

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LatarBelakang

Fase *emerging adulthood* merupakan tahap perkembangan yang terletak di antara remaja dan dewasa dengan rentang usia 18-29 tahun (Arnett dalam Arini, 2021). Pada tahap ini, individu telah meninggalkan masa ketergantungan kanak-kanak, namun belum sepenuhnya mengambil peran dan tanggung jawab sebagai individu dewasa. Pada fase ini individu mengalami perubahan yang bersifat relatif permanen serta dihadapkan pada berbagai tantangan yang memerlukan kemampuan untuk beradaptasi secara konstruktif (Ratnawulan, 2018).

Pada tahap perkembangan ini, individu cenderung lebih rentan mengalami krisis terutama ketika individu kurang menyiapkan diri menuju dunia sosial. Arnet (Arini, 2021) menyatakan bahwa pada tahap *emerging adulthood*, individu sering memiliki masalah tentang kebingungan terhadap masa depan, interaksi orang tua, keinginan dalam hubungan cinta, serta keyakinan beragama. Selain itu, individu pada fase ini dituntut untuk mengelola tuntutan pribadi dan akademik secara bertahap (Ernawati dkk., 2026). Tuntutan dari lingkungan ini menimbulkan tekanan psikologis. Selain itu, individu juga mengalami peningkatan ketidakpastian yang ditandai dengan perubahan pekerjaan dan hubungan (Papalia dalam Amelia & Sahrani, 2023), sehingga tidak semua orang dapat memanfaatkan fase ini secara maksimal untuk eksplorasi diri (Amelia & Sahrani, 2023). Kondisi tersebut menyebabkan tidak semua individu mampu menjalani fase *emerging adulthood* secara optimal.

Permasalahan dalam membangun hubungan positif dapat dilihat dari adanya tantangan dalam menciptakan interaksi yang positif dengan orang lain. Penelitian yang dilakukan oleh Sarah Nadia dkk. (2024) terhadap mahasiswa Universitas Malikussaleh menunjukkan bahwa sebanyak 52% responden berada pada kategori perilaku *bullying* yang tinggi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa perilaku negatif masih ditemukan pada kelompok mahasiswa yang berada pada fase *emerging adulthood*. Keterlibatan dalam perilaku *bullying* dapat menjadi

gambaran adanya hambatan dalam membangun hubungan yang positif, karena perilaku tersebut berpotensi mengganggu terbentuknya rasa saling percaya, dukungan emosional, kepedulian, penerimaan, dan sikap saling menghargai dalam interaksi sosial.

Temuan tersebut didukung oleh penelitian Alfiana Bunga Julliyaningtyas dan Mohammad Khasan (2025) yang melibatkan 89 partisipan, dengan mayoritas partisipan berada pada fase *emerging adulthood* berusia 22 tahun (44,4%). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa bullying yang dialami partisipan terjadi dalam bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara berulang, baik secara verbal, fisik, maupun psikologis, serta melibatkan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban. Kondisi tersebut dapat menciptakan lingkungan sosial yang kurang mendukung terbentuknya hubungan positif. Akibatnya, korban bullying berpotensi mengalami hambatan dalam membangun hubungan yang positif, seperti kesulitan untuk mempercayai orang lain, menerima dukungan emosional, serta menjalin dan mempertahankan hubungan yang sehat. Kondisi ini sejalan dengan konsep kemampuan membangun hubungan positif yang ditandai dengan adanya rasa saling percaya, dukungan emosional, kepedulian, kepuasan dalam interaksi sosial, serta kemampuan menjalin dan mempertahankan hubungan yang sehat dengan orang lain (Vilca et al., 2023).

Permasalahan dalam hubungan positif juga dapat ditemukan dalam berbagai fenomena yang terjadi di lingkungan perguruan tinggi. Berdasarkan laporan Kompas.id, seorang mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim (UIN Suska) Riau berusia 23 tahun terlibat dalam kasus penganiayaan terhadap mahasiswa lain yang diduga dipicu oleh konflik positif dan perbedaan harapan dalam hubungan yang dijalin antara pelaku dan korban (Kompas.id, 2026). Fenomena tersebut menunjukkan bahwa konflik dalam hubungan positif dapat berkembang menjadi permasalahan yang lebih serius ketika individu tidak mampu mengelola interaksi dan menyelesaikan konflik secara konstruktif. Kondisi ini relevan dengan kemampuan membangun hubungan positif yang dikemukakan oleh Vilca et al. (2023), khususnya dalam aspek *Management of positif Relationships*, yaitu kemampuan individu dalam mengelola dan mempertahankan hubungan positif secara konstruktif.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa kemampuan individu dalam membangun hubungan yang positif pada fase *emerging adulthood* masih belum optimal. Vilca et al., (2023), menyatakan kemampuan membangun hubungan positif merupakan kapasitas individu untuk membentuk ikatan yang sehat, mengelola interaksi sosial secara produktif, serta merasakan keterhubungan sosial, seperti merasa didampingi, diperhatikan, didukung, dan puas terhadap hubungan sosial yang dimiliki. Kemampuan tersebut ditunjukkan oleh adanya ikatan yang hangat, saling percaya, perhatian terhadap kebutuhan dan kesejahteraan orang lain serta sifat empati, kasih sayang, dan sikap saling memberi dan menerima dalam interaksi sosial (Fitri & Dewi 2014).

Kemampuan membangun hubungan positif memiliki peran penting dalam kehidupan individu, terutama pada masa *emerging adulthood*. Hubungan yang positif dapat meningkatkan keterampilan sosial individu untuk menjalani interaksi yang sehat dan responsif terhadap lingkungan sosialnya (Purnama & Wahyudi, 2017). Selain itu, hubungan positif juga berkontribusi terhadap meningkatkan kualitas hidup dan membantu individu untuk mencapai kesuksesan melalui rasa keterhubungan, penghargaan, serta dukungan dalam mengatasi berbagai tantangan dalam kehidupan sehari-hari (Nurrachman, 2024). Sejalan dengan hal tersebut, Seligman (dalam Tsuraya dkk., 2025), menyatakan bahwa *relationship* merupakan salah satu komponen utama kesejahteraan psikologis karena sebagai sumber dukungan sosial yang penting bagi individu.

Hubungan positif antara orang tua dan anak merupakan hubungan yang ditandai dengan adanya komunikasi yang terbuka, saling menghormati, empati, serta keterlibatan emosional yang hangat dalam interaksi sehari-hari. Menurut Roffey (2012), kualitas hubungan tersebut berperan dalam membantu individu mengembangkan rasa percaya diri, kemampuan memahami perasaan orang lain, serta keterampilan sosial yang lebih baik. Selain itu, interaksi yang positif melalui perhatian, dukungan emosional, dan waktu bersama dapat menciptakan rasa aman serta keterhubungan yang mendukung perkembangan sosial individu hingga masa dewasa. Kondisi ini menunjukkan bahwa hubungan positif dengan orang tua, khususnya ibu sebagai pengasuh utama, memiliki peran penting dalam membentuk

kemampuan individu untuk menjalin hubungan positif yang sehat pada fase *emerging adulthood*.

Kemampuan membangun hubungan positif dapat berkaitan dengan pengalaman hubungan yang diperoleh sejak masa perkembangan, salah satunya melalui hubungan dengan figur kelekatan utama. Menurut John Bowlby dan Mary Ainsworth (dalam Proborini, 2019), kelekatan merupakan hubungan emosional yang dibangun sejak masa kanak-kanak dan memiliki peran dalam memengaruhi cara individu berinteraksi secara sosial pada masa dewasa. Kelekatan ibu dimaknai sebagai hubungan afektif yang berlangsung dalam jangka panjang dan ditandai dengan kecenderungan individu untuk mencari serta mempertahankan kedekatan dengan orang tertentu (Utami & Murti, 2017).

Menurut konsep Bowlby, kelekatan *secure* merupakan ikatan yang terbentuk melalui kualitas hubungan individu dengan pengasuh utama dan dapat memberikan pengaruh yang berkelanjutan terhadap perkembangan individu (Bowlby, 1988). Hal serupa diungkapkan oleh Mikulincer dan Shaver (2007) bahwa kelekatan *secure* ditandai dengan ketersediaan figur kelekatan yang sensitif dan responsif ketika individu membutuhkan bantuan atau dukungan, sehingga individu merasa aman dan memiliki keyakinan bahwa figur kelekatan dapat diandalkan. Armsden dan Greenberg (1987) mengungkapkan bahwa kualitas kelekatan dengan figur orang tua dapat dilihat melalui tiga aspek, yaitu kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), dan keterasingan (*alienation*).

Pengalaman individu dengan pengasuh utama, terutama ibu, dapat membentuk *internal working model*, yaitu kerangka pemikiran yang memengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri dan orang lain hingga masa dewasa (Ikrima & Khoirunnisa, 2021). Ainsworth menyatakan bahwa kualitas kelekatan berkembang melalui interaksi antara anak dan pengasuhnya, dengan ibu sebagai salah satu figur kelekatan utama (dalam Amseke *et al.*, 2025). Ibu yang responsif dan konsisten terhadap kebutuhan anak dapat mendukung terbentuknya hubungan yang sehat.

Ibu merupakan salah satu figur kelekatan utama dalam kehidupan anak karena berperan dalam memenuhi kebutuhan emosional serta menciptakan rasa aman dan nyaman. Responsivitas ibu dalam merespons kebutuhan anak dapat

berkontribusi terhadap kualitas kelekatan yang terbentuk dan perkembangan sosial individu di masa depan. Kelekatan memiliki peran penting dalam membangun ikatan emosional yang menjadi dasar bagi perkembangan sosial individu sejak masa kanak-kanak serta menjadi landasan dalam proses pertumbuhan dan sosialisasi. Pengalaman emosional awal yang diperoleh melalui hubungan dengan ibu dapat memengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri dan berinteraksi dengan lingkungan sosial hingga dewasa (Purnama & Wahyuni, 2017). Selain itu, ibu juga berperan dalam mengarahkan anak pada lingkungan yang sesuai dan mendukung perkembangan secara optimal (Utami & Murti, 2017). Kelekatan ibu yang aman berkaitan dengan kemampuan sosial yang lebih baik, seperti kemudahan menjalin relasi, membangun kepercayaan, menjalin hubungan yang positif, serta beradaptasi dengan lingkungan sosial karena adanya rasa aman dan percaya terhadap lingkungan (Wahyudi & Asra, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Utami dan Murti (2017) menunjukkan bahwa tingkat kelekatan individu terhadap ibu tergolong tinggi, yaitu sebesar 74,03%, dibandingkan dengan kelekatan terhadap ayah. Tingginya kelekatan yang terjalin dengan ibu dapat berkaitan dengan adanya hubungan emosional yang kuat antara individu dan ibu sejak masa kanak-kanak. Selanjutnya, penelitian Irzalinda et al. (2022) menunjukkan bahwa kelekatan secure dapat berkembang ketika anak memperoleh pengalaman emosional yang kuat dan positif melalui ibu yang peka, responsif, hangat, menerima, dan penuh perhatian terhadap kebutuhan serta individualitas anak. Pengalaman tersebut dapat membantu membentuk hubungan kelekatan yang aman antara ibu dan anak. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kualitas kelekatan dengan ibu memiliki keterkaitan dengan kemampuan individu pada masa dewasa awal dalam membangun hubungan positif.

Berdasarkan uraian tersebut, kemampuan untuk membangun hubungan yang positif merupakan aspek penting dalam perkembangan selama fase *emerging adulthood*. Pada fase ini, individu menghadapi berbagai tantangan perkembangan termasuk membangun identitas diri, menjalin hubungan yang lebih matang dengan orang lain, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang luas. Namun, berbagai fenomena menunjukkan bahwa tidak semua individu pada fase *emerging adulthood* mampu membangun hubungan positif secara optimal yang ditandai

dengan rendahnya empati, perilaku *bullying*, serta kesulitan dalam membangun hubungan yang suportif. Kondisi ini menunjukkan pentingnya memahami aspek yang memengaruhi kemampuan seseorang untuk membangun hubungan positif, salah satunya adalah kelekatan *secure* ibu sebagai pengasuh utama.

Penelitian tentang kelekatan *secure* ibu telah dilakukan secara luas dan menunjukkan bahwa kelekatan *secure* ibu berhubungan dengan berbagai aspek perkembangan psikologis individu, seperti kemampuan bersosialisasi, kemandirian emosional, dan hubungan romantis. sebagian besar penelitian terdahulu masih membahas pengaruh kelekatan *secure* ibu terhadap perkembangan individu secara umum atau menggabungkan kelekatan *secure* ibu dengan kedua orang tua tanpa membedakan peran ibu sebagai figur kelekatan *secure* ibu utama. Selain itu, penelitian yang secara khusus menguji pengaruh kelekatan *secure* ibu terhadap kemampuan membangun hubungan positif pada individu *emerging adulthood* masih terbatas, terutama dalam konteks masyarakat Indonesia. Padahal, fase *emerging adulthood* merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan perluasan hubungan sosial sehingga kemampuan membangun hubungan positif menjadi salah satu tugas perkembangan yang penting. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang secara spesifik mengkaji pengaruh kelekatan *secure* ibu terhadap kemampuan membangun hubungan positif pada individu *emerging adulthood* untuk memperkaya temuan empiris pada konteks tersebut.

Selain itu, penelitian tentang kemampuan membangun hubungan yang positif masih relatif terbatas, terutama yang menggunakan konsep *Positive Relationship* dalam kerangka PERMA dan *PRIm+19*. Namun, pada fase *emerging adulthood* individu dihadapkan pada tuntutan untuk mengembangkan hubungan positif yang lebih matang, mempertahankan relasi sosial, dan mengembangkan keterhubungan dengan lingkungan di sekitar. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis bagaimana kelekatan *secure* ibu dapat memengaruhi individu dalam membangun hubungan positif di masa *emerging adulthood*.

1.2 Identifikasi masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, terdapat beberapa masalah yang teridentifikasi yaitu :

1. Pada fase *emerging adulthood* masih ditemukan individu yang mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang positif dengan orang lain.
2. Belum diketahui apakah kelekatan *secure* ibu berpengaruh terhadap kemampuan membangun hubungan positif pada individu *emerging adulthood*.
3. Penelitian mengenai pengaruh kelekatan *secure* ibu terhadap kemampuan membangun hubungan yang positif pada individu *emerging adulthood* masih terbatas.

1.3 Batasan masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah bahwa penelitian hanya difokuskan pada pengaruh kelekatan *secure* ibu terhadap hubungan positif pada *emerging adulthood*. Penelitian ini tidak membahas faktor-faktor lain di luar kelekatan *secure* ibu yang dapat memengaruhi kemampuan membangun hubungan positif.

1.4 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah terdapat pengaruh kelekatan *secure* pada ibu terhadap kemampuan membangun hubungan positif pada *emerging adulthood*?”

1.5 Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kelekatan *secure* pada ibu terhadap kemampuan membangun hubungan positif pada individu pada fase *emerging adulthood*.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini secara signifikan memajukan penelitian ilmiah tentang hubungan antara gaya keterikatan dan kemampuan untuk membentuk hubungan yang sehat di masa *emerging adulthood*. penelitian ini berkontribusi pada pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana pola keterikatan berfungsi dalam dinamika sosial budaya Indonesia, yang ditandai dengan penekanan kuat pada nilai-nilai keluarga dan kolektivisme
- b. Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan model teoritis hubungan positif pada *emerging adulthood*. Banyak teori relasi menekankan aspek komunikasi atau lingkungan sosial, namun penelitian ini menempatkan pola keterikatan sebagai faktor psikologis yang mendasar dalam membentuk kualitas hubungan positif. Dengan demikian, hasil penelitian dapat memperkaya kerangka berpikir ilmiah dalam psikologi perkembangan dan psikologi sosial mengenai bagaimana pola hubungan yang terbentuk sejak masa kanak-kanak memengaruhi relasi *emerging adulthood*.
- c. Penelitian ini mengisi gap literatur Indonesia yang selama ini lebih berfokus pada hubungan romantis atau komitmen pernikahan. Dengan meneliti hubungan positif secara lebih luas termasuk hubungan pertemanan, hubungan sosial kampus, serta interaksi sehari-hari penelitian ini dapat memperluas cakupan studi mengenai *attachment* atau kelekatan di Indonesia. Temuan penelitian dapat menjadi pijakan teoritis bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan kajian sejenis pada populasi berbeda atau menghubungkan *attachment* atau kelekatan dengan variabel lain seperti kecerdasan emosional, resiliensi, atau kesejahteraan psikologis.
- d. Penelitian ini memberikan manfaat teoritis dalam bentuk validasi konsep dan instrumen. Dengan menguji pengaruh kelekatan *secure* ibu dan hubungan positif pada *emerging adulthood*, instrumen yang digunakan akan diuji secara empiris sehingga dapat meningkatkan reliabilitas dan validitasnya untuk digunakan pada penelitian-penelitian berikutnya di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini dapat memberikan pemahaman baru kepada *emerging adulthood* mengenai gaya kelekatan *secure* ibu yang mereka miliki serta dampaknya terhadap pola hubungan dengan orang lain. Dengan memahami pola keterikatan diri, individu dapat lebih mudah mengidentifikasi sumber masalah relasional seperti kecemasan akan penolakan, kesulitan berbagi perasaan, atau kecenderungan menghindar. Pengetahuan ini akan membantu individu membangun hubungan yang lebih sehat, mengelola konflik, serta meningkatkan regulasi emosi dalam relasi.
- b. Penelitian ini menjadi acuan praktis bagi para konselor dan psikolog dalam melakukan asesmen awal terkait permasalahan hubungan positif. Dengan mengetahui bahwa kelekatan *secure* ibu berpengaruh signifikan terhadap kualitas hubungan, praktisi dapat merancang intervensi berbasis *attachment*, seperti terapi berfokus emosi, pelatihan komunikasi empatik, dan konseling relasi.
- c. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan program pendukung mahasiswa, seperti layanan konseling kampus, program pengembangan diri, atau seminar tentang hubungan positif. Kampus dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai dasar untuk meningkatkan layanan bimbingan dan konseling non-akademik, termasuk pelatihan *soft skills* seperti komunikasi, empati, dan manajemen emosi yang penting bagi mahasiswa dalam membangun hubungan positif.
- d. Penelitian ini memberikan edukasi tidak langsung kepada masyarakat mengenai pentingnya pola asuh dan kualitas hubungan keluarga dalam membentuk *attachment style* orang tua di masa *emerging adulthood*. Dengan meningkatnya pemahaman masyarakat tentang kelekatan *secure* ibu, keluarga dapat lebih berhati-hati dalam memberikan pengasuhan yang sensitif, responsif, dan suportif. Selain itu, masyarakat dapat membangun lingkungan sosial yang lebih mendukung perkembangan relasi yang sehat bagi *emerging adulthood*.