

**PENGARUH ATTACHMENT STYLE TERHADAP KOMPONEN CINTA
PADA HUBUNGAN ROMANTIS GENERASI Z DI JABODETABEK**



Oleh:

Yassinta Putri Sekarwangi

1801622054

PSIKOLOGI

SKRIPSI

Program Studi S1 Psikologi

Fakultas Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2026

**PENGARUH ATTACHMENT STYLE TERHADAP KOMPONEN CINTA
PADA HUBUNGAN ROMANTIS GENERASI Z DI JABODETABEK**



Oleh:

Yassinta Putri Sekarwangi

1801622054

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana

Psikologi

Program Studi S1 Psikologi

Fakultas Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2026

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING DAN PENGUJI

**PENGARUH ATTACHMENT STYLE TERHADAP KOMPONEN CINTA PADA
HUBUNGAN ROMANTIS GENERASI Z DI JABODETABEK**

Nama : Yassinta Putri Sekarwangi

NIM : 1801622054

Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : Senin, 20 Juli 2026

Pembimbing I



Reny Rustyawati, S.Pd., M.A

NIP. 199206082022032013

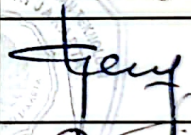
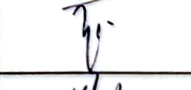
Pembimbing II



Novitasari R. Damanik, M.Si

NIP. 198911272022032005

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. (Dekan/Penanggungjawab)		19/10/2024
Mira Ariyani, Ph.D (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		19/10/26
Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog (Ketua Sidang)		10/8/2026
Anggi Mayangsari, M.Psi., Psikolog (Dosen Penguji)		4/8/26
Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi, Psikolog (Dosen Penguji)		10/8/26

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi
Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Yassinta Putri Sekarwangi

NIM : 1801622054

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “PENGARUH
ATTACHMENT STYLE TERHADAP KOMPONEN CINTA PADA HUBUNGAN
ROMANTIS GENERASI Z DI JABODETABEK” adalah:

adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2026.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung
segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 16 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan



Yassinta Putri Sekarwangi

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“We are all amateurs in this life, experiencing it for the very first time. We are all just learning how to be human, how to be a child, how to be a parent, and how to be a family. There is no guidebook for right and wrong—there is only a series of valuable lessons on how to be truly 'alive'.”

PERSEMBAHAN

Untuk Ayah tercinta dan Alm. Mamah yang cintanya selalu ada di hati. Untuk kakak, sahabat, dan teman-teman tersayang yang selalu mendukung, membantu, memotivasi, dan menemani sepanjang hidup peneliti.

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yassinta Putri Sekarwangi

NIM : 1801622054

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**“PENGARUH ATTACHMENT STYLE TERHADAP KOMPONEN CINTA
PADA HUBUNGAN ROMANTIS GENERASI Z DI JABODETABEK”**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 16 Juli 2026


Yassinta Putri Sekarwangi

YASSINTA PUTRI SEKARWANGI

**PENGARUH ATTACHMENT STYLE TERHADAP KOMPONEN CINTA
PADA HUBUNGAN ROMANTIS GENERASI Z DI JABODETABEK**

Skripsi

Jakarta. Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh *attachment style* (dimensi *anxiety* dan *avoidant*) terhadap komponen cinta pada hubungan romantis pada Generasi Z di Jabodetabek. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, sampel sebanyak 146 responden dipilih melalui teknik *purposive sampling* dengan instrumen kuesioner daring berbasis *Google Form*. Data variabel diukur menggunakan *Experiences in Close Relationship-Revised* (ECR-R) versi Bahasa Indonesia dan *Triangular Love Scale-15* (TLS-15) versi Bahasa Indonesia, lalu dianalisis memakai uji regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *attachment style* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap komponen cinta hubungan romantis ($F = 61,433$; $p < 0,001$) dengan kontribusi sebesar 46,2%. Uji parsial membuktikan bahwa dimensi *attachment avoidant* terbukti berpengaruh negatif dan signifikan ($B = -19,504$; $\beta = -0,689$; $p < 0,001$), sedangkan dimensi *attachment anxiety* tidak memiliki pengaruh yang signifikan ($p = 0,429$). Kesimpulannya, temuan ini menegaskan bahwa *attachment avoidance* merupakan faktor risiko dominan yang menurunkan komponen cinta pada hubungan romantis Generasi Z di Jabodetabek.

Kata kunci: *attachment style*, *anxiety*, *avoidance*, hubungan romantis, Generasi Z

YASSINTA PUTRI SEKARWANGI

**THE INFLUENCE OF ATTACHMENT STYLE ON LOVE COMPONENTS IN
ROMANTIC RELATIONSHIPS OF GENERATION Z IN JABODETABEK**

Thesis

Jakarta: Major of Psikologi

Faculty of Psychology, State University of Jakarta

2026

ABSTRACT

This study aims to examine the influence of attachment style (anxiety and avoidance dimensions) on love components in romantic relationships among Z Generation in Jabodetabek. Utilizing a quantitative correlational approach, a sample of 146 respondents were selected through purposive sampling using an online questionnaire via Google Form. Data were measured using the Indonesian versions of the Experiences in Close Relationship-Revised (ECR-R) and the Indonesian versions of the Triangular Love Scale-15 (TLS-15), then analyzed using multiple linear regression analysis. The results showed that attachment style simultaneously had a significant influence on romantic relationships ($F = 61,433$; $p < 0,001$), contributing 46.2% to the variance of romantic relationships ($B = -19,504$; $\beta = -0,689$; $p < 0,001$), whereas the attachment anxiety dimension did not show a significant influence ($p = 0,429$). In conclusion, these findings indicate that attachment avoidance is the dominant risk factor that decreases the stability and quality of romantic relationships among Z Generation in Jabodetabek.

Keywords: *attachment style, anxiety, avoidance, romantic relationships, Z Generation*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *“Pengaruh attachment style terhadap Komponen Cinta pada Hubungan Romantis Generasi Z di Jabodetabek”* dengan baik dan lancar. Penyusunan skripsi ini dilakukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa proses perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Dr. Anna Armeini Rangkuti, S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pembimbing Akademik Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
7. Ibu Reny Rustyawati, S.Pd., M.A., selaku Dosen Pembimbing I yang sejak awal telah memberikan waktu, kesabaran, tenaga, serta pikiran untuk membimbing dan mendukung penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

8. Ibu Novitasari R. Damanik, M.Si., selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa memberikan arahan selama proses penyusunan skripsi ini.
9. Seluruh dosen, staf administrasi, dan karyawan di Fakultas Psikologi yang telah membantu penulis.
10. Seluruh responden penelitian, yakni para Generasi Z di wilayah Jabodetabek yang telah meluangkan waktunya untuk berpartisipasi.
11. Ayah tercinta dan Alm. Mamah yang tidak pernah berhenti untuk selalu mendoakan dan memberikan dukungan berupa kasih sayang yang luar biasa agar penulis dapat menyelesaikan perkuliahan serta skripsi ini dengan baik. Serta untuk Kakak penulis yang senantiasa mendukung, dan membantu penulis.
12. Kepada Juditha, Mayla, dan Putri, sahabat-sahabat terdekat yang setia kebersamai penulis melewati berbagai fase kehidupan yang panjang. Terima kasih atas ketulusan, serta kenangan indah yang senantiasa kalian ukir. Kehadiran kalian memberikan pengaruh, arti, dan kekuatan yang luar biasa bagi perjalanan hidup penulis hingga saat ini.
13. Kepada Akhtar, yang hadir dan turut kebersamai penulis, terima kasih karena selalu bersedia, dan konsisten dalam memberikan semangat dan dukungan selama proses skripsi ini.
14. Kepada Felice beserta teman-teman seperjuangan lainnya, atas kebersamaan, solidaritas, tukar pikiran, dan setiap momen saling menguatkan dikala perkuliahan dan berjuang dalam merampungkan skripsi ini.
15. Kepada Kak Ira, terima kasih atas bantuannya selama penyusunan skripsi, khususnya dalam memahami alat ukur ECR-R.
16. Terakhir, untuk diri penulis pribadi yang telah berjuang, bertahan, dan tidak menyerah.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masuk jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Akhir kata,

semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi dan bagi para pembaca.

Jakarta, Juli 2026

Yassinta Putri Sekarwangi



DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING DAN PENGUJI	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	9
1.6 Manfaat Penelitian.....	9
1.6.1 Manfaat Teoritis	9
1.6.2 Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Komponen Cinta pada Hubungan Romantis	11
2.1.1 Definisi Hubungan Romantis	11
2.1.2 <i>Triangular Theory of Love</i>	12

2.1.3	Komponen Cinta	13
2.1.4	Faktor yang Memengaruhi Komponen Cinta Hubungan Romantis....	15
2.2	<i>Adult Attachment Style</i>	20
2.2.1	Definisi <i>Adult Attachment Style</i>	20
2.2.2	Dimensi <i>Adult Attachment Style</i>	21
2.2.3	Faktor-faktor yang memengaruhi <i>Attachment Style</i>	23
2.3	Karakteristik Generasi Z	25
2.4	Dinamika Psikologis Komponen Cinta pada Hubungan Romantis dan Attachment Style	27
2.5	Kerangka Pemikiran.....	29
2.6	Hipotesis Penelitian.....	30
2.7	Hasil Penelitian yang Relevan.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....		38
3.1	Tipe Penelitian.....	38
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	38
3.2.1	Definisi Konseptual.....	39
3.2.2	Definisi Operasional.....	40
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	41
3.3.1	Populasi Penelitian	41
3.3.2	Sample Penelitian.....	42
3.3.3	Teknik Sampling	42
3.4	Teknik Pengumpulan Data	44
3.4.1	Teknik Pengambilan Data	44
3.4.2	Instrumen Penelitian.....	44

3.5	Analisis Data	61
3.5.1	Persiapan Data.....	61
3.5.2	Uji Asumsi.....	62
3.5.3	Uji Korelasi	63
3.5.4	Uji Hipotesis.....	64
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		66
4.1	Gambaran Responden Penelitian	66
4.1.1	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	66
4.1.2	Gambaran Responden Berdasarkan Usia	67
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	68
4.1.4	Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	69
4.1.5	Gambaran Responden Berdasarkan Status Pekerjaan.....	69
4.1.6	Gambaran Responden Berdasarkan Figur Pengasuh	70
4.1.7	Gambaran Responden Berdasarkan Status Hubungan.....	71
4.2	Proses Prosedur Penelitian	75
4.2.1	Persiapan Penelitian	75
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	76
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian.....	78
4.3.1	Hasil Uji Statistik Deskriptif.....	78
4.3.2	Hasil Uji Asumsi	81
4.3.3	Hasil Uji Hipotesis Regresi Linear Berganda	87
4.4	Pembahasan.....	91
4.5	Keterbatasan Penelitian	93
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....		95

5.1	Kesimpulan.....	95
5.2	Implikasi.....	96
5.2.1	Implikasi Teoretis.....	96
5.2.2	Implikasi Praktis.....	96
5.3	Saran.....	97
5.3.1	Bagi Generasi Z (Individu Dewasa Awal)	97
5.3.2	Bagi Psikolog, Konselor, dan Praktisi.....	97
5.3.3	Bagi Peneliti Selanjutnya	98
DAFTAR PUSTAKA		100
LAMPIRAN		105
Lampiran 1. Perizinan Alat Ukur		105
Lampiran 2: Validasi Instrumen TLS-15 <i>Expert Judgment</i>		107_Toc237837815
Lampiran 3: Bukti Uji Coba Instrumen.....		108
Lampiran 4: Kuesioner Penelitian.....		108
Lampiran 5: Bukti Kuesioner Penelitian.....		113
Lampiran 6: Hasil Reliabilitas Instrumen		113
Lampiran 7: Hasil Daya Diskriminan Instrumen		114
Lampiran 8: Bukti Data Mentah.....		116
Lampiran 9: Bukti Hasil Data Demografis		116
Lampiran 10: Bukti Hasil Data Deskriptif		120
Lampiran 11: Bukti Uji Normalitas		121
Lampiran 12: Bukti Uji Korelasi.....		121
Lampiran 13: Bukti Uji Asumsi		121
Lampiran 14: Bukti Uji Regresi Berganda.....		123

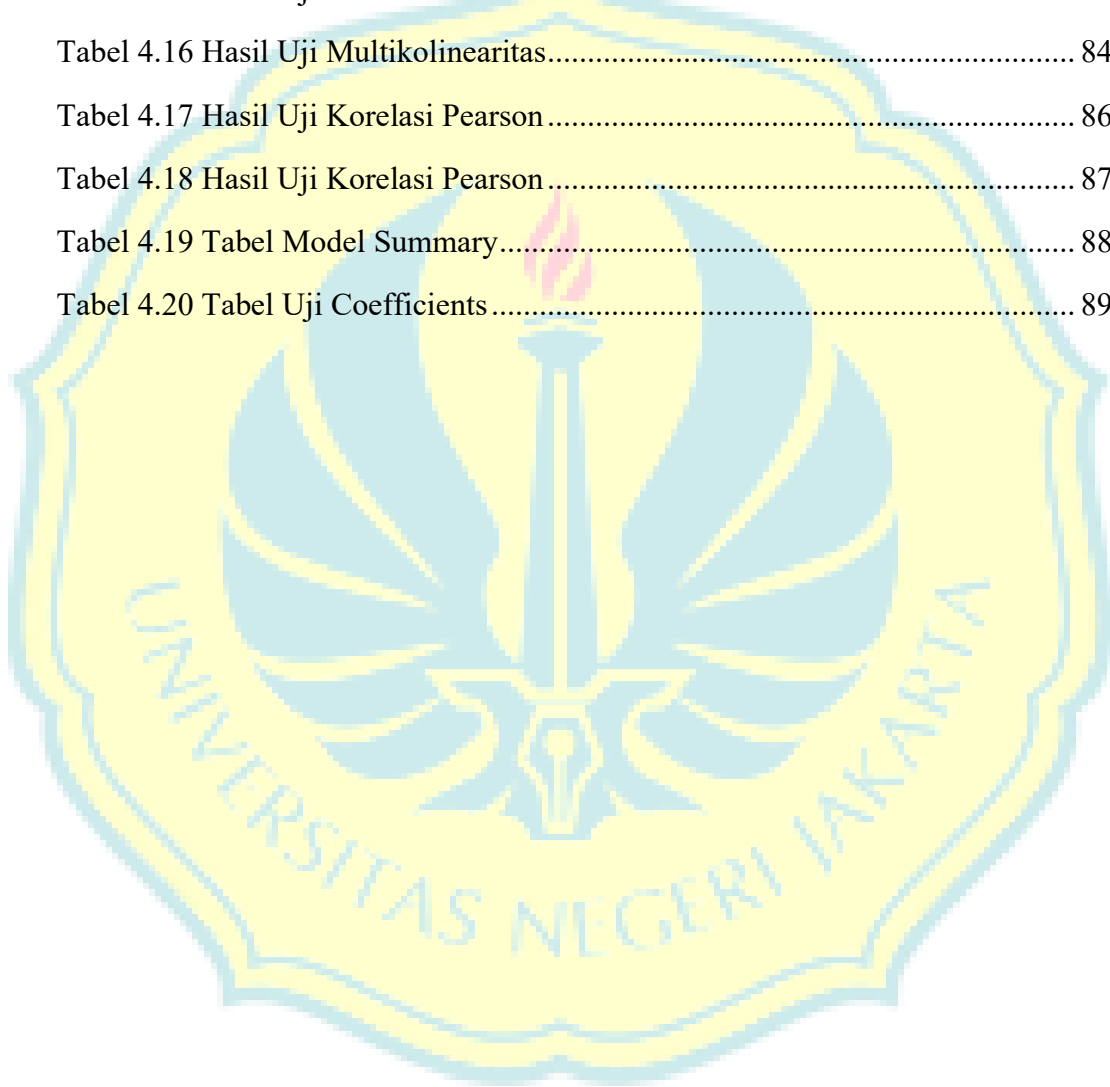
Lampiran 15: Riwayat Hidup Penulis	124
--	-----



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen TLS-15 Versi Bahasa Indonesia.....	46
Tabel 3.2 Skala Likert Instrumen TLS-15 Versi Bahasa Indonesia.....	47
Tabel 3.3 Reliabilitas Instrumen TLS-15 Versi Bahasa Indonesia	50
Tabel 3.4 Daya Diskriminasi Item Instrumen TLS-15 Dimensi Intimacy	51
Tabel 3.5 Daya Diskriminasi Item Instrumen TLS-15 Dimensi Passion.....	52
Tabel 3.6 Daya Diskriminasi Item Instrumen TLS-15 Dimensi Passion.....	52
Tabel 3.7 Kisi-kisi Instrumen ECR-R Versi Bahasa Indonesia	54
Tabel 3.8 Skala Likert Instrumen ECR-R Versi Bahasa Indonesia	55
Tabel 3.9 Reliabilitas Instrumen ECR-R Versi Bahasa Indonesia.....	58
Tabel 3.10 Daya Diskriminasi Item Instrumen ECR-R Dimensi Anxious	59
Tabel 3.11 Daya Diskriminasi Item Instrumen ECR-R Dimensi Avoidance	60
Tabel 4.1 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	66
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	67
Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	68
Tabel 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	69
Tabel 4.5 Gambaran Responden Berdasarkan Status Pekerjaan.....	69
Tabel 4.6 Gambaran Responden Berdasarkan Figur Pengasuh	70
Tabel 4.7 Gambaran Responden Berdasarkan Status Hubungan.....	71
Tabel 4.8 Gambaran Responden Berdasarkan Durasi Hubungan pada Responden yang Sedang Menjalin Hubungan	72
Tabel 4.9 Gambaran Responden Berdasarkan Lama Hubungan Telah Berakhir (Bagi yang Tidak Memiliki Pasangan Saat Ini)	73
Tabel 4.10 Gambaran Responden Berdasarkan Durasi Hubungan Terakhir (Bagi yang Tidak Memiliki Pasangan Saat Ini)	74

Tabel 4.11 Uji Statistik TLS-15 Versi Bahasa Indonesia	78
Tabel 4.12 Uji Statistik ECR Dimensi Anxiety Versi Bahasa Indonesia.....	79
Tabel 4.13 Uji Statistik ECR Dimensi Avoidance Versi Bahasa Indonesia	80
Tabel 4.14 Hasil Uji Normalitas Residual	82
Tabel 4.15 Hasil Uji Linearitas Variabel Penelitian	83
Tabel 4.16 Hasil Uji Multikolinearitas.....	84
Tabel 4.17 Hasil Uji Korelasi Pearson.....	86
Tabel 4.18 Hasil Uji Korelasi Pearson.....	87
Tabel 4.19 Tabel Model Summary.....	88
Tabel 4.20 Tabel Uji Coefficients.....	89



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	29
Gambar 4.1 Hasil Uji Heteroskedasitas	85



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Perizinan Alat Ukur	105
Lampiran 2: Validasi Instrumen TLS-15 Expert Judgment	107
Lampiran 3: Bukti Uji Coba Instrumen	108
Lampiran 4: Kuesioner Penelitian	108
Lampiran 5: Bukti Kuesioner Penelitian	113
Lampiran 6: Hasil Reliabilitas Instrumen	113
Lampiran 7: Hasil Daya Diskriminan Instrumen	114
Lampiran 8: Bukti Data Mentah	116
Lampiran 9: Bukti Hasil Data Demografis	116
Lampiran 10: Bukti Hasil Data Deskriptif	120
Lampiran 11: Bukti Uji Normalitas	121
Lampiran 12: Bukti Uji Korelasi	121
Lampiran 13: Bukti Uji Asumsi	121
Lampiran 14: Bukti Uji Regresi Berganda	123
Lampiran 15: Riwayat Hidup Penulis	124