

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan manusia merupakan proses yang berlangsung secara berkelanjutan sejak lahir hingga lanjut usia, mencakup perubahan fisik, kognitif, dan psikososial. Setiap tahap perkembangan membawa tugas perkembangan tertentu yang perlu diselesaikan individu agar dapat mencapai kematangan psikologis. Dalam perspektif psikososial, keberhasilan individu dalam menyelesaikan tugas perkembangan akan membentuk kapasitas adaptif dalam menjalin relasi interpersonal.

Arnett (2000) menjelaskan melalui istilah *emerging adulthood*, yang merujuk pada fase transisi antara remaja dan dewasa penuh, umumnya berada pada rentang usia 18–25 tahun. Fase ini ditandai oleh eksplorasi identitas, ketidakstabilan, serta fokus pada kemungkinan-kemungkinan dalam pekerjaan dan hubungan romantis. Individu pada periode ini cenderung mengeksplorasi berbagai bentuk relasi sebelum menetapkan komitmen jangka panjang, sebagai bagian dari proses mencoba berbagai kemungkinan identitas dan peran sebelum menetap pada satu bentuk komitmen tertentu. Karakteristik eksplorasi inilah yang membuat individu pada fase *emerging adulthood* cenderung terbuka terhadap bentuk relasi yang belum terdefinisi secara jelas, termasuk relasi yang tidak diikat oleh label atau komitmen formal, karena ketidakstabilan yang menjadi ciri fase ini membuat individu belum tentu siap atau ingin langsung menetapkan status hubungan yang mengikat. Oleh karena itu, dinamika relasi romantis pada *emerging adulthood* menjadi ruang penting untuk memahami bagaimana kebutuhan *intimacy* dipenuhi atau justru mengalami hambatan.

Evans (2003) menyatakan bahwa kepadatan dan tekanan lingkungan dalam setting urban berkaitan dengan peningkatan stres serta perubahan dalam

kualitas interaksi sosial individu. Data Badan Pusat Statistik (2026) menunjukkan bahwa DKI Jakarta memiliki tingkat kepadatan penduduk yang tinggi dibandingkan wilayah lain di Indonesia. Laporan TomTom Traffic Index menempatkan Jakarta sebagai salah satu kota dengan tingkat kemacetan tertinggi secara global (TomTom, 2024). Tingginya mobilitas dan tuntutan waktu menjadi bagian dari pengalaman hidup sehari-hari masyarakat kota. Data Sakernas BPS (2026) turut mencatat bahwa mayoritas pekerja Indonesia, sebagian besar terkonsentrasi di kota besar seperti Jakarta, bekerja lebih dari 35 jam per minggu sebagai pekerja penuh. Tingginya mobilitas dan waktu tempuh perjalanan di Jakarta menyebabkan commuting menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari banyak orang.

Penelitian menunjukkan bahwa lingkungan urban dan bentuk tata kota dapat memengaruhi kualitas serta pola hubungan sosial individu, termasuk dalam hal frekuensi interaksi, pembentukan jaringan sosial, dan cara individu membangun kedekatan dengan orang lain (Mouratidis, 2018). Selain itu, studi pada pasangan di wilayah urban menunjukkan bahwa tuntutan pekerjaan, tekanan waktu, serta berbagai stressor kehidupan sehari-hari berkaitan dengan munculnya tantangan dalam hubungan romantis dan memengaruhi kualitas relasi yang dijalani (Rumondor et al., 2024). Dalam kondisi tersebut, relasi romantis tidak selalu dibangun melalui interaksi yang stabil dan berkelanjutan, melainkan menyesuaikan dengan keterbatasan waktu dan dinamika aktivitas sehari-hari. Pada fase *emerging adulthood*, relasi romantis tidak selalu bersifat stabil, melainkan menjadi bagian dari proses eksplorasi yang memungkinkan individu terlibat dalam berbagai hubungan dengan dinamika yang berbeda-beda (Fincham & Cui, 2011). Penelitian menunjukkan bahwa terdapat heterogenitas dalam pengalaman relasi romantis, termasuk variasi dalam keterlibatan serta pergantian pasangan selama periode ini (Boisvert et al., 2023), sebuah pola yang mencerminkan bagaimana proses eksplorasi pada *emerging adulthood* secara langsung terwujud dalam bentuk relasi yang tidak menetap dan tidak selalu berujung pada komitmen, termasuk Hubungan Tanpa Status (HTS). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa relasi romantis pada *emerging adulthood* tidak selalu mengikuti pola yang stabil dan berkelanjutan,

melainkan dapat bersifat berubah-ubah serta tidak selalu memiliki kejelasan dalam keterlibatan jangka panjang.

Perubahan pola ini ditandai oleh meningkatnya fleksibilitas dalam bentuk hubungan, keberagaman tujuan relasi, serta perubahan dalam norma dan ekspektasi interpersonal dibandingkan dengan pola hubungan tradisional (BARE Dating, 2025). Istilah *modern dating* pada praktik relasi romantis berkembang seiring dengan meningkatnya penggunaan platform digital dan aplikasi kencan pada generasi muda. Perkembangan ini tidak hanya mengubah cara individu bertemu dan berinteraksi, tetapi juga melahirkan kosakata baru yang merefleksikan dinamika relasi yang sebelumnya tidak banyak dikategorikan secara eksplisit. George (2024) mencatat bahwa munculnya istilah seperti *situationship*, *cushioning*, *kittenfishing*, dan *zombieing* menunjukkan adanya bentuk-bentuk relasi serta pola interaksi yang khas dalam ekosistem kencan berbasis teknologi. Istilah *situationship* inilah yang di Indonesia lebih dikenal dan digunakan sehari-hari dengan istilah hubungan tanpa status (HTS), yaitu relasi romantis yang memiliki kedekatan emosional maupun fisik namun tanpa kejelasan label, komitmen, dan batasan hubungan yang eksplisit (Aryadi et al., 2024). Istilah ini digunakan untuk menggambarkan kondisi ambiguitas status, pengelolaan alternatif pasangan, manipulasi presentasi diri secara daring, hingga pola komunikasi yang terputus dan muncul kembali. Dengan demikian, *modern dating* tidak hanya menunjuk pada medium pertemuan yang terdigitalisasi, tetapi juga pada perubahan struktur interaksi, ekspektasi, dan terminologi yang menyertai praktik relasi pada generasi kontemporer, dengan HTS sebagai padanan istilah *situationship* yang digunakan dalam konteks Indonesia.

Fenomena HTS yang muncul dalam ekosistem *modern dating* tidak bersifat marginal, melainkan telah terdokumentasi secara empiris dalam berbagai survei berskala besar maupun penelitian akademik. Survei YouGov (2024) terhadap 1.110 orang dewasa di Amerika Serikat menemukan bahwa 50% individu berusia 18 hingga 34 tahun pernah terlibat dalam *situationship*, jauh lebih tinggi dibandingkan rata-rata populasi dewasa umum yang berada di angka 39%. Angka serupa ditemukan oleh George (2024), yang

menyimpulkan bahwa hampir 50% individu berusia 18 hingga 29 tahun pernah menjalani *situationship*, dengan sebagian besar melaporkan dampak emosional negatif ketika hubungan tersebut berakhir. Penelitian kualitatif Anderson dan Phillips (2026) yang secara spesifik menyasar individu berusia 19 hingga 25 tahun menemukan bahwa *situationship* telah menjadi pola yang dominan dan dinormalisasi dalam kehidupan relasi *emerging adults*, di mana partisipan melaporkan bahwa 95% teman-teman mereka sedang dalam *situationship*, dan hubungan jenis ini kini lebih umum dijumpai dibandingkan hubungan romantis yang memiliki komitmen formal.

Fenomena serupa juga terdokumentasi dalam penelitian akademik di Indonesia. Aryadi dkk. (2024) melalui penelitian kualitatif terhadap *emerging adulthood* menemukan bahwa HTS semakin diminati dan dipilih dibandingkan hubungan yang serius, dengan batasan yang kabur antara pertemanan, HTS, dan hubungan berpacaran. Penelitian Fitrihanur (2024) yang secara spesifik meneliti komunikasi interpersonal dalam HTS di kalangan Generasi Z di Banjarmasin dan Jakarta menemukan bahwa kedekatan yang terbangun dalam HTS tidak dapat dikategorikan sebagai hubungan romantis karena tidak adanya komitmen yang jelas di dalamnya, meskipun secara tahapan komunikasi sudah menyerupai relasi berpacaran. Rejeki dan Adiyanto (2025) menambahkan bahwa HTS di kalangan remaja Indonesia memberikan ruang fleksibilitas dan dukungan emosional, namun pada saat yang sama memunculkan ambiguitas, kecemasan, dan tekanan sosial akibat ketiadaan status yang jelas, serta dapat dipahami sebagai bentuk adaptasi generasi muda terhadap perubahan norma sosial di era digital. Temuan-temuan ini menegaskan bahwa HTS bukan sekadar istilah populer di media sosial, melainkan fenomena relasional yang telah menjadi objek kajian akademik, termasuk dalam konteks kota besar seperti Jakarta.

Tren ini juga tercermin dalam perubahan orientasi *emerging adults* terhadap komitmen jangka panjang. Deloitte (2026) mencatat adanya penurunan proporsi *emerging adults* yang menempatkan pernikahan sebagai hal yang sangat penting dibandingkan generasi milenial di usia yang sama, sejalan dengan temuan Match Group (2026) bahwa *emerging adults*

cenderung merasa perlu benar-benar siap secara emosional maupun finansial sebelum menjalani hubungan yang mengikat. Kondisi ini menciptakan ruang di mana HTS menjadi pilihan yang terasa lebih aman secara psikologis, yakni memberikan kedekatan emosional tanpa risiko komitmen yang belum siap untuk diemban, sekaligus menghadirkan dampak psikologis yang signifikan bagi mereka yang menginginkan kejelasan arah hubungan (Loyola et al., 2025). Kecenderungan ini tidak lepas dari karakteristik fase *emerging adulthood* itu sendiri, di mana ketika identitas masih dalam proses pembentukan dan stabilitas belum tercapai, *situationship* menawarkan ruang untuk memenuhi kebutuhan kedekatan emosional tanpa tuntutan komitmen, terutama di tengah tuntutan waktu dan energi yang telah lebih dahulu tercurah pada pendidikan dan karier.

Dari sisi persepsi, *emerging adulthood* memandang HTS dalam dua spektrum, yaitu sebagai ruang kebebasan sekaligus sumber ketidakjelasan. Sebagian individu memandang HTS secara positif karena memberikan afeksi dan kedekatan emosional tanpa tekanan komitmen formal, bahkan dianggap selaras dengan nilai kebebasan dan kemandirian modern (Aryadi et al., 2024). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa HTS menawarkan fleksibilitas dan kebebasan emosional dari tuntutan hubungan tradisional (Alexander, 2025), serta dapat berfungsi sebagai *support system* dalam meredakan stres akademik melalui komunikasi intens dan perhatian emosional (Octaviani & Rochman, 2025). Selain itu, HTS juga dipahami sebagai bentuk adaptasi komunikasi interpersonal generasi muda terhadap perubahan norma sosial dan budaya di era digital (Rejeki & Adiyanto, 2025).

Namun, di samping memberikan ruang fleksibilitas emosional, hubungan tanpa status juga sering dikatakan sebagai sumber ketidakjelasan. Ketiadaan label hubungan, kesepakatan komitmen, serta batasan interaksi yang eksplisit menyebabkan individu yang terlibat tidak selalu memiliki pemahaman yang sama mengenai makna dan arah hubungan yang dijalani. *Situationship* sering kali berlangsung tanpa pembahasan mengenai status hubungan maupun ekspektasi masa depan, sehingga menimbulkan ambiguitas mengenai peran, eksklusivitas, dan tingkat keterikatan antar pasangan (George, 2024). Kondisi

tersebut dapat memunculkan kebingungan mengenai posisi diri dalam hubungan serta ketidakpastian mengenai niat dan perasaan pasangan. Penelitian mengenai pengalaman *situationship* pada *emerging adults* juga menunjukkan bahwa ketiadaan label hubungan dan batasan yang jelas dapat menimbulkan konflik emosional serta perasaan tidak pasti terhadap status hubungan yang sedang dijalani (Loyola et al., 2025). Selain itu, dinamika interaksi yang tidak konsisten dan tidak adanya perkembangan hubungan menuju komitmen yang lebih jelas dapat memperkuat pengalaman ambiguitas relasional dalam hubungan tanpa status (George, 2024). Dengan demikian, meskipun HTS dapat memberikan ruang kebebasan dalam relasi romantis, karakteristik hubungan yang tidak terdefinisi juga berpotensi menghadirkan pengalaman ketidakjelasan mengenai status, komitmen, dan arah hubungan yang sedang dijalani.

Karakteristik utama *situationship* terletak pada ambiguitas relasional. Kedekatan dapat terbangun secara intens, tetapi tanpa kejelasan mengenai arah, batasan, dan komitmen. Lin (2026) mengonseptualisasikan *situationship* sebagai konstruk multidimensional yang terdiri dari tiga dimensi psikologis utama, yaitu *commitment ambiguity*, *emotional avoidance*, dan *relational uncertainty anxiety*. *Commitment ambiguity* diartikan sebagai ketiadaan kejelasan mengenai peran relasional, eksklusivitas, serta perencanaan masa depan, yang tercermin dalam penghindaran diskusi mengenai status hubungan maupun komitmen jangka panjang. *Emotional avoidance* menggambarkan pembatasan defensif terhadap keterbukaan emosional dan kedalaman pertukaran afeksi, termasuk kecenderungan membatasi *self-disclosure* untuk menjaga jarak psikologis. *Relational uncertainty anxiety* didefinisikan sebagai kekhawatiran yang persisten, ruminasi mengenai makna hubungan, serta kecemasan terhadap kemungkinan berakhirnya relasi secara tiba-tiba akibat ambiguitas komitmen dan batasan peran.

Ketiga dimensi tersebut dapat dipahami lebih lanjut melalui kerangka *Relational Uncertainty Theory* yang dikemukakan oleh Knobloch dan Solomon (1999). Knobloch dan Solomon (1999) mendefinisikan *relational uncertainty* sebagai tingkat keyakinan individu terhadap pemahamannya

mengenai keterlibatan dalam hubungan interpersonal, yang terdiri dari tiga sumber utama, yaitu *self uncertainty*, *partner uncertainty*, dan *relationship uncertainty*. *Self uncertainty* adalah keraguan individu terhadap keterlibatan atau perasaan dirinya sendiri dalam hubungan. *Partner uncertainty* berkaitan dengan ketidakjelasan mengenai komitmen, niat, atau perasaan pasangan. Sementara itu, *relationship uncertainty* merujuk pada ketidakpastian mengenai definisi, arah, dan masa depan hubungan secara keseluruhan. Ketiga bentuk ketidakpastian tersebut dapat memengaruhi bagaimana individu mengevaluasi hubungan, menafsirkan perilaku pasangan, serta merespons dinamika relasional yang terjadi.

Ketidakpastian ini muncul ketika individu mengalami kesulitan untuk memahami atau memprediksi sikap, perasaan, dan perilaku pasangan dalam hubungan interpersonal. Afifi & Afifi (2009) menjelaskan bahwa *uncertainty* dapat muncul dari keterbatasan informasi maupun dari kesulitan individu dalam menafsirkan makna dari perilaku relasional yang dialami. Ketidakpastian tersebut tidak hanya berkaitan dengan proses kognitif dalam memahami hubungan, tetapi juga berkaitan dengan respons emosional dan perilaku komunikasi yang digunakan individu dalam mengelola hubungan interpersonal.

Lin (2026) mengemukakan bahwa pengalaman dalam *situationship* tidak terlepas dari faktor individual, termasuk *attachment orientation*, yang berkaitan dengan bagaimana individu membangun kedekatan, mengelola jarak emosional, serta merespons ketidakjelasan dalam hubungan. Dalam kerangka tersebut, *attachment orientation* diposisikan sebagai salah satu faktor yang berpotensi berkaitan dengan munculnya karakteristik hubungan tanpa status maupun tingkat ketidakpastian relasional yang dialami individu. Dijelaskan bahwa individu dengan tingkat *attachment anxiety* yang tinggi cenderung lebih sensitif terhadap ketidakjelasan relasional dan lebih mudah mengalami kekhawatiran mengenai komitmen maupun perasaan pasangan. Sebaliknya, individu dengan tingkat *attachment avoidance* yang tinggi cenderung menjaga jarak emosional dan menghindari diskusi mengenai definisi maupun kejelasan hubungan, yang dapat mempertahankan ambiguitas dalam relasi interpersonal.

Attachment orientations didefinisikan sebagai pola sistematis dalam ekspektasi, emosi, dan perilaku dalam hubungan interpersonal yang berkembang dari pengalaman keterikatan individu (Mikulincer & Shaver, 2013). Mikulincer dan Shaver menjelaskan bahwa orientasi keterikatan dapat dipahami melalui dua dimensi utama, yaitu *attachment-related anxiety* dan *attachment-related avoidance*. Attachment anxiety ditandai oleh keraguan terhadap diri sendiri serta kekhawatiran bahwa pasangan tidak akan tersedia ketika dibutuhkan, sedangkan *attachment avoidance* berkaitan dengan kecenderungan menjaga jarak emosional dan mempertahankan kemandirian dalam hubungan karena kurangnya kepercayaan terhadap pasangan.

Karakteristik hubungan tanpa status, yang ditandai oleh ambiguitas komitmen, batas relasional yang tidak tegas, serta ketidakjelasan mengenai arah hubungan, berpotensi berkaitan dengan pengalaman relational uncertainty. Kedekatan emosional yang terjalin tanpa kejelasan status hubungan dapat memunculkan pertanyaan mengenai komitmen pasangan, ekspektasi relasional, serta masa depan hubungan. Dalam kondisi tersebut, orientasi *attachment* individu dapat memengaruhi bagaimana ketidakjelasan relasional tersebut dipersepsikan, diinterpretasikan, dan direspons dalam dinamika hubungan romantis.

Berdasarkan uraian tersebut, fenomena hubungan tanpa status tidak hanya mencerminkan perubahan bentuk relasi romantis pada generasi muda, tetapi juga menghadirkan dinamika psikologis yang berkaitan dengan pengalaman ketidakpastian dalam hubungan interpersonal. Pemahaman mengenai *relational uncertainty* serta faktor psikologis yang berkaitan dengannya menjadi penting untuk menjelaskan bagaimana individu memaknai dan menavigasi hubungan yang bersifat ambigu, khususnya di kota seperti Jakarta yang karakteristik kepadatan, mobilitas, dan orientasi kariernya turut membentuk pola relasi tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji "Pengaruh *Attachment Orientation* pada *Relational Uncertainty* pada *Emerging Adulthood* di Jakarta yang Menjalani Hubungan Tanpa Status (HTS)".

1.2 Identifikasi Masalah

Berlandaskan pada latar belakang masalah yang sudah dirumuskan pada bagian sebelumnya, peneliti mengidentifikasi masalah berupa:

1. Pada tahap *emerging adulthood*, individu berada dalam fase eksplorasi identitas yang juga mencakup eksplorasi dalam relasi romantis, sehingga hubungan yang dijalani tidak selalu bersifat stabil dan berkelanjutan.
2. Relasi romantis pada *emerging adults* menunjukkan variasi dalam bentuk hubungan, termasuk perbedaan dalam keterlibatan dan pergantian pasangan, yang mencerminkan adanya heterogenitas dalam pengalaman relasional.
3. Kehidupan di lingkungan urban ditandai oleh kepadatan, mobilitas tinggi, serta tuntutan aktivitas memengaruhi dinamika interaksi sosial dan cara individu menjalani relasi interpersonal.
4. Perubahan pola relasi tersebut ditandai dengan munculnya praktik hubungan yang tidak selalu mengikuti pola konvensional, serta berkembangnya berbagai bentuk relasi dengan karakteristik yang beragam.
5. Salah satu bentuk relasi yang muncul adalah hubungan tanpa status, yang ditandai oleh ketidakjelasan dalam status, batasan, dan arah hubungan.
6. Fenomena hubungan tanpa status menunjukkan adanya kondisi relasi yang melibatkan kedekatan interpersonal, namun tidak selalu disertai dengan kejelasan komitmen maupun definisi hubungan yang eksplisit.

1.3 Pembatasan Masalah

Agar pembahasan dari penelitian terpusatkan, peneliti menerapkan beberapa batasan untuk penelitian ini, yaitu:

1. *Relational uncertainty* pada *emerging adulthood* di Jakarta yang menjalani hubungan tanpa status (HTS).
2. *Attachment orientation* pada *emerging adulthood* di Jakarta yang menjalani hubungan tanpa status (HTS).
3. Pengaruh antara *attachment orientation* terhadap *relational uncertainty* pada *emerging adulthood* di Jakarta yang sedang menjalani hubungan tanpa status (HTS).

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan yang sudah dianalisis sebelumnya, peneliti menetapkan rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh *attachment avoidance* terhadap *self uncertainty* pada *emerging adulthood* di Jakarta yang menjalani hubungan tanpa status (HTS)?
2. Apakah terdapat pengaruh *attachment avoidance* terhadap *partner uncertainty* pada *emerging adulthood* di Jakarta yang menjalani hubungan tanpa status (HTS)?
3. Apakah terdapat pengaruh *attachment avoidance* terhadap *relationship uncertainty* pada *emerging adulthood* di Jakarta yang menjalani hubungan tanpa status (HTS)?
4. Apakah terdapat pengaruh *attachment anxiety* terhadap *self uncertainty* pada *emerging adulthood* di Jakarta yang menjalani hubungan tanpa status (HTS)?
5. Apakah terdapat pengaruh *attachment anxiety* terhadap *partner uncertainty* pada *emerging adulthood* di Jakarta yang menjalani hubungan tanpa status (HTS)?
6. Apakah terdapat pengaruh *attachment anxiety* terhadap *relationship uncertainty* pada *emerging adulthood* di Jakarta yang menjalani hubungan tanpa status (HTS)?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang akan dilakukan adalah untuk mengetahui adanya pengaruh *attachment orientation* pada *relational uncertainty* pada *emerging adulthood* di Jakarta yang sedang menjalani hubungan tanpa status (HTS).

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tambahan pada bidang psikologi, khususnya dalam kajian psikologi hubungan interpersonal dan psikologi perkembangan, mengenai kedua variabel yang ditelaah, yaitu *attachment orientation* dan relational uncertainty. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pengaruh *attachment orientation* terhadap relational uncertainty pada individu *emerging adulthood* yang pernah atau sedang menjalani hubungan tanpa status (HTS). Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih dalam lagi terkait fenomena *modern dating*, khususnya hubungan tanpa status (HTS), di kota urban seperti Jakarta.

1.6.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah memberikan pemahaman yang lebih mendalam bagi individu *emerging adulthood* yang sedang atau pernah menjalani hubungan tanpa status (HTS) mengenai bagaimana attachment orientation yang dimiliki individu dapat memengaruhi pengalaman relational uncertainty. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat membantu individu *emerging adulthood* untuk lebih memahami dinamika psikologis yang muncul dalam hubungan tanpa status serta membantu mereka dalam mengambil keputusan yang lebih reflektif dalam menjalin hubungan interpersonal.

Bagi konselor dan psikolog, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam memahami pola kelekatan klien yang berada dalam hubungan tanpa status, sehingga intervensi yang diberikan dapat lebih tepat sasaran dan responsif terhadap kebutuhan emosional serta relasional klien. Konselor juga dapat memanfaatkan temuan ini untuk merancang program konseling yang berfokus pada pengelolaan ketidakpastian dalam hubungan romantis, khususnya pada populasi *emerging adulthood*.