

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk sosial, dimana manusia tidak dapat dipisahkan dari orang lain dan selalu hidup berdampingan dengan orang lain. Sebagai makhluk sosial, manusia memiliki dorongan untuk aktif dalam membangun sebuah relasi baik sebagai teman, rekan kerja, keluarga, sebagai kekasih, dan lain sebagainya. Manusia akan terus hidup berdampingan, bermain, bekerja, tolong menolong, bahagia, dan sukses bersama (Kassin et al., 2015). Tak hanya itu, tiap individu juga tentunya termotivasi untuk membangun hubungan yang dekat dan peduli terhadap orang lain. Seperti yang dikatakan Jannah, Fitriana, & Rahmawati (2020) manusia adalah individu yang membutuhkan cinta, kasih sayang, dan perhatian dari orang-orang disekitarnya. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut manusia akan membangun sebuah relasi berupa hubungan yang intim atau hubungan romantis pada lawan jenisnya.

Selama bertahun-tahun, banyak penelitian yang telah dilakukan untuk membuktikan bahwa hubungan romantis pada orang dewasa dapat dipengaruhi oleh jenis kelekatan atau *attachment* yang mereka peroleh pada tahap awal perkembangan mereka, yaitu saat masa kanak-kanak (Buyuksahin, 2006; Hazan & Shaver, 1987). Kelekatan itu sendiri memiliki dua macam tipe, yaitu kelekatan aman (*secure attachment*) dan kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) yang memiliki dua dimensi yaitu, *anxiety* dan *avoidant attachment*. Individu yang memiliki kelekatan tidak aman dapat memiliki sejumlah tantangan dalam hubungan intim. Sedangkan individu dengan kelekatan aman cenderung lebih mudah untuk berhubungan intim dan menjadi mandiri. Sebaliknya, pada individu yang memiliki kelekatan tidak aman akan sulit bagi mereka berada dalam hubungan yang intim dan menjadi mandiri.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Pace dan Zapulla (2011) tentang hubungan antara *insecure attachment*, komitmen dan masalah perilaku. Membuktikan bahwa adanya hubungan positif antara *avoidant attachment* dan perilaku bermasalah akan berubah secara drastis pada remaja dengan tingkat komitmen yang tinggi. Sehingga dapat diartikan bahwa remaja yang memiliki komitmen akan lebih efektif untuk menghadapi segala macam tantangan dalam perkembangan masa remaja dan kualitas hidup akan meningkat meskipun individu tersebut memiliki kelekatan tidak aman.

Pada tahap perkembangan psikososial menurut Erikson, masa dewasa awal merupakan tahap keenam, yaitu “intimacy versus isolation”. Di sana, selama masa dewasa awal, individu akan menghadapi masa membangun hubungan dekat dengan orang lain. Keintiman adalah pengalaman yang ditandai dengan kedekatan, kehangatan, dan komunikasi yang mungkin melibatkan seksual atau tidak (Rosen Bluth & Steil, dalam Papalia et al., 2008). Individu akan merasakan keintiman ketika adanya keterbukaan satu dengan yang lainnya, saling responsif dengan kebutuhan masing-masing, serta adanya penerimaan dan penghargaan yang saling menguntungkan (Papalia et al., 2008). Konflik yang dihadapi di masa dewasa awal adalah kemampuan untuk berbagi perasaan dengan orang lain atau berhenti. Individu yang berhasil membagi perasaannya, akan mendapatkan perasaan intim dan mesra. Sebaliknya, ketika individu tidak biasa membagi perasaan tersebut, maka individu dewasa awal akan merasa kesepian dan terasingkan (Hurlock, 2003).

Dengan adanya keintiman antar manusia akan membentuk sebuah rasa untuk ingin saling memiliki. Hubungan intim atau romantis, sering disebut sebagai pacaran adalah bagian penting dari kehidupan manusia (Demir, 2008). Menurut Bogle (2008), pacaran adalah kencan eksklusif bagi seseorang sebelum menjadi pasangan dalam pernikahan. Hubungan berpacaran atau hubungan romantis ini akan sangat mempengaruhi manusia dalam segala aspek baik kesehatan mental maupun fisik individu (Dush & Amato, 2005), serta mempengaruhi kepuasan hidup pada individu yang menjalani hubungan tersebut

(Twenge & King, 2005). Demir (2008) mengatakan bahwa hubungan romantis akan mempengaruhi kebahagiaan pada dewasa awal sebesar 3-6%. Tahap pacaran ini juga merupakan masa bagi individu untuk menjalin ikatan dengan lawan jenis, yang biasanya terjadi ketika mereka sudah dewasa (Pangestu & Ariela, 2020).

Hubungan pacaran atau hubungan romantis merupakan relasi interpersonal yang bisa kita sebut juga dengan relasi romantis atau cinta (Dwyer, 2000). Dalam relasi romantis ini kita akan merasakan hubungan yang lebih kompleks lagi dibandingkan dengan relasi lainnya. Untuk mewujudkan sebuah relasi romantis yang diinginkan individu, individu terlebih dahulu harus merasa puas dengan hubungan romantisnya agar hubungan romantis yang ia miliki dengan pasangannya dapat stabil dan langgeng (Gottman & Levenson, 1992; Wildsmith et al., 2013). Hubungan yang langgeng tersebut juga akan terbentuk apabila dalam suatu relasi romantis terdapat sebuah komitmen antara individu satu dengan yang lainnya.

Pacaran itu sendiri dapat dikatakan merupakan bagian dari kultur barat. Sebab biasanya masyarakat barat mengisahkan adanya fase-fase hubungan heteroseksual dalam kehidupan manusia sebelum menikah, seperti *puppy love*, *dating*, *going steady* dan *engagement*. Bagi budaya barat pacaran itu sendiri di identikan dengan hubungan seksual, mereka juga mewajarkan adanya hubungan tanpa keseriusan (Kompasiana.com, 30 Maret 2017). Pada penelitian yang dilakukan oleh Amanda Barroso (2020) mengatakan bahwa 62% orang barat menormalisasikan sebuah hubungan tanpa adanya komitmen. Hal tersebut tentunya jauh dari kultur budaya Indonesia yang mendahulukan moralitas.

Budaya pacaran di Indonesia itu sendiri merupakan adat asli masyarakat melayu. Pacaran dalam adat melayu menggambarkan suatu kondisi yang menerangkan sudah adanya itikad menuju jenjang yang lebih serius antara sepasang laki-laki dan perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa pacaran di Indonesia lebih mengutamakan adanya komitmen dalam hubungan karena adanya keinginan untuk memiliki hubungan dengan jangka panjang (Kumparan.com, 17 Desember 2019).

Sternberg (1986) mengajukan sebuah model yang dinamakan teori segitiga cinta (*triangular theory of love*). Teori segitiga cinta adalah teori Sternberg yang menyatakan bahwa cinta memiliki tiga bentuk utama yaitu keintiman (*intimacy*), gairah (*passion*), dan komitmen (*commitment*) (Sternberg dalam Santrock, 2016). Keintiman (*intimacy*) adalah rasa emosional yang memiliki keterkaitan dengan rasa hangat, kedekatan, serta berbagi dalam hubungan. Kemudian gairah (*passion*) berhubungan dengan daya tarik baik dalam segi fisik maupun seksual pada pasangan. Yang terakhir komitmen (*commitment*), komponen komitmen adalah elemen kognitif dalam model cinta segitua Sternberg (Baron & Byrne, 2005). Komponen ini mencakup dua aspek, jangka pendek dan jangka panjang. Aspek jangka pendek adalah memutuskan untuk mencintai orang lain. Sedangkan aspek jangka panjangnya adalah komitmen untuk menjaga hubungan romantis. Tidak seperti keintiman dan gairah, komitmen dibangun perlahan di awal hubungan. Seiring waktu, ketika pasangan memiliki tujuan jangka panjang, komitmen akan terus tumbuh (Sternberg, 2009).

Komitmen seseorang terhadap hubungan didasarkan oleh adanya saling ketergantungan yang terjadi pada pasangannya. Menurut Owen, Rhoades, Stanley & Markman (2011), terbentuknya ketergantungan tersebut karena adanya perilaku yang mendukung hubungan tersebut, yaitu keinginan individu untuk bersama dengan pasangannya (dedikasi personal) dan perasaan dirugikan jika hubungan tersebut berakhir (komitmen kendala/*constraint*).

Seseorang yang memiliki komitmen tinggi terhadap pasangannya lebih mungkin untuk tetap menjalin hubungan dengan pasangannya dan sebaliknya. Namun, untuk mempertahankan hubungan jangka panjang tidak bisa hanya dilihat dari salah satu pihak saja. Tetapi kedua belah pihak harus sama-sama ikut serta dalam berkomitmen pada hubungan yang mereka jalani. Roloff dan Solomon (dalam Van Epp, 2006) juga menemukan bahwa komitmen berhubungan positif dengan kesediaan untuk berhubungan dengan pasangan. Pasangan yang lebih berkomitmen cenderung berkomunikasi dan memecahkan masalah lebih efektif daripada pasangan yang kurang berkomitmen. Karena komitmen dapat

mempengaruhi individu dengan merespon kembali pasangannya. Dengan kata lain, komitmen terhadap suatu hubungan adalah tahap di mana seseorang mengenal diri sendiri dan menjadi terikat pada seseorang mengacu pada keinginan untuk mempertahankan hubungan jangka panjang.

Dalam pembentukan komitmen terdapat kriteria yaitu keinginan untuk mengakhiri hubungan dalam waktu dekat, durasi hubungan yang diinginkan, komitmen terhadap hubungan, daya tarik pasangan, dan tingkat *attachment* dalam hubungan saat ini (Rusbult dalam Permatasari, 2013). Ketika individu memiliki kelekatan aman akan lebih mudah untuk mereka membentuk suatu komitmen dengan pasangannya. Sebaliknya, individu dengan kelekatan tidak aman akan lebih sulit untuk membangun komitmen di dalam hubungan yang sedang ia jalani. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian yang diteliti oleh Pistole, Amber, & Jonathan (dalam Cristi, 2017) mengenai LDR (*Long Distance Relationship*) dan GCR (*Geographically Close Relationship*), didapatkan bahwa *attachment* berkontribusi pada komitmen seseorang yang sedang menjalin sebuah hubungan GCR. Penelitian ini menyatakan bahwa individu yang memiliki kelekatan aman (*secure attachment*) pada hubungan GCR yang dijalani akan memiliki komitmen yang lebih tinggi dalam hubungannya dibandingkan dengan seseorang individu yang memiliki kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) (Nosko et al., 2011).

Kelekatan adalah hubungan yang didukung oleh perilaku kelekatan (*attachment behavior*) yang dirancang untuk mempertahankan hubungan. Kelekatan atau *attachment* itu sendiri merupakan keinginan manusia untuk menjalin hubungan *attachment* dengan orang lain dimana cinta dan kasih sayang hadir dalam hubungan tersebut (Bowlby, dalam Bartholomew & Horowitz, 1991). Namun, tidak semua hubungan emosional atau afeksi dapat digambarkan sebagai keterikatan. Selain itu, keterikatan juga dapat menentukan arah hubungan seseorang dan bagaimana seseorang memahami hubungan yang sedang berlangsung (Fraley & Shaver, 2000; Hazan & Shaver, 1987).

Kelekatan memiliki empat macam tipe, *secure attachment* atau kelekatan aman mengacu pada kemampuan untuk membentuk hubungan yang aman dan

penuh kasih dengan orang lain. Sekitar 56% orang dewasa memiliki tipe *secure attachment*. Selanjutnya, ketiga kelekatan lainnya yang tidak aman dikenal sebagai *insecure attachment*. *Anxious attachment* adalah bentuk *attachment* yang ditandai dengan ketakutan yang mendalam akan pengabaian. Sekitar 19% orang dewasa memiliki tipe *anxious attachment* atau kelekatan cemas. *Avoidant attachment* merupakan bentuk gaya keterikatan tidak aman yang ditandai dengan rasa takut akan keintiman. Sekitar 20% orang dewasa yang memiliki kelekatan ini (Hazan & Shaver, 1987). Kemudian, ada *fearful-avoidant attachment* atau *disorganized* kelekatan ini merupakan gabungan dari *anxious* dan *avoidant attachment*. Individu yang memiliki kelekatan ini sangat mendambakan kasih sayang dan ingin menghindarinya dengan cara apapun. Gaya kelekatan seseorang akan mempengaruhi hubungannya dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan berbagai penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai kaitan atau hubungan antara kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) dengan komitmen pada dewasa awal yang sedang berpacaran di Surabaya.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *insecure attachment* dan komitmen pada dewasa awal yang berpacaran?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara *insecure attachment* dan komitmen pada dewasa awal yang berpacaran di Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dengan penelitian ini peneliti berharap agar dapat memberikan kontribusi dan menambah pengetahuan serta informasi lebih luas lagi mengenai ilmu Psikologi, khususnya mengenai *insecure attachment* yang dapat mempengaruhi sebuah komitmen yang terdapat di dalam hubungan pada dewasa awal yang sedang berpacaran.

1.4.2 Manfaat Praktis

Dengan penelitian ini peneliti berharap agar dapat menjadi bahan informasi bagi dewasa awal dalam menjalin sebuah hubungan dengan pasangannya. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat memberikan informasi kepada dewasa awal mengenai sebuah kelekatan dengan pasangannya, sehingga kedepannya kedua belah pihak bisa menciptakan sebuah komitmen yang baik di dalam hubungan romantis yang sedang dijalani.