



ARTIKEL PENELITIAN

Hubungan antara Gaya Kelekatan dengan Kepuasan Hubungan Wanita Dewasa Awal yang Menjalani Pacaran Jarak Jauh

AZIZAH AYU SEPTIANI & IKA YUNIAR CAHYANTI *
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Kepuasan hubungan merupakan hasil evaluasi subjektif pasangan atas hubungannya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara gaya kelekatan dengan kepuasan hubungan wanita dewasa awal yang sedang menjalani pacaran jarak jauh. Penelitian ini bertipe kuantitatif dengan metode pengambilan data survei. Alat ukur yang digunakan adalah *Experiences in Close Relationship-Revised* dan *Relationship Assessment Scale*. Sebanyak 139 wanita berusia 18-25 tahun yang sedang menjalani pacaran jarak jauh berpartisipasi dalam penelitian ini. Hasil analisis data menunjukkan nilai *Pearson Correlation* $r=0,730$ dan signifikansi $p=0,00$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gaya kelekatan dengan kepuasan hubungan pada wanita dewasa awal yang sedang menjalani pacaran jarak jauh.

Kata kunci: gaya kelekatan, kepuasan hubungan, pacaran jarak jauh, wanita dewasa

ABSTRACT

Relationship satisfaction is the result of a partner's subjective evaluation of their relationship. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between attachment style and relationship satisfaction of early adult women who are undergoing long-distance dating. This research is a quantitative type with survey data collection method. The measuring tools used are *Experiences in Close Relationship-Revised* and *Relationship Assessment Scale*. A total of 139 women aged 18-25 years who are undergoing long-distance dating participated in this study. The results of data analysis show the value of *Pearson Correlation* $r= 0.730$ and significance $p= 0.00$ so it can be concluded that there is a significant relationship between attachment style and relationship satisfaction in early adult women who are undergoing long-distance dating.

Keywords: attachment style, long distance relationship, relationship satisfaction, women early adulthood

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), 2022, Vol. 2(1), 49-55

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: ika.yuniar@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Manusia akan mengalami perkembangan sepanjang hayatnya serta memiliki tugas perkembangan yang berbeda di masing-masing masanya, termasuk masa dewasa awal. Menurut Santrock (2013), masa ini dimulai pada usia 18-25 tahun yang mana *intimacy* meningkat. Salah satu tugas perkembangan manusia di masa dewasa awal adalah memilih teman hidup (Hurlock, 2009). Hubungan romantis terjalin disebabkan oleh keinginan seseorang untuk mencintai dan dicintai (Nisa & Sedjo, 2010). Hubungan dekat merupakan sumber utama dari kebahagiaan dan kepuasan bagi kebanyakan orang (Berscheid & Reis, 1998).

Tidak semua individu dapat selalu berada dekat dengan pasangannya. Pistole dan kawan-kawan (2010) menyebutkan bahwa pacaran jarak jauh adalah hubungan romantis dimana kedua pihak terpisah dari segi geografis. Tentunya, individu yang sedang menjalani pacaran jarak jauh akan mengalami tantangan yang tidak sama dengan pasangan pada umumnya, seperti kurangnya kontak tatap muka, ketidakmampuan individu untuk mengamati secara langsung apa yang dilakukan pasangannya, keterbatasan dalam komunikasi, serta munculnya perasaan curiga dan cemburu. Selain itu, kedua pihak tidak dapat mencurahkan perasaan secara tatap muka (Lambuan, dkk., 2019), sehingga kurang dapat mengekspresikan perasaan mereka secara non-verbal (Dharmawijayati, 2015). Salah satu dampak negatif dari pacaran jarak jauh adalah munculnya konflik yang memengaruhi keberlangsungan hubungan misalnya disebabkan oleh kesalahpahaman atau kecurigaan (Nisa & Sedjo, 2010).

Berdasarkan hasil survei daring yang dilakukan oleh Rema (2012) sebanyak 49% dari 123 partisipan mengaku berhasil menjalani hubungan jarak jauh. Sebanyak 38% lainnya tidak berhasil menjalani hubungan tersebut dan 5% sisanya masih menjalani hubungan dengan penuh rasa ragu dengan pasangannya (Wangi, dkk., 2018). Knox dan rekan-rekannya (2002) melakukan penelitian terkait pengalaman mahasiswa dalam hubungan jarak jauh. Sebanyak 20% responden menyebutkan bahwa hubungan mereka memburuk ketika terpisah, sebanyak 18% responden memiliki hubungan yang membaik ketika mereka berpisah secara jarak. Sebanyak 22% responden memutuskan hubungan dengan pasangannya ketika terpisahkan jarak dan hanya 9% responden yang tidak merasakan adanya dampak dari hubungan jarak jauh, sedangkan sisanya mengalami dampak yang bercampur. Data tersebut menunjukkan bahwa hubungan jarak jauh dapat menyebabkan memburuknya hubungan dan berpotensi berakhirnya hubungan.

Syahputri & Khoirunnisa (2021) menyebutkan bahwa pada dasarnya wanita lebih sensitif dan emosional, sehingga dampak hubungan jarak jauh termasuk dampak biologis dan dampak psikologis seperti terpicunya stres lebih banyak dialami oleh wanita. Wanita juga cenderung menggunakan perasaan serta sensitif jika terjadi masalah atau kesalahan dalam komunikasi (Pratiwi & Lestari, 2017). Sementara itu, kondisi pasangan yang terpisahkan oleh jarak membuat kualitas komunikasi sangatlah penting. Masalah emosional yang dihadapi wanita dalam hubungan jarak jauh dapat mengurangi kepuasan hubungan, jika keintiman yang wanita butuhkan tidak dapat terpenuhi, hal tersebut dapat memicu wanita mencari orang lain (Parker & Glass, 2003).

Pacaran jarak jauh ini memicu kecemasan pada pasangan dan terbukti menurunkan kepuasan yang berdampak pula pada keharmonisan hubungan (Cameron & Ross, 2007). Kepuasan hubungan yang rendah tersebut dapat menimbulkan stres bagi pasangan serta strategi dalam menyelesaikan masalah yang kurang efektif (Lee & Pistole, 2012). Kepuasan hubungan merupakan salah satu area penting dalam mengukur suatu hubungan dengan beberapa aspek seperti perasaan, pemikiran, atau perilaku

dalam hubungan (Hendrick, dkk., 1988). Kepuasan hubungan menunjukkan seberapa besar individu merasa puas dengan hubungannya yang mana juga merupakan indikator lama dan suksesnya hubungan intim (Anderson & Emmers-Sommer, 2006). Kepuasan hubungan berasal dari evaluasi subjektif pasangan atas hubungannya (Hendrick, dkk., 1998) dan menjadi indikator penting dalam keputusan pasangan melanjutkan atau menghentikan hubungannya (Sternberg & Hojjat, 1997).

Gaya kelekatan sendiri menjadi faktor penting dalam kepuasan hubungan karena gaya kelekatan akan memprediksi ekspektasi individu atas hubungan yang dijalani serta cara ia bertindak dalam hubungan tersebut (Marchand, 2004). Bowlby dan Ainsworth menyatakan teorinya terkait kelekatan bahwa bayi dilahirkan dengan kecenderungan mencari kedekatan dan kontak dengan orang dewasa tertentu (Rajecki, dkk., 1978). Kelekatan yang memprediksi kualitas dari hubungan romantis didapatkan dari kelekatan ketika masa kanak-kanak (Madey & Rodgers, 2009).

Pada individu dewasa, gaya kelekatan biasanya dikonsepsikan dalam 2 dimensi, yaitu cemas dan menghindar (Hudson & Fraley, 2014). Dimensi cemas merefleksikan derajat di mana individu khawatir akan tidak dicintai, ditelantarkan, dan ditolak sementara dimensi menghindar merefleksikan derajat di mana individu menolak keintiman dan ketergantungan pada orang lain (Kane, dkk., 2007). Jika individu memiliki kelekatan cemas yang tinggi, maka ia biasanya sering khawatir kehilangan orang yang dicintainya (Kane, dkk., 2007). Ia juga selalu memperhatikan sinyal-sinyal persetujuan, kemauan, dan penolakan dari orang di sekitarnya. Sedangkan individu yang memiliki kelekatan menghindar yang tinggi cenderung menghindar dari keintiman dan rasa ketergantungan terhadap orang lain. Individu ini juga tidak terlalu berekspektasi orang lain akan memenuhi kebutuhannya. Individu ini cenderung rendah kedekatan emosionalnya dengan pasangan dan lebih tidak mengekspresikan intimasinya (Mark, dkk., 2018).

Berdasarkan pemaparan bahasan di atas, hipotesis penelitian ini adalah gaya kelekatan memiliki hubungan dengan kepuasan hubungan pada wanita dewasa awal yang menjalani pacaran jarak jauh.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan teknik pengumpulan data dengan kuesioner sebagai alatnya. Kuesioner berisi beberapa pertanyaan yang partisipan harus jawab sesuai dengan dirinya masing-masing.

Partisipan

Partisipan penelitian ini adalah wanita dengan rentang usia 18-25 tahun yang sedang menjalani pacaran jarak jauh. Penelitian ini memiliki populasi yang tidak diketahui jelas jumlahnya, oleh sebab itu jumlah sampel partisipan dilakukan secara *non-probability sampling*. Jumlah partisipan penelitian ini sebanyak 139 orang ($M_{usia}=20,88$; $SD_{usia}=1,47$) dengan jumlah partisipan terbanyak berusia 21 tahun yaitu sebanyak 56 partisipan (40,3%). Partisipan berasal dari beberapa kota di Indonesia. Jumlah partisipan terbanyak berdasarkan lama berpacaran adalah selama 1-3 tahun, yaitu sebanyak 71 partisipan (51,1%). Sedangkan jumlah partisipan terbanyak berdasarkan alasan pacaran jarak jauh adalah alasan tempat tinggal, yaitu sebanyak 61 partisipan (43,9%). Sebelum mengisi kuesioner, partisipan diberikan *informed consent* yang menjelaskan tujuan penelitian, kerahasiaan data, dan menyatakan persetujuan partisipan.

Pengukuran

Pengukuran dilakukan menggunakan dua alat ukur. Pengukuran gaya kelekatan menggunakan *Experiences in Close Relationship-Revised* sebanyak 36 aitem milik Fraley dan kawan-kawan (2000) yang telah ditranslasikan oleh Trifiani (2012) dengan reliabilitas ($\alpha=.932$) untuk dimensi kelekatan menghindar dan ($\alpha=.777$) untuk dimensi kelekatan cemas. Pengukuran kepuasan hubungan menggunakan skala *Relationship Assessment Scale* milik Hendrick (1988) yang ditranslasikan oleh Riza dan kawan-kawan (2021) dengan reliabilitas ($\alpha=.84$).

Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah Teknik korelasi *Pearson's Product Moment* karena uji asumsi, yaitu uji normalitas dan uji linearitas telah terpenuhi. Penelitian ini menggunakan *software IBM SPSS 26.0 for Windows*.

HASIL PENELITIAN

Uji asumsi, yaitu uji normalitas dan uji linearitas dilakukan sebelum melakukan uji korelasi. Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data berdistribusi normal dan memiliki hubungan linear yang signifikan. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa partisipan dengan kepuasan hubungan yang sangat tinggi berjumlah 39 partisipan (28,06%), partisipan dengan kepuasan hubungan yang tinggi berjumlah 57 partisipan (41%), partisipan dengan kepuasan hubungan yang sedang berjumlah 35 partisipan (25,18%), partisipan dengan kepuasan hubungan yang rendah berjumlah 8 partisipan (5,76%), dan tidak ada partisipan dengan kepuasan hubungan yang sangat rendah. Sementara itu, partisipan dengan skor gaya kelekatan sangat tinggi berjumlah 47 partisipan (33,81%), partisipan dengan skor gaya kelekatan tinggi sebanyak 58 partisipan (41,72%), partisipan dengan skor gaya kelekatan sedang berjumlah 23 partisipan (16,55%), partisipan dengan skor gaya kelekatan rendah berjumlah 9 partisipan (6,48%), dan partisipan dengan skor gaya kelekatan sangat rendah berjumlah 2 partisipan (1,44%).

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gaya kelekatan dan kepuasan hubungan ($r(139)=0,730$; $p=0,000$). Hubungan kedua variabel cenderung kuat dan berkorelasi positif.

DISKUSI

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gaya kelekatan dengan kepuasan hubungan pada wanita usia dewasa awal yang sedang menjalani pacaran jarak jauh. Hubungan ini berarah positif di mana semakin tinggi gaya kelekatan, maka semakin tinggi pula kepuasan hubungannya. Temuan yang signifikan ini sesuai dengan hasil penelitian Pintado dan Mendoza (2016) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara gaya kelekatan dengan kepuasan hubungan. Lorendo-Santos dan kawan-kawan (2020) mendukung pernyataan tersebut, yaitu bahwa gaya kelekatan merupakan prediktor penting dalam kepuasan hubungan.

Berbeda dengan penemuan penelitian ini, beberapa penelitian sebelumnya menemukan bahwa arah hubungan antara gaya kelekatan dan kepuasan hubungan adalah negatif. Namun, hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Riza (2018) yang juga meneliti gaya kelekatan dan kepuasan hubungan dan mendapatkan temuan arah hubungan kedua variabel ini positif.

Menurut Angela dan Ariela (2021), individu dengan kelekatan cemas yang tinggi memiliki kualitas hubungan pacaran yang baik dengan pasangannya karena ia masih memiliki keinginan dan kontribusi

keterlibatan diri dalam hubungannya. Individu tersebut masih memiliki keinginan dan harapan dalam hubungannya, sehingga ia ikut andil dalam dinamika naik turunnya hubungan pacaran. Ia memberikan usaha untuk mewujudkan keinginannya dalam hubungan. Harapan atau ekspektasi sendiri menjadi komponen dalam kepuasan hubungan pacaran (Hendrick, 1988). Individu dengan kelekatan cemas yang tinggi masih memiliki harapan atas hubungannya yang mana hal tersebut memberikan kepuasan bagi dirinya jika ekspektasinya terpenuhi.

Sedangkan individu dengan kelekatan menghindar yang tinggi cenderung tidak nyaman akan kedekatan atau intimasi (Hazan & Shaver, 1987). Individu tersebut cenderung lebih puas ketika ia memiliki jarak dengan pasangannya, atau bahkan bisa jadi berharap untuk lebih berjarak lagi (Pistole, 1989). Penelitian yang dilakukan oleh Jenkins-Guarnieri dan kawan-kawan (2012) menemukan bahwa kelekatan menghindar yang mana enggan untuk dekat dengan orang lain akan cenderung memiliki persepsi yang rendah atas *interpersonal competency*, sehingga individu tersebut cenderung tidak memulai hubungan yang dilakukan secara langsung (*offline relationship*) dan lebih cenderung menggunakan media sosial sebagai alat berkomunikasi. Oleh sebab itu, pacaran jarak jauh yang mana memberikan tantangan bagi pasangan untuk dekat, justru menjadikan individu dengan kelekatan menghindar tinggi puas.

Individu yang sedang berpacaran jarak jauh tentu sulit untuk bertemu dengan pasangannya, terlebih sesering yang mereka inginkan. Komunikasi dilakukan sebatas melalui pesan ataupun telepon. Halangan-halangan yang ada akan menyulitkan pasangan mengekspresikan apa yang mereka rasakan dan pikirkan. Wanita sendiri cenderung lebih emosional dibandingkan pria, sehingga ketika terjadi konflik atau masalah dalam hubungannya, wanita cenderung lebih stres dan terdampak baik secara biologis maupun psikologis (Syahputri & Khoirunnisa, 2021). Wanita juga cenderung lebih cepat memberikan reaksi, hatinya mudah tegang dan mudah berkecil hati, serta merasa cemas, curiga, dan takut (Dharmawijayati, 2015). Wanita juga lebih berorientasi pada perhatian yang mana hal ini akan semakin terbatas ketika menjalani hubungan jarak jauh.

Kelekatan menurut Bowlby dan Aisworth (Rahma & Prasetyaningrum, 2015) merupakan ikatan emosional yang dibentuk dan akan semakin berkembang dengan adanya proses interaksi dengan orang lain yang memiliki peran khusus dalam kehidupan individu tersebut. Hazan & Shaver (1987) menyatakan bahwa individu dengan kelekatan cemas akan mengartikan hubungannya dengan rasa cemburu, ketidakstabilan emosi, dan adanya rasa ingin diberikan timbal balik. Individu tersebut lebih berpotensi untuk mengalami ketidakpuasan, sebab ia akan lebih takut akan kehilangan pasangannya sehingga seringkali merasa cemas secara berlebihan benar tidaknya pasangannya mencintai dirinya (Ayenew, 2016).

Individu dengan kelekatan menghindar juga berpotensi mengalami ketidakpuasan. Individu tersebut cenderung lebih mudah merasa curiga terhadap pasangannya, yang mana reaksi yang diberikan berbeda dengan individu dengan kelekatan cemas. Individu ini justru cenderung untuk menjauhkan diri dan selalu skeptis atas orang lain termasuk pasangannya, sehingga akan rendah tingkat rasa percaya dan keinginan untuk bergantung (Simpson, 1990).

Kepuasan hubungan merupakan evaluasi subjektif individu atas hubungannya (Hendrick, dkk., 1998). Kepuasan hubungan akan meningkat jika ekspektasi-ekspektasi yang dimilikinya terpenuhi. Gaya kelekatan menjadi faktor penting dalam kepuasan seseorang karena dapat memprediksikan ekspektasi individu terhadap hubungan yang sedang dijalani (Marchand, 2004).

SIMPULAN

Penelitian ini memiliki fokus pada hubungan gaya kelekatan dengan kepuasan hubungan wanita yang menjalani pacaran jarak jauh. Analisis data yang telah dilakukan menunjukkan adanya korelasi signifikan yang bersifat positif dan kuat antara kedua variabel.

Berdasarkan keterbatasan penelitian ini, penelitian selanjutnya disarankan untuk menambahkan pertanyaan terkait intensitas bertemu sebagai data demografis dalam kuesioner. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menambah jumlah partisipan dan menyeimbangkan usia partisipan. Penelitian selanjutnya juga dapat melakukan penelitian kedua variabel dengan metode penelitian kualitatif agar data yang didapatkan lebih dalam.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa, kepada semua partisipan yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner penelitian ini, serta pihak-pihak lain yang telah membantu.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Azizah Ayu Septiani dan Ika Yuniar Cahyanti tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Anderson, T. L., & Emmers-Sommer, T. M. (2006). Predictors of relationship satisfaction in online romantic relationships. *Communication Studies*, 57(2), 153–172. <https://doi.org/10.1080/10510970600666834>
- Angela, I., & Ariela, J. (2021). Pengaruh dimensi attachment avoidance dan anxiety terhadap kualitas hubungan berpacaran dewasa muda. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 36–48.
- Ayenew, E. (2016). The effect of adult attachment style on couples. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(2), 50–60.
- Berscheid, E., & Reis, H. T. (1998). Attraction and close relationships. In *The handbook of social psychology* (4th ed., hal. 193–281). McGraw-Hill.
- Cameron, J. J., & Ross, M. (2007). In times of uncertainty: Predicting the survival of long-distance relationships. *Journal of Social Psychology*, 147(6), 581–606. <https://doi.org/10.3200/SOCP.147.6.581-606>
- Dharmawijayati, R. D. (2015). Komitmen dalam berpacaran jarak jauh pada wanita dewasa awal. *Psikoborneo*, 3(3), 3–5.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. 78(2), 350–365. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.350>
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>

- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 93–98. <https://doi.org/10.2307/352430>
- Hendrick, S. S., Dicke, A., & Hendrick, C. (1998). The relationship assessment scale. *Journal of social and personal relationships*, 15(1), 137–142.
- Hendrick, S. S., Hendrick, C., & Adler, N. L. (1988). Romantic relationships: Love, satisfaction, and staying together. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 980.
- Hudson, N. W., & Fraley, R. C. (2014). Partner similarity matters for the insecure: Attachment orientations moderate the association between similarity in partners' personality traits and relationship satisfaction. *Journal of Research in Personality*, 53, 112–123. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.09.004>
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Penerbit Erlangga.
- Jenkins-Guarnieri, M. A., Wright, S. L., & Hudiburgh, L. M. (2012). The relationships among attachment style, personality traits, interpersonal competency, and Facebook use. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 33(6), 294–301. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2012.08.001>
- Kane, H. S., Jaremka, L. M., Guichard, A. C., Ford, M. B., Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2007). Feeling supported and feeling satisfied: How one partner's attachment style predicts the other partner's relationship experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(4), 535–555. <https://doi.org/10.1177/0265407507079245>
- Knox, D., Zusman, M. E., Daniels, V., & Brantley, A. (2002). Absence makes the heart grow fonder?: long distance dating relationships among college students. *College Student Journal*, 36, 364+.
- Lambuan, H., Mas'amah, & Letuna, M. A. . (2019). Penggunaan Whatsapp sebagai media komunikasi pacaran jarak jauh (Studi fenomologi terhadap mahasiswa Prodi Ilmu Komunikasi FISIP UNDANA). *Jurnal Communio : Jurnal Jurusan Ilmu Komunikasi*, 8(2), 1362–1391.
- Lee, J. yeon, & Pistole, M. C. (2012). Predictors of satisfaction in geographically close and long-distance relationships. *Journal of counseling psychology*, 59(2), 303–313. <https://doi.org/10.1037/a0027563>
- Madey, S. F., & Rodgers, L. (2009). The effect of attachment and sternberg's triangular theory of love on relationship satisfaction. *Individual Differences Research*, 7(2), 76–84.
- Marchand, J. F. (2004). Husbands' and wives' marital quality: The role of adult attachment orientations, depressive symptoms, and conflict resolution behaviors. *Attachment and Human Development*, 6(1), 99–112. <https://doi.org/10.1080/14616730310001659575>
- Mark, K. P., Vowels, L. M., & Murray, S. H. (2018). The Impact of attachment style on sexual satisfaction and sexual desire in a sexually diverse sample. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 44(5), 450–458. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2017.1405310>
- Nisa, S., & Sedjo, P. (2010). Konflik pacaran jarak jauh pada individu dewasa muda. *Jurnal Psikologi*, 3(2), 134–140.
- Parker, L. O., & Glass, S. (2003). *Why she's gotta have it*. 33, 160–165.
- Pintado, S., & Mendoza, A. (2016). Attachment styles and relationship satisfaction. *Revista de Psicología*

- GEPU*, 7(1), 157–168.
- Pistole, M. C. (1989). Attachment in adult romantic relationships: Style of conflict resolution and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6(4), 505–510. <https://doi.org/10.1177/0265407589064008>
- Pistole, M. C. (2010). Long-distance romantic couples: An attachment theoretical perspective. *Journal of Marital and Family Therapy*, 36(2), 115–125. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00169.x>
- Pratiwi, N. M. A. Y., & Lestari, M. D. (2017). Perbedaan kualitas komunikasi antara individu dewasa awal yang berpacaran jarak jauh dan jarak dekat Di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1), 130–138. <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i01.p14>
- Rahma, F. O., & Prasetyaningrum, S. (2015). Kepribadian terhadap gaya kelekatan dalam hubungan persahabatan. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 153–168. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.456>
- Rajecki, D. W., Lamb, M. E., & Obmascher, P. (1978). Toward a general theory of infantile attachment: A comparative review of aspects of the social bond. *Behavioral and Brain Sciences*, 1(3), 417–436. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00075816>
- Rema. (2012, September 4). *Survei: 49% Pasangan Berhasil Menjalani Pacaran Jarak Jauh*. <https://wolipop.detik.com/love/d-2007046/survei-49-pasangan-berhasil-menjalani-pacaran-jarak-jauh>
- Riza, W. L. (2018). Asosiasi antara attachment styles dalam hubungan romantis pada relationship satisfaction (Kepuasan dalam suatu hubungan). *Psychophedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 31–41. <https://doi.org/10.36805/psikologi.v3i1.707>
- Riza, W. L., Hakim, A. R., & Damayanti, L. L. (2021). Pengaruh attachment style dan kepuasan hubungan romantis terhadap perilaku dating violence pada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2016. *Psychophedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 6(1), 38–48. <https://doi.org/10.36805/psychopedia.v6i1.1466>
- Santrock, J. W. (2013). *Life-Span Development*. McGraw-Hill.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971–980. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.5.971>
- Sternberg, R. J., & Hojjat, M. (1997). *Satisfaction in Close Relationships* (1 ed.). Guilford Press.
- Syahputri, S. E., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan antara komitmen dengan forgiveness dalam menghadapi konflik pada dewasa muda yang menjalani hubungan jarak jauh. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 142–153.
- Trifiani, N. R. (2012). Pengaruh gaya kelekatan romantis dewasa (Adult romantic attachment style) terhadap kecenderungan untuk melakukan kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 1(2), 74–83.
- Wangi, P. S., Erlyani, N., & Mayangsari, M. D. (2018). Hubungan antara relation savoring dengan kepercayaan pada pasangan dewasa awal yang menjalani pernikahan jarak jauh di kota Banjarbaru. *Jurnal Kognisia*, 1(1), 1–8.