2022 pada angka 4.322 dan 4.371 pelaporan. Walaupun hal ini menunjukkan bahwa adanya kesadaran tinggi pada diri masyarakat untuk melaporkan perilaku kekerasan, tidak dipungkiri hal tersebut juga menyatakan bahwa masih maraknya hubungan tidak sehat yang

dijalin oleh khalayak. Hal tersebut menunjukkan hubungan yang sehat bisa saja belum banyak tercapai di masyarakat. New York State Government, (n.d.) menyatakan bahwa hubungan yang sehat (*healthy relationship*) merupakan sebuah hubungan di mana adanya keseimbangan dalam dinamika hubungan antara dua individu. Hubungan yang sehat tersebut meliputi kejujuran, kepercayaan, saling menghargai, serta komunikasi yang baik. Murray dkk. (2021) menyatakan hal yang ingin dicapai dalam hubungan yang sehat bukanlah sebuah kesempurnaan. Karena tidak bisa dipungkiri bahwa sebuah masalah akan selalu datang, baik dalam hubungan yang sehat ataupun tidak sehat. Pada hubungan yang tergolong sehat, masalah dan rintangan bukanlah sebuah halangan. Hal tersebut melainkan sebagai batu loncatan dalam selalu belajar dan berkembang bersama dalam suatu hubungan.

Kekerasan dalam berpacaran bisa saja terjadi karena adanya perbedaan perspektif antar individu yang sedang menjalin hubungan romantis (Payne, Ward & Miller; dalam Santika & Permana, 2021). Selain itu, dalam hubungan romantis, individu juga harus memiliki keterampilan untuk dapat mengendalikan emosi dan tempramen mereka ketika memiliki masalah. Mereka juga harus bisa mencari pemecahan masalah yang baik untuk menjalin hubungan yang sehat dan sukses. Keterampilan-keterampilan tersebut bisa disebut dengan *romantic competence* (Faber dkk., 2019). Mereka dengan *romantic competence* yang baik seharusnya dapat mengatur emosi dan tempramen secara lebih baik pula, yang mana mereka juga lebih bisa mengkomunikasikan masalah yang dimilikinya dibandingkan mengekspresikannya dengan cara-cara yang tidak sehat.

Davila dkk. (2009) menyatakan bahwa *romantic competence* merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh individu, guna menjalani hubungan romantis yang sehat. Davila (2017) juga mengemukakan bahwa *romantic competence* dapat mengurangi terjadinya disfungsi dalam hubungan romantis. Pentingnya *romantic competence* pada hubungan sehat tersebut dikarenakan adanya kesulitan dalam melaksanakan upaya kuratif dalam disfungsi hubungan romantis (Davila dkk., 2017; 2021). Hal tersebut umumnya disebabkan oleh telatnya kesadaran akan pentingnya hubungan romantis yang positif. Davila dan kawan-kawan menyatakan bahwa kesadaran atas pentingnya hubungan romantis yang positif terjadi ketika masalah sudah muncul dan ketika mereka sudah memilih individu untuk diajak

berkomitmen dalam jangka panjang. Oleh sebab itu, *romantic competence* merupakan media penting dalam upaya preventif pengurangan hubungan tidak sehat serta disfungsi hubungan romantis.

*Romantic competence* merupakan keterampilan yang berasal dari kompetensi sosial (Faber dkk., 2019). Kompetensi sosial merupakan hal penting untuk dimiliki individu. Hal tersebut dikarenakan individu yang memiliki kompetensi sosial yang baik maka dapat memperoleh respon positif, sehingga dapat menjalin hubungan sosial yang erat dan akrab (Purnama & Sri Wahyuni, 2017). Barber dan Erickson (2001; Faber dkk., 2019) menyatakan bahwa kompetensi perempuan dalam mencari serta menjalani sebuah hubungan romantis berhubungan dengan kompetensi sosial.

Barber dan Erickson secara lebih jauh menyatakan bahwa kompetensi sosial meliputi beberapa aspek dan keterampilan, yakni keterampilan menyelesaikan masalah, *intimacy skills*, perilaku prososial, perilaku kontrol diri, regulasi emosi, perilaku asertif, keterampilan, sosial, empati, dan simpati. Kompetensi sosial berhubungan dengan kompetensi seseorang dalam menjalani sebuah hubungan romantisnya. Hal tersebut dikarenakan sebuah kompetensi sosial merupakan sebuah kesatuan keterampilan yang berkembang sejak dini yang berkaitan dengan hubungan sosial, baik dengan orang tua, teman, ataupun lawan jenis.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Dredge & Anderson (2021), kompetensi sosial dan inkompetensi sosial berpengaruh besar terhadap keberhasilan seseorang dalam memulai sebuah hubungan romantis. Hal tersebut dikarenakan sebelum menjalin hubungan romantis, terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan, seperti kegunaan keterampilan sosial-kognitif individu, sifat asertif, kepekaan atas emosi, empati, serta perilaku prososial. Hal-hal tersebut lah yang bisa membantu individu dalam membangun sebuah hubungan romantis.

Kumar dan Mattanah (2016) menyatakan bahwa *romantic competence* erat kaitannya dengan kompetensi sosial individu. Pada hubungan romantis, kompetensi sosial dapat disebut dengan nama *romantic competence*. Bouchey (2007; Faber dkk., 2019) menyatakan bahwa *romantic competence* berkaitan erat dengan konsep diri dan bagaimana individu mempersepsikan dirinya dalam berhubungan dengan orang lain; seperti teman, kolega, hingga pasangan. Pada hubungan romantis, persepsi ini diartikan dengan sejauh mana individu dianggap kompeten atau tidak dalam

menjalani sebuah hubungan romantis. *Romantic competence* adalah seperangkat keterampilan yang dapat membantu individu dalam menjalankan upaya preventif terjerumus dalam hubungan yang tidak sehat (Davila dkk., 2009, 2017, 2021). Oleh sebab itu, *romantic competence* dapat didefinisikan sebagai seperangkat keterampilan yang dimiliki individu untuk memiliki serta mempertahankan hubungan yang berfungsi secara sehat (Faber dkk., 2019).

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Faber dkk. (2019) di mana mereka mengkonstruksi alat ukur untuk *romantic competence* yang dapat digunakan oleh individu yang memiliki pengalaman romantis ataupun tidak memiliki pengalaman sama sekali. *Romantic competence* yang baik diharapkan dapat membantu individu dalam mengurangi resiko adanya masalah dalam sebuah hubungan romantis, seperti disfungsi hubungan hingga hubungan yang tidak sehat. *Romantic competence* terdiri dari dua perspektif, yakni *cognitive-behavioral perspective* (bertanggung jawab, mengekspresikan serta mengontrol perasaan, dan menjadi pendengar yang baik) dan *emotion-focused perspective* (mengontrol pernegekspresian perasaan, mengerti perasaan pasangan, dan empati terhadap pasangan).

Jika dikaji lebih jauh, *romantic competence* juga memiliki keterkaitan dengan kelekatan (*attachment*) pada diri individu. Hidayati & Sari, (2020) menyatakan bahwa keterlibatan peran *primary caregiver* pada masa kecil berpengaruh besar pada keterampilan sosial seseorang, yang nantinya akan berkaitan dengan bagaimana individu tersebut membangun hubungan serta keintiman dengan pasangan di kemudian hari. Ananda (2022) menyatakan bahwa kelekatan merupakan sebuah hubungan yang didukung oleh perilaku kelekatan, yang mana bertujuan untuk menjalin dan mempertahankan hubungan. Kelekatan ini adalah sebuah keinginan untuk menjalin hubungan dalam mencari kasih sayang dalam hubungan tersebut.

Kelekatan pada orang dewasa berbeda dengan kelekatan yang ada pada anak-anak. Feeney (2004) menyatakan bahwa kelekatan pada anak-anak berfokus pada seberapa anak menghabiskan waktu dengan pengasuhnya yang kemudian akan melahirkan pola kelekatan tertentu dengan pengasuhnya tersebut. Pada orang dewasa, kelekatan merupakan sebuah produk yang dihasilkan dari kelekatan terhadap orang tua, yang kemudian mengalami transisi menjadi kelekatan terhadap

teman sebaya atau partner sebagai tokoh kelekatan utama. Adapun kelekatan merupakan sebuah perilaku di mana tujuannya adalah mencari perasaan aman dan mencari kelekatan seseorang dengan orang lain (Collins & Read 1990; Renada 2020).

Hazard dan Shaver (1987) mengklasifikasikan pola kelekatan menjadi dua bentuk, yakni kelekatan aman (*secure*) dan kelekatan tidak aman (*insecure*). Hazard dan Shaver mengadaptasi kedua pola tersebut dari teori kelekatan yang dikemukakan oleh Mary Ainsworth yang kemudian dibagi menjadi tiga klasifikasi yakni *secure*, *avoidant*, dan *anxious*. Tipe *anxious* dan *avoidant* merupakan bentuk turunan dari tipe kelekatan tidak aman. Ketiga tipe tersebut memiliki ciri khasnya masing-masing dalam berperilaku terhadap tokoh kekekatannya.

Hazard dan Shaver (1987; dalam Collins, 1990) mengemukakan bahwa tipe kelekatan *secure* adalah mereka yang selalu merasa mudah untuk merasa dekat dan bergantung dengan orang lain, tanpa memiliki rasa takut akan ditinggalkan. Kemudian untuk tipe kelekatan *avoidant* adalah mereka yang selalu menghindari dari orang lain, di mana mereka tidak mudah percaya dan tidak mudah bergantung dengan orang lain. Lalu terakhir pada tipe kelekatan *anxious*, adalah mereka yang selalu merasa cemas dalam menjalani hubungan. Mereka yang memiliki tipe *anxious* merasa bahwa dirinya tidak dapat mengungkapkan apa yang diinginkannya dan dipenuhi dengan ketakutan-ketakutan seperti ingin dekat dengan orang lain tapi takut akan membuat orang lain menjauh dari dirinya.

Banyak penelitian yang menyatakan gaya kelekatan dewasa berpengaruh dan berhubungan terhadap hubungan romantis individu. Renanda (2020) menyatakan bahwa model kelekatan dewasa ini memiliki hubungan dengan kepuasan hubungan romantis individu. Kemudian Ananda (2022) menemukan bahwa adanya hubungan negatif antara kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) dengan komitmen seseorang dalam berpacaran. Ananda mengemukakan dalam penelitiannya bahwa semakin tinggi kelekatan tidak aman yang dimiliki oleh seseorang, maka akan semakin rendah pula komitmen orang tersebut dalam suatu hubungan, begitu pula sebaliknya. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Nabila, Riza, dan Rahman (2022) menemukan bahwa adanya pengaruh atas gaya kelekatan terhadap *toxic*

*relationship* pada mahasiswa, di mana individu yang memiliki gaya kelekatan aman umumnya tidak terjebak pada hubungan yang *toxic*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mosley dkk. (2020) mengenai gaya kelekatan dewasa dan bagaimana individu berhubungan secara *online*, menunjukkan bahwa mereka yang memiliki gaya kelekatan *anxious* dan *avoidant* memiliki kecenderungan tinggi dalam melakukan penipuan secara online seperti *catfishing*. Kemudian Putri, Riza, dan Sadjah (2022) melakukan penelitian dengan penemuan gaya kelekatan tidak aman (*insecure*) berpengaruh terhadap tingkat kesepian pada diri individu. Penelitian tersebut mengemukakan bahwa tingkat kesepian tertinggi berada pada mereka yang memiliki gaya kelekatan cemas (*anxious*). Gaya kelekatan yang aman sangatlah penting dalam sebuah hubungan, karena akan memengaruhi bagaimana individu dalam menjalin hubungan secara sehat atau tidak sehat.

Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa *adult attachment style* (gaya kelekatan dewasa) memiliki hubungan yang erat dengan bagaimana individu menjalani sebuah hubungan romantisnya, serta juga penentu dalam sehat atau tidaknya sebuah hubungan romantis. Gaya kelekatan individu tentunya dipengaruhi oleh berbagai faktor. Umumnya gaya kelekatan ini dipengaruhi oleh bagaimana pengasuh individu mengasuhnya saat masa kecil yang kemudian akan terproyeksi di masa dewasa (Bowlby, 1973; Hazard & Shaver, 1987, Collins & Read, 1990; Feeney, 2004). Maka dapat dikatakan bahwa hubungan romantis yang dijalani oleh individu saat dalam tahap *emerging adulthood* dapat dikaitkan dengan gaya kelekatan pada diri individu itu sendiri.

Penggalan data dilakukan oleh peneliti dengan melakukan *preliminary study* terhadap dua individu berinisial NW dan AWR. Individu NW mengakui bahwa dirinya pernah terjebak dalam *toxic relationship* selama kurang lebih empat tahun, walaupun diakui bahwa selama empat tahun kerap terjadi “*putus-nyambung*” selama berpacaran. Selama berpacaran, NW menyatakan bahwa dirinya kerap dicaci maki oleh pasangannya, dipermalukan, hingga pernah pasangannya melakukan kekerasan fisik terhadap dirinya. NW mengakui bahwa alasan dirinya mempertahankan hubungannya dikarenakan dirinya tidak ingin memiliki hubungan yang gagal dan selalu ingin mencoba memperbaiki permasalahan dalam

hubungannya. NW percaya bahwa dirinya dapat mempertahankan hubungannya karena dirinya pun merasa membutuhkan pasangannya tersebut, walaupun tidak dapat dipungkiri bahwa hubungan yang dijalani tidak sehat.

Selanjutnya pada individu AWR, diakui bahwa dirinya belum pernah berpacaran sebelumnya dan ketika berpacaran dirinya merasa tidak nyaman dan tidak tahan dengan pasangannya. Hal tersebut dibuktikan oleh pengalaman berpacaran dan satu-satunya yang sedang dijalannya saat ini, di mana dirinya baru menjalani hubungan romantis ini selama tiga minggu. AWR merasa kebutuhan untuk menghubungi atau saling mengabari tidak ada sama sekali. Hal tersebut disebabkan karena AWR terbiasa sendiri dan memang tidak suka berdekatan dengan orang lain. Individu AWR juga membicarakan bahwa dirinya tidak yakin dengan hubungannya tersebut dan ingin cepat-cepat mengakhirinya, namun menunggu waktu yang tepat saja.

Jika dilihat berdasarkan kedua kasus *preliminary study* di atas, terlihat bahwa individu NW dan AWR memiliki dinamika psikologis yang berbeda terutama pada *romantic competencenya*. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, *romantic competence* merupakan serangkaian keterampilan untuk menjalani sebuah hubungan romantis yang sehat (Faber dkk., 2019). Pada diri NW dapat terlihat kemungkinan dirinya memiliki *romantic competence* yang lebih tinggi daripada individu AWR. Hal tersebut terlihat dari bagaimana NW memiliki keyakinan untuk mempertahankan hubungan, seperti selalu mencoba menyelesaikan permasalahan dalam hubungan dan memiliki keterikatan yang tinggi pada pasangannya. Hal tersebut berbanding terbalik oleh AWR yang mana ingin cepat-cepat mengakhiri hubungannya karena merasa tidak nyaman dan tidak memiliki keyakinan terhadap hubungan romantisnya.

*Preliminary study* di atas membuktikan bahwa *romantic competence* berarti memiliki kaitannya dengan keberhasilan suatu hubungan. Walaupun tidak dipungkiri pada kasus NW hubungan yang dijalani adalah hubungan yang tidak sehat, namun berdasarkan penuturannya bisa saja NW memiliki *romantic competence* yang tinggi. Jika NW memiliki *romantic competence* yang tinggi, lalu mengapa dirinya masih terjebak dalam hubungan tidak sehat? Hal tersebut kemungkinan saja bisa terjadi karena dirinya memiliki bentuk *adult attachment*



yang membuat dirinya tidak bisa meninggalkan pasangannya tersebut. Hal ini dibuktikan oleh penuturannya yang sangat membutuhkan pasangannya, yang mana berarti kemungkinan dirinya memiliki *anxious attachment* yang tinggi. Oleh sebab itu perlu diteliti lebih lanjut keterkaitan antara *adult attachment* dengan *romantic competence* dan dilihat juga bagaimana pengaruh dan keterkaitannya.

Setiap individu pastinya menginginkan keberhasilan dalam menjalani hubungan romantis. Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat ditarik benang merah yang mungkin dapat menghubungkan keberhasilan seseorang dalam menjalin hubungan yang positif atau tidak. Kedua hal tersebut adalah *adult attachment style* dan *romantic competence* individu. Pada penelitian ini, peneliti ingin melihat pengaruh serta keterkaitan antara *adult attachment style* terhadap *romantic competence* dalam membangun serta menjalin hubungan yang sehat pada diri *emerging adulthood*. Adapun alasan *romantic competence* diambil dalam penelitian ini karena teori *romantic competence* dapat dikatakan cenderung baru dan belum ada penelitian yang mengaitkannya dengan *adult attachment style*. *Romantic competence* baru pertama kali dibuat alat ukurnya oleh Bouchey (2007) dan Davila (2009; 2017), yang kemudian diperbarui oleh Faber dkk., pada tahun 2019, sebagai pengembangan alat ukur kuantitatif.

Berdasarkan penjabaran di atas, maka dapat disimpulkan tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh antara *adult attachment style* dan *romantic competence* pada *emerging adulthood* di Jabodetabek dalam mencapai hubungan yang sehat.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan di atas, adapun masalah yang teridentifikasi yakni sebagai berikut:

- a. Masih banyak individu yang memiliki hubungan tidak sehat dalam hubungan romantisnya sehingga menimbulkan kesenjangan yang mana seharusnya hubungan romantis dilakukan secara sehat.
- b. Kurangnya upaya preventif yang dilakukan masyarakat dalam mencegah terjerumus dalam hubungan yang tidak sehat.

- c. Pengembangan atas *romantic competence* yang belum banyak, karena merupakan salah satu teori yang tergolong baru.
- d. Belum ditemukannya penelitian atas *adult attachment style* dengan *romantic competence*.

### 1.3. Pembatasan Masalah

Adapun batasan pada penelitian ini agar dapat terlaksana secara terarah yakni masalah yang diteliti adalah melihat bagaimana *adult attachment style* memiliki pengaruh terhadap *romantic competence* pada *emerging adulthood*.

### 1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang serta identifikasi masalah di atas, maka didapati rumusan masalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana gambaran *romantic competence* pada *emerging adulthood*?
- b. Bagaimana gambaran *adult attachment style* pada *emerging adulthood*?
- c. Apakah terdapat pengaruh *anxious attachment style* terhadap *romantic competence* pada *emerging adulthood*?
- d. Apakah terdapat pengaruh *avoidant attachment style* terhadap *romantic competence* pada *emerging adulthood*?
- e. Apakah terdapat pengaruh antara *avoidant attachment style* dan *anxious attachment style* secara bersama-sama terhadap *romantic competence* pada *emerging adulthood*?

### 1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui gambaran *romantic competence* pada *emerging adulthood*.

- b. Untuk mengetahui gambaran *adult attachment style* pada *emerging adulthood*.
- c. Untuk melihat pengaruh *anxious attachment style* terhadap *romantic competence* pada *emerging adulthood*.
- d. Untuk melihat pengaruh *avoidant adult attachment style* terhadap *romantic competence* pada *emerging adulthood*.
- e. Untuk melihat pengaruh antara *avoidant attachment style* dan *anxious attachment style* secara bersama-sama terhadap *romantic competence* pada *emerging adulthood*?

## 1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini sebagai berikut:

### 1.6.1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk menambah ilmu pengetahuan dan juga sebagai sarana pengembangan ilmu psikologi di Indonesia.

### 1.6.2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan serta saran untuk individu *emerging adulthood* sebagai acuan refleksi diri untuk pengembangan dalam hubungan romantis yang sehat. Selain itu diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber referensi bagi profesional yang ingin mengembangkan intervensi atas variabel *adult attachment style* dan *romantic competence*.