



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

Perbedaan *Fear of Intimacy* berdasarkan Gaya Kelekatan Romantis Dewasa pada Dewasa Awal dengan Orang Tua Bercerai

FARAHDILLA & HERDINA INDRIJATI*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *fear of intimacy* berdasarkan gaya kelekatan romantis dewasa pada dewasa awal dengan orang tua bercerai. *Fear of Intimacy* adalah keterbatasan kemampuan individu untuk bertukar pikiran dan perasaan kepada orang lain yang disebabkan oleh kecemasan. Gaya kelekatan romantis dewasa adalah interaksi yang terjadi dalam hubungan percintaan orang dewasa yang memiliki pola yang mirip dengan interaksi antara anak dengan figur lekatnya. Penelitian ini dilakukan pada 191 dewasa awal dengan orang tua bercerai. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner *Fear of Intimacy Scale* oleh Descutner & Thelen dan kuesioner *Revised Adult Attachment Scale* oleh Collins & Read. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji beda *Kruskal-Wallis* dan *Mann-Whitney U*. Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan perbedaan yang signifikan pada *fear of intimacy* berdasarkan gaya kelekatan romantis dewasa pada dewasa awal dengan orang tua bercerai ($p=0,000 < 0,05$).

Kata kunci: *bercerai, dewasa awal, fear of intimacy, gaya kelekatan romantis dewasa*

ABSTRACT

This study aims to know the differences in fear of intimacy based on adult romantic attachment type in early adults with divorced parents. Fear of Intimacy is an inhibited capacity to exchange significant thoughts and feelings with another individual who is highly valued. Adult romantic attachment type is an interaction happening in an adult's romantic relationship that has similar patterns as children's interaction with their attachment figure. This study was conducted on 191 early adults with divorced parents. The data collection tools used in this study are Fear of Intimacy Scale by Descutner & Thelen and Revised Adult Attachment Scale by Collins & Read. The data analysis techniques used are Kruskal-Wallis and Mann-Whitney U. The result of the analysis showed a significant difference in fear of intimacy based on adult romantic attachment on early adults with divorced parents ($p=0,000 < 0,05$).

Keywords: *adult romantic attachment, divorced, early adults, fear of intimacy*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), 2022, Vol. 2(1), 469-475

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: herdina.indrijati@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

Keluarga merupakan sumber pembentuk karakter dan kepribadian anak. Dari keluarga, anak belajar membangun kepercayaan, kemandirian, dan inisiatif (Hartini, 2011). Pada hakekatnya, setiap individu ingin memiliki keluarga yang harmonis. Namun, pada kenyataannya masalah dalam keluarga merupakan hal yang umum terjadi. Perselisihan dan konflik yang ada dalam keluarga tidak jarang pula berujung pada perceraian. Sementara itu, angka perceraian di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya. Menurut data Pengadilan Agama Mahkamah Agung, peningkatan kasus perceraian dari tahun 2009 ke tahun 2016 sebesar 16-20%. Hingga tahun 2018, terdapat 588.266 kasus perceraian di Indonesia (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2018). Di sisi lain, manusia akan memiliki tugas perkembangan yang berbeda pada tahap kehidupannya. Individu dewasa awal yang berusia 20-30 tahun memiliki tugas untuk mengembangkan *intimacy vs isolation* berdasarkan delapan tahap tersebut. Individu dewasa awal diharapkan mampu membentuk dan memelihara hubungan intim pada tahap perkembangan ini. Jika individu tidak dapat menyelesaikan tugas perkembangan, maka ia akan mengalami *isolation* sebagai akibat dari hal tersebut (Santrock, 2012).

Peristiwa pasca-perceraian orang tua akan berdampak pada seorang anak bahkan hingga ia tumbuh dewasa. Beberapa penelitian mengatakan bahwa adaptasi yang kurang baik dari perubahan tersebut dapat menyebabkan kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal. Amato (1996) menyimpulkan bahwa kesulitan seseorang dari perceraian orang tuanya sebagian besar dapat dijelaskan oleh perilaku interpersonal mereka dalam hubungan intim. Kesulitan menjalin hubungan intim di masa dewasa awal akibat perceraian orang tua dapat menjadi penghalang hubungan romantis antara individu dan pasangan, atau disebut sebagai *fear of intimacy*. *Fear of intimacy* atau rasa takut akan keintiman didefinisikan sebagai kapasitas terhambat dari seorang individu yang disebabkan oleh adanya ketakutan untuk bertukar pikiran dan perasaan dengan individu lain yang sangat berharga (Descutner & Thelen, 1991). Hal tersebut tentu menghambat tugas perkembangan dewasa awal, dimana pada tahap itu seseorang seharusnya membangun hubungan intim.

Keintiman adalah faktor psikologis yang penting, terutama di masa dewasa awal. Menurut para peneliti, keinginan untuk membentuk dan memelihara hubungan interpersonal merupakan motivasi dasar manusia (Baumeister & Leary, 1995). *Intimacy* dianggap oleh para ahli teori sebagai kebutuhan vital manusia untuk kesehatan mental dan penyesuaian psikososial (Erikson, 1963). Kekurangan dalam keintiman telah dikaitkan dengan depresi dan moral yang rendah, kesepian, isolasi emosional, adaptasi yang tidak efektif terhadap stres, dan kesehatan fisik yang buruk, serta berbagai macam masalah kesehatan mental, termasuk penyesuaian umum dan gangguan kepribadian (Firestone & Catlett, 1999). *Fear of intimacy* sebagai gangguan dalam kapasitas untuk membentuk kelekatan interpersonal berasal dari internalisasi pengalaman awal dalam keluarga (Bartholomew, 1990). Salah satu variabel pengasuhan anak dan hubungan selanjutnya akan dibahas dalam teori *attachment* (Ainsworth, dkk., 1978). Teori *attachment* berpendapat bahwa kita mengembangkan pandangan dunia, atau model kerja internal, berdasarkan pengalaman dengan orang tua kita (Bowlby, 1969; Bowlby, 1973; Vangelisti & Beck, 2007). Model internal ini berfungsi sebagai dasar untuk hubungan masa depan (Phillips, dkk., 2013).

Berangkat dari teori *attachment* oleh Bowlby, Hazan, dan Shaver (1987) kemudian membahas sebuah konsep kelekatan romantis dewasa, yaitu interaksi yang terjadi dalam hubungan percintaan orang dewasa yang memiliki pola yang mirip dengan interaksi antara anak dengan figur lekatnya. Mereka kemudian mengembangkan gaya kelekatan romantis ini menjadi *secure, avoidant, dan anxiety*. Dengan kata lain, dalam suatu hubungan, ada juga kelekatan orang dewasa di antara pasangan. Kelekatan masa

kanak-kanak akan diproyeksikan ke pasangan romantis saat dewasa (Hazan, Campa, & Gur-Yaish, 2006).

Orang dewasa dengan gaya kelekatan *avoidant* enggan untuk terlibat dalam hubungan intim. Apabila mereka melakukannya, maka mereka akan menjaga jarak dalam hubungan itu. Struktur kelekatan individu yang *avoidant* disebabkan oleh pengingat upaya gagal mereka dalam mencari perawatan dan dukungan. Gaya kelekatan romantis yang *anxious* dicirikan oleh orang dewasa yang memandang cinta dengan cara yang obsesif, memiliki perasaan kuat yang membutuhkan timbal balik dan validasi yang konstan, mengalami pasang surut emosional selama hubungan, perasaan cemburu, dan ketertarikan seksual yang kuat (Hazan & Shaver, 1987). Sementara itu, *secure attachment* telah dikaitkan dengan perilaku yang mendorong keintiman seperti pengungkapan diri, kesediaan untuk menjadi bagian dari dukungan sosial, dan kebutuhan akan kedekatan (Vangelisti & Beck, 2007). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Thorberg & Lyvers (2006) menyatakan bahwa individu dengan kelekatan tidak aman menunjukkan *fear of intimacy* secara signifikan lebih tinggi daripada mereka yang terikat dengan aman, dan kelekatan tidak aman ini juga berbanding terbalik dengan kepercayaan pada ketergantungan pasangan dan perasaan kedekatan.

Meskipun beberapa penelitian telah memaparkan dampak dari *fear of intimacy*, masih belum banyak penelitian di Indonesia yang membahas mengenai fenomena tersebut. Dengan meningkatnya perceraian di Indonesia, akan memberikan dampak pada anak dari keluarga dengan masalah *intimacy*, yang kemudian akan mengakibatkan *fear of intimacy*. Kelekatan romantis dewasa yang dipengaruhi oleh kelekatan anak pada masa awal hidup seseorang kepada pengasuhnya berkembang menjadi model internal dalam diri seseorang yang kemudian menjadi dasar hubungan di masa dewasa diprediksi sebagai salah satu prediktor dalam pembentukan *fear of intimacy*. Dengan itu, diperoleh masalah dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan *fear of intimacy* berdasarkan pola kelekatan romantis dewasa pada dewasa awal dengan orang tua bercerai. Sehingga, hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah:

H₀: Tidak terdapat perbedaan *fear of intimacy* berdasarkan gaya kelekatan romantic dewasa pada dewasa awal dengan orang tua bercerai.

H_a: Ada perbedaan *fear of intimacy* berdasarkan gaya kelekatan romantic dewasa pada dewasa awal dengan orang tua bercerai.

METODE

Desain Penelitian

Gaya penelitian ini adalah penelitian kuantitatif-komparatif dengan desain survei *cross-sectional*. Penelitian komparatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *fear of intimacy* berdasarkan gaya kelekatan romantis dewasa pada dewasa awal dengan orang tua bercerai. Pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner secara *online* atau daring melalui platform *Google Form*.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah dewasa awal dengan orang tua bercerai dengan rentang usia 18-25 tahun. Teknik *sampling* yang digunakan pada penelitian ini adalah *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Jumlah partisipan pada penelitian ini adalah sebanyak 191 partisipan (18,3

% laki-laki, 81,7% perempuan). Sebelum mengisi kuesioner, partisipan diminta membaca *informed consent* dan menyetujui hal-hal yang terdapat dalam *informed consent* tersebut.

Pengukuran

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur *fear of intimacy* adalah *Fear of Intimacy Scale* yang dikembangkan oleh Descutner dan Thelen (1991) yang terdiri dari 35 aitem yang mewakili dimensi *content*, *emotional valence*, dan *vulnerability*. Skala FIS ini menggunakan skala likert dengan enam pilihan jawaban (1="sangat tidak menggambarkan diri", 6="sangat menggambarkan diri"). Skor pada skala FIS yang lebih tinggi menunjukkan tingkat *fear of intimacy* yang lebih tinggi. Skala FIS ini memiliki koefisien reliabilitas yang baik ($\alpha=.964$).

Variabel gaya kelekatan romantis dewasa diukur menggunakan skala *Revised Adult Attachment Scale* (RAAS) milik Collins & Read (1990). Alat ukur ini terdiri atas 18 aitem yang mewakili tiga dimensi yaitu *close*, *depend*, dan *anxiety*. Skala RAAS ini adalah skala likert dengan lima pilihan jawaban (1="sangat sesuai", 5="sangat tidak sesuai"). Skala RAAS ini memiliki koefisien reliabilitas yang baik ($\alpha=.867$).

Uji asumsi yang dilakukan adalah uji normalitas untuk melihat apakah persebaran data berdistribusi normal atau tidak dan juga uji homogenitas untuk memastikan bahwa data bersifat homogen. Uji normalitas dilakukan menggunakan *kolmogorov smirnov*, dengan syarat apabila $p>0,05$, maka data dapat dikatakan berdistribusi normal. Hasil uji normalitas yang dilakukan mendapati nilai $p<0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa data pada penelitian ini tidak normal sehingga uji beda yang digunakan adalah teknik uji beda non-parametrik. Hasil uji homogenitas pada penelitian ini menunjukkan $p>0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data bersifat homogen.

Analisis Data

Analisis data menggunakan uji beda *Kruskal-Wallis* dan *Mann-Whitney U* untuk menguji hipotesis penelitian. Uji beda juga dibantu dengan perangkat lunak SPSS *statistics 25 for Mac*.

HASIL PENELITIAN

Hasil analisis deskriptif *Kruskal-Wallis* menunjukkan hasil $p<0,05$, yaitu ($p=0,000$). Sehingga H_0 ditolak, dimana terdapat perbedaan *fear of intimacy* yang signifikan berdasarkan gaya kelekatan romantis dewasa. Hasil *mean rank* pada uji *Kruskal-Wallis* menunjukkan urutan *fear of intimacy* berdasarkan gaya kelekatan romantis dewasa, yaitu *anxious* > *avoidant* > *secure*. Berdasarkan hasil *Mann-Whitney U* hasil ketiga gaya adalah $p<0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada ketiga gaya kelekatan romantis dewasa.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *fear of intimacy* berdasarkan gaya kelekatan romantis dewasa pada dewasa awal dengan orang tua bercerai. Hasil analisis data menunjukkan bahwa H_0 ditolak, dimana terdapat perbedaan *fear of intimacy* yang signifikan berdasarkan gaya kelekatan romantis dewasa. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wolfinger (2005) yang menyatakan bahwa anak dari keluarga bercerai cenderung menunjukkan kelekatan *avoidant* dan *anxious* dikarenakan semasa hidupnya pernah mengalami penolakan, diabaikan, dan mendapat perlakuan tidak konsisten dari figur lekatnya. Perpisahan orang tua membuat individu kehilangan figur lekatnya dan memiliki perasaan kecewa yang mendalam. Hal ini dikarenakan pola kelekatan seseorang di masa awal

kehidupannya muncul sebagai protogaya hubungannya di masa depan. Terdapat kontinuitas antara pola kelekatan dengan kapasitas untuk membangun hubungan intim di masa dewasa. Hasil penelitian ini juga didukung oleh teori Hazan & Shaver (1987) yang mengungkapkan bahwa gaya kelekatan romantis memiliki peranan yang penting terhadap *fear of intimacy*. Individu dengan gaya kelekatan *secure* merasa pasangan mereka lebih dapat diandalkan dan lebih puas dalam hubungan mereka. Mereka juga dapat berkembang dan mendapatkan kenyamanan dan kepercayaan dengan orang lain tanpa banyak kesulitan. Selain itu, mereka dapat meraih kepuasan hubungan intim dengan orang lain karena merasa nyaman dengan hubungan yang sedang dijalannya, serta tidak memiliki kecemasan maupun stres yang berlebih mengenai hubungan intim (Collins & Feeney, 2004).

Individu dengan gaya kelekatan *anxious* cenderung takut ditinggalkan. Selain itu, orang-orang dengan gaya kelekatan tersebut juga melaporkan lebih banyak ketidakpuasan sosial dan kesepian serta memiliki kekhawatiran yang ekstrim tentang penolakan. Sementara seseorang dengan gaya kelekatan *avoidant* takut menjadi dekat dengan orang lain. Mereka merasa tidak nyaman untuk mengandalkan dan percaya pada orang lain sehingga hal tersebut membuat mereka dengan pola kelekatan *avoidant* merasa tidak nyaman dan takut (Hazan & Shaver, 1987). Selanjutnya, individu dengan gaya kelekatan *avoidant* dicirikan dengan investasi yang rendah dan kurangnya keterlibatan dalam hubungan romantis. Mereka juga sering kali merasa takut untuk membangun intimasi dengan pasangannya, sehingga ia akan sangat sulit untuk menerima pasangan (Collins & Feeney, 2000). Teori kelekatan dewasa menyatakan bahwa model kerja internal akan memandu pikiran, perasaan, dan perilaku saat ini dan masa depan mengenai hubungan intim (Fraley, 2010).

SIMPULAN

Penelitian ini berhasil menjawab tujuan penelitian dengan menghasilkan simpulan bahwa terdapat perbedaan *fear of intimacy* yang signifikan berdasarkan gaya kelekatan romantis dewasa. Hal ini dapat menjawab *gap* dari penelitian dimana belum adanya penelitian yang menjelaskan mengenai perbedaan *fear of intimacy* berdasarkan gaya kelekatan romantis dewasa, terutama berdasarkan tugas perkembangan, masa dewasa awal merupakan masa dimana tugas perkembangan yang harus dijalani adalah intimasi. Saran untuk peneliti selanjutnya adalah untuk mempertimbangkan aspek *fear of intimacy* lainnya, seperti lama hubungan berpacaran untuk memperkaya hasil penelitian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada ALLAH SWT dan juga dosen pembimbing yang telah membantu penulis dalam penyelesaian penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada teman-teman dan keluarga atas dukungannya selama ini. Selain itu, terima kasih juga pada segala pihak yang terlibat dalam proses pengerjaan penelitian ini.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Farahdilla dan Herdina Indrijati 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

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. New York: Psychology Press.
- Amato, P. R. (1996). Explaining the intergenerational transmission of divorce. *Journal of Marriage and the Family*, 58(3), 628. <https://doi.org/10.2307/353723>
- Badan Pusat Statistik Indonesia (2020). *Statistik Indonesia Tahun 2020*.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(2), 147–178. <https://doi.org/10.1177/0265407590072001>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment*. Attachment and Loss. New York: Basic Books..
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2: Separation, anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2004). Working models of attachment shape perceptions of social support: Evidence from experimental and observational studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(3), 363–383. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.3.363>
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1053–1073. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.6.1053>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644–663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Descutner, C. J., & Thelen, M. H. (1991). Development and Validation of a Fear-of-Intimacy Scale. *Psychological Assessment*, 3(2), 218–225. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.3.2.218>
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. Norton.
- Firestone, R. W., & Catlett, J. (1999). *Fear of intimacy*. American Psychological Association.
- Fraley, R. C. (2010). *A brief overview of adult attachment theory and research* [IL University of Illinois]. <http://labs.psychology.illinois.edu/~rcfraley/attachment.htm>
- Hartini, N. (2011). *Keluarga: Awal Membangun Karakter Bangsa*. In Probowati, Y., Handoyo, S., & Matulesy, A. (ed). *Pendidikan Karakter: Perspektif Guru dan Psikolog*. Penerbit Selaras.
- Hazan, C., Campa, M., & Gur-Yaish, N. (2006). *What Is Adult Attachment?* In M. Mikulincer & G. S. Goodman (Eds.), *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex*. The Guilford Press.
- 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>
- Phillips, T. M., Wilmoth, J. D., Wall, S. K., Peterson, D. J., Buckley, R., & Phillips, L. E. (2013). Recollected parental care and fear of intimacy in emerging adults. *The Family Journal: Counseling and Therapy*

for Couples and Families, 21(3), 335–341. <https://doi.org/10.1177%2F1066480713476848>

Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development* (2nd ed.). McGraw-Hill.

Thorberg, F. A., & Lyvers, M. (2006). Attachment, fear of intimacy and differentiation of self among clients in substance disorder treatment facilities. *Addictive Behaviors*, 31(4), 732–737. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2005.05.050>

Vangelisti, A. L., & Beck, G. (2007). Intimacy and fear of intimacy. *Low-Cost Approaches to Promote Physical and Mental Health: Theory, Research, and Practice*, 395–414. https://doi.org/10.1007/0-387-36899-X_20

Wolfinger, N. H. (2005). *Understanding the divorce cycle: The children of Divorce in Their Own Marriage*. (1st ed.). Cambridge Univeristy Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511499616>