

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa dewasa awal merupakan salah satu tahap penting dalam perkembangan psikososial manusia. Berdasarkan teori *Eight Stages of Psychosocial Development* yang dikembangkan oleh Erikson, dewasa awal berada dalam rentang usia sekitar 20 hingga 30 tahun, dan dihadapkan pada krisis psikososial antara *intimacy versus isolation* (Santrock, 2011). Pada tahap ini, individu yang telah berhasil membentuk identitas diri di masa remaja akan menghadapi tugas perkembangan selanjutnya, yaitu membangun hubungan intim dan bermakna dengan orang lain. Menurut Erikson, keintiman melibatkan kemampuan untuk membentuk hubungan yang intim dan penuh komitmen melalui kedekatan emosional dan komitmen interpersonal (Santrock, 2011). Sebaliknya, kegagalan untuk mengembangkan keintiman dapat menyebabkan isolasi sosial, kesepian, dan ketidakmampuan menjalin relasi jangka panjang yang sehat (Santrock, 2011).

Masa dewasa awal juga merupakan sebuah periode kehidupan yang krusial karena individu mulai membangun fondasi penting seperti karir, hubungan intim, dan keluarga (Santrock dalam Anastasya & Susilarini, 2021). Pada tahap ini individu menghadapi berbagai tantangan perkembangan termasuk arah karir yang stabil, menjalin relasi romantis yang bermakna, serta membentuk keluarga atau pernikahan sebagai bagian dari pencapaian tugas perkembangan sosialnya (Santrock dalam Anastasya & Susilarini, 2021). Santrock juga menyatakan bahwa pada masa ini ada banyak keputusan besar yang harus diambil oleh individu seperti memilih pasangan hidup, membangun koneksi sosial yang kuat serta beradaptasi dengan tanggung jawab baru yang muncul dari hubungan interpersonal dan profesional (Anastasya & Susilarini, 2021).

Sejalan dengan itu, (Arnett, 2019) menyatakan bahwa fase dewasa awal adalah transisi penting menuju kedewasaan penuh yang ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan hidup, fokus pada pengembangan diri, perasaan berada diantara masa remaja dan kedewasaan, serta optimisme terhadap kemungkinan masa depan. Pada periode ini, individu mengalami perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan dan menghadapi ketidakpastian yang tinggi, terutama pada pilihan karir, relasi sosial, dan kemandirian pribadi, sehingga menuntut kemampuan adaptasi yang kuat untuk mengelola tantangan yang kompleks (Setiawan & Milati, 2022). Kondisi ini menyebabkan individu juga ragu dalam menentukan keputusan besar seperti pernikahan.

Meskipun data dari Badan Pusat Statistik (2022) menunjukkan tren penurunan angka pernikahan dan peningkatan angka perceraian dalam dekade terakhir, fenomena ini tidak serta merta menandakan hal yang positif. Penurunan angka pernikahan justru dapat menjadi cerminan dari meningkatnya kekhawatiran generasi muda terhadap komitmen jangka panjang yang tidak disertai dengan kesiapan yang matang. Pada saat yang sama, meningkatnya angka perceraian, khususnya dalam 5 tahun pertama pernikahan, menunjukkan bahwa banyak pasangan mungkin telah menikah tanpa kesiapan psikologis, emosional, maupun sosial yang memadai (BKKBN, 2021).

Fenomena ini sejalan dengan data terbaru yang menunjukkan perubahan pola pikir generasi muda terkait pernikahan. Berdasarkan laporan Kumparan News (2025), angka pernikahan di Indonesia mengalami penurunan signifikan dari 2 juta pasangan pada tahun 2019 menjadi hanya 1,5 juta pasangan pada tahun 2024. Penurunan ini tidak hanya dipengaruhi oleh faktor ekonomi dan pendidikan, tetapi juga oleh meningkatnya kesadaran generasi muda akan pentingnya kesiapan pribadi sebelum menikah. Mereka semakin mempertimbangkan aspek emosional dan sosial, termasuk risiko konflik, perceraian, serta kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), sebelum memutuskan untuk membangun keluarga (Kumparan News, 2025). Survei Katadata Insight Center (2023) turut memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa sekitar 60% generasi muda menunda pernikahan karena merasa belum siap secara emosional, finansial, dan belum menemukan pasangan yang ideal.

Kesiapan menikah merupakan langkah penting dalam pengambilan keputusan untuk memasuki kehidupan pernikahan (Shemila & Manikandan, 2018). Konsep ini didefinisikan sebagai sejauh mana individu merasa siap untuk memenuhi kebutuhan cinta, pemenuhan kepribadian, rasa hormat, dan komunikasi yang akan terjalin dengan pasangan di masa depan (Shemila & Manikandan, 2018). Lebih dari sekadar faktor usia atau tingkat pendidikan, kesiapan menikah melibatkan kesiapan internal individu untuk menghadapi dinamika pernikahan secara utuh, termasuk suka dan duka yang menyertainya (Shemila & Manikandan, 2018).

Kesiapan ini mencerminkan evaluasi pribadi seseorang terhadap kapasitas dan sumber daya yang dimilikinya untuk menghadapi tuntutan serta tantangan dalam kehidupan pernikahan (Shemila & Manikandan, 2018). Dalam hal ini, kesiapan menikah melibatkan persepsi terhadap kematangan pribadi, baik secara fisik, psikologis, maupun emosional. Kemudian, komitmen untuk menerima tanggung jawab kehidupan pernikahan serta ekspektasi terhadap peran sebagai suami atau istri juga menjadi bagian dari dimensi kesiapan menikah (Shemila & Manikandan, 2018).

Menurut Carroll et al. (2009), kesiapan menikah berkaitan erat dengan perkembangan psikososial individu pada fase dewasa awal, di mana individu diharapkan telah memiliki kemandirian emosional dan kesiapan dalam berkomitmen (Mawaddah et al., 2019). Kesiapan menikah juga merujuk pada sejauh mana individu meyakini dirinya telah mampu atau belum untuk memasuki kehidupan pernikahan (Carroll et al., dalam Mawaddah et al., 2019). Kesiapan menikah mencakup kesiapan berhubungan dengan pasangan, menerima tanggung jawab sebagai suami atau istri, terlibat dalam hubungan seksual, mengatur keluarga, dan mengasuh anak (Duval & Miller, dalam Sari & Sunarti, 2013). Holman dan Li mendefinisikan kesiapan menikah adalah sebagai kemampuan yang dipersepsikan individu untuk menjalankan peran-peran dalam pernikahan serta mempertahankan perkembangan hubungan tersebut sepanjang waktu (Abdurrahman et al., 2020).

Kesiapan menikah merupakan tahap penting dalam kehidupan seseorang yang mencerminkan kemampuan individu untuk mengelola berbagai dinamika

hubungan, seperti keterampilan komunikasi efektif, penyelesaian konflik, komitmen emosional yang kuat, serta kemampuan adaptasi dalam menghadapi perubahan dalam kehidupan rumah tangga (Hikmah & Rahayu, 2025). Kesiapan ini mencakup dimensi emosional, sosial, finansial dan spiritual yang saling berkaitan dalam membentuk fondasi pernikahan yang kokoh (Hikmah & Rahayu, 2025) sehingga kesiapan menikah pada dewasa awal memiliki peran penting dalam menentukan kualitas kehidupan pernikahan.

Fenomena kesiapan menikah menjadi isu penting pada masa dewasa awal, terutama dalam konteks dinamika perkembangan yang kompleks. (Arnett, 2019) mengemukakan bahwa individu dalam fase ini cenderung mengalami kebingungan identitas, termasuk dalam pengambilan keputusan untuk menikah atau menjalin hubungan yang lebih serius. Studi pendahuluan yang telah dilakukan sebelumnya terhadap lima individu dewasa awal, menunjukkan bahwa lima individu pada tahap dewasa awal merasa belum siap untuk menikah. Ketidaksiapan ini terlihat dari ketidakstabilan emosional, ketidakmatangan finansial, kebingungan arah hidup yang mereka alami, dan pola kedekatan emosional yang terjalin dengan figur signifikan dalam kehidupan sebelumnya. Figur-figur ini meliputi anggota keluarga, teman dekat, hingga pasangan saat ini ataupun pasangan terdahulu, yang semuanya berperan dalam pembentukan *internal working model*, yang memperlihatkan bagaimana individu memahami keintiman, kepercayaan, dan ketergantungan dalam hubungan interpersonal (Collins & Read, 1990). Situasi tersebut seringkali membuat individu merasa tidak siap untuk mengambil keputusan jangka panjang seperti pernikahan. Berdasarkan adanya pola kedekatan emosional yang terbentuk dengan figur-figur signifikan seperti keluarga, teman dekat, dan pasangan, individu secara bertahap membangun pola kelekatan yang dikenal sebagai *adult attachment style* (Collins & Read, 1990).

Menurut Bowlby (dalam Pistole et al., 2010) hubungan romantis dewasa sangat dipengaruhi oleh pola kelekatan emosional yang terbentuk sejak masa kanak-kanak atau yang dikenal sebagai *adult attachment style*. *Adult attachment style* juga merupakan pola afeksi dan perilaku dalam hubungan romantis yang mencerminkan kelekatan yang terbentuk sejak masa kanak-kanak dan berkembang sepanjang kehidupan (Hazan & Shaver, 1987). Namun, kelekatan di masa dewasa

tidak terbatas hanya pada pasangan romantis. Individu juga dapat membentuk hubungan kelekatan dengan figur lain yang signifikan secara emosional seperti orang tua, saudara kandung, dan teman dekat, tergantung pada siapa yang tersedia dan responsif terhadap kebutuhan afeksional individu di masa lampau (Collins & Allard, 2001)

Collins dan Read (dalam Collins & Allard 2001) menjelaskan bahwa representasi kognitif dari kelekatan berbentuk sistem hierarki, yang disebut *default attachment hierarchy*. Pada tingkatan paling atas dari hierarki ini terdapat model dasar yang merepresentasikan pandangan umum individu tentang diri sendiri dan orang lain, yang terbentuk dari akumulasi pengalaman relasional sebelumnya, terutama dengan pengasuh dan teman sebaya (Collins & Read, dalam Collins & Allard 2001). Model umum ini bersifat abstrak dan dapat diaplikasikan secara luas dalam berbagai jenis hubungan sosial, meskipun tidak selalu secara akurat menggambarkan satu hubungan tertentu (Collins & Read, dalam Collins & Allard 2001). Di tingkat hierarki yang lebih rendah terdapat model-model yang lebih spesifik, yang merepresentasikan tipe-tipe hubungan tertentu, seperti hubungan orang tua pada anak, persahabatan, dan hubungan romantis (Collins & Read, dalam Collins & Allard 2001). Sementara itu, pada tingkat paling bawah dalam hierarki, terdapat model paling konkret dan spesifik, yakni model mental individu terhadap relasi dengan orang tertentu, seperti “suami saya Michael” atau “teman saya Sandra” (Collins & Read, dalam Collins & Allard 2001).

Menurut Hazan & Shaver (1987) dalam konteks hubungan dewasa, terdapat tiga kategori utama *adult attachment style* yaitu *secure*, *avoidant* dan *anxious*. Individu dengan *secure attachment* merasa nyaman dalam kelekatan dan mandiri secara emosional, individu dengan *avoidant attachment* cenderung menjaga jarak dan menghindari keintiman emosional, sementara individu dengan *anxious attachment* menunjukkan kecemasan berlebihan tentang penerimaan dan keberadaan pasangan, seringkali takut akan penolakan dan berusaha keras untuk mempertahankan kedekatan (Hazan & Shaver, 1987). Feeney & Noller (1990) juga menegaskan bahwa *adult attachment style* seseorang mempengaruhi ekspektasi dan respons dalam hubungan romantis, termasuk dalam menangani konflik, membangun keintiman, dan menjaga komitmen jangka panjang.

Penelitian terdahulu lebih menunjukkan pengaruh *adult attachment style* terhadap pasangan, saat ini belum ada yang menunjukkan pengaruh *adult attachment style* terhadap figur signifikan seperti anggota keluarga, teman dekat. Seperti yang dilakukan oleh Annisa & Dalimunthe (2021) mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *adult attachment style* dengan kesiapan menikah pada dewasa awal. Individu dengan *secure attachment style* menunjukkan tingkat kesiapan menikah yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang memiliki *avoidant* atau *anxious attachment style*. Penelitian serupa juga dilakukan oleh (Pietromonaco & Barrett, 2000) yang menyoroti bagaimana gaya kelekatan pada orang dewasa mempengaruhi dinamika hubungan dekat, termasuk dengan pasangan romantis, teman dekat, dan keluarga. Studi ini menunjukkan bahwa individu dengan gaya kelekatan aman cenderung mampu menyelesaikan konflik secara sehat dan menjaga kedekatan emosional, sementara individu dengan gaya kelekatan cemas atau menghindar lebih rentan menunjukkan pola komunikasi yang tidak efektif dalam hubungan, seperti penghindaran konflik atau kecemasan berlebih terhadap penolakan.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Kusumawardhani et al. (2024) memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa *adult attachment style* memiliki peran signifikan dalam menentukan kualitas hubungan pernikahan, khususnya dalam bentuk *marital flourishing*. Penelitian ini menemukan bahwa individu dengan *secure attachment style* secara signifikan lebih mampu membangun pernikahan yang sehat, saling mendukung dan mampu berkembang bersama pasangan. Sementara itu, gaya kelekatan lainnya seperti *fearful*, *preoccupied* dan *dismissing* tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap *marital flourishing*. Studi lain oleh Hikmah & Rahayu (2025) menunjukkan bahwa kematangan emosi dan dukungan sosial berperan dalam meningkatkan kesiapan menikah, tetapi belum banyak penelitian yang secara spesifik menganalisis pengaruh langsung *attachment style* terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal di Indonesia.

Meskipun telah banyak penelitian mengenai *attachment style* dan hubungan romantis, masih terdapat kesenjangan dalam penelitian yang secara khusus menghubungkan *adult attachment style* dengan kesiapan menikah pada dewasa

awal. Sebagian besar penelitian lebih fokus pada pengaruh *adult attachment style* dalam pernikahan yang sudah berlangsung seperti kepuasan menikah, bukan pada fase persiapan menuju pernikahan. Studi-studi sebelumnya cenderung menyoroti bagaimana *adult attachment style* dapat meningkatkan kepuasan pernikahan, mengurangi konflik pasangan, serta meningkatkan komunikasi dalam rumah tangga, tetapi belum banyak yang membahas bagaimana individu dengan *secure attachment* lebih siap untuk menikah dibandingkan individu dengan *anxious* atau *avoidant attachment* sebelum memasuki pernikahan.

Selain itu, banyak penelitian sebelumnya yang lebih berfokus pada perilaku pasangan secara langsung yang telah menikah, bukan *adult attachment style* terhadap figur signifikan seperti anggota keluarga, teman dekat dan pasangan yang belum menikah. Seperti bagaimana *adult attachment style* mempengaruhi pola pengasuhan anak, kestabilan hubungan, atau kemungkinan perceraian. Studi oleh Davita (2021) meneliti hubungan antara kematangan emosi dan kesiapan menikah, tetapi tidak secara eksplisit mengaitkannya dengan peran *secure attachment* dalam membentuk kesiapan tersebut. Dengan demikian, masih terdapat kebutuhan untuk mengeksplorasi lebih dalam bagaimana *adult attachment style* sejak awal berkontribusi dalam membentuk kesiapan menikah, sehingga dapat memberikan gambaran lebih komprehensif mengenai bagaimana individu mempersiapkan diri untuk memasuki kehidupan pernikahan. Meskipun sejumlah penelitian telah menyoroti keterkaitan antara *adult attachment style* dan kualitas hubungan romantis, fokus terhadap perkembangan gaya kelekatan individu dengan figur signifikan seperti anggota keluarga, teman dekat, atau pasangan masih terbatas.

Seperti yang telah dijelaskan di atas, kesiapan menikah pada dewasa awal merupakan aspek psikologis yang kompleks, dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kematangan emosi, pengalaman hubungan masa lalu, dan pola kelekatan atau *attachment style*. Individu dengan *secure attachment* cenderung lebih siap untuk membangun hubungan pernikahan yang sehat, sementara individu dengan *anxious* atau *avoidant attachment* dapat menghadapi lebih banyak hambatan dalam mempersiapkan diri untuk menikah (Annisa & Dalimunthe, 2021).

Lebih lanjut, penelitian ini juga memiliki urgensi dalam konteks psikologi perkembangan, karena dewasa awal adalah fase yang penuh dengan transisi kehidupan, termasuk transisi menuju pernikahan. Tidak semua individu dewasa awal memiliki kesiapan yang sama untuk menikah, dan *adult attachment style* dapat menjadi prediktor yang membentuk kesiapan tersebut. Dengan memahami bagaimana *adult attachment style* berperan dalam kesiapan menikah, individu dapat lebih menyadari pola kelekatan mereka dan mengembangkan strategi untuk meningkatkan kesiapan mereka dalam membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan penelitian yang ada dan memberikan kontribusi baru dalam pemahaman mengenai kesiapan menikah pada dewasa awal. Oleh karena itu, penelitian dengan judul **“Pengaruh *Adult Attachment Style* terhadap Kesiapan Menikah pada Dewasa Awal”** penting untuk dilakukan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang di atas, maka masalah yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini yaitu:

1. Penurunan angka pernikahan di Indonesia yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir, serta kecenderungan individu untuk menunda pernikahan karena berbagai faktor psikologis dan sosial. Ketidaksiapan menikah berkorelasi dengan rendahnya kualitas pernikahan.
2. *Adult attachment style* yang terbentuk dari hubungan dekat dengan figur signifikan seperti anggota keluarga, teman dekat, dan pasangan berperan dalam membentuk kesiapan individu untuk menikah.
3. Kesenjangan dalam penelitian sebelumnya yang belum banyak membahas hubungan antara *adult attachment style* dan kesiapan menikah pada dewasa awal di Indonesia.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, fokus penelitian ini adalah melihat kesiapan menikah pada dewasa awal yang ditinjau dari *adult attachment style* (*secure, avoidant, anxious*). Oleh karena itu, penelitian ini membatasi hanya pada

pengaruh *adult attachment style* (*secure, avoidant, anxious*) terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut, “Apakah terdapat pengaruh antara *adult attachment style* terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal?”

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk melihat ada atau tidaknya pengaruh *adult attachment style* terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal.

1.6 Manfaat Penelitian

Berikut dijabarkan manfaat dalam penelitian ini yaitu:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi perkembangan, khususnya dalam memahami hubungan antara *adult attachment style* dan kesiapan menikah pada dewasa awal. Dengan berfokus pada fase sebelum pernikahan, penelitian ini memperkaya literatur dalam psikologi hubungan romantis dan mengisi kesenjangan penelitian yang ada, mengingat sebagian besar studi sebelumnya lebih banyak membahas *attachment style* dalam konteks pernikahan yang telah berlangsung.

1.6.2 Manfaat Praktis

Berikut manfaat praktis dalam penelitian ini yaitu:

1.6.2.1 Bagi Dewasa Muda

Penelitian ini membantu mereka mengenali *attachment style* yang dimiliki serta dampaknya terhadap kesiapan menikah, sekaligus meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesiapan psikologis sebelum memasuki pernikahan guna menghindari keputusan impulsif atau hubungan yang tidak matang secara emosional.

1.6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi studi lanjutan yang ingin meneliti intervensi psikologis untuk meningkatkan kesiapan menikah terkait bagaimana individu dengan *secure*, *anxious*, atau *avoidant attachment* memiliki kesiapan menikah yang berbeda.

