

Lembar Pengesahan Karya Ilmiah

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Sofia Tri Putri, M.Psi., Psikolog

Jabatan : Dosen

Program Studi : Psikologi

NIP : 0330108802

Telah melakukan penelaahan karya ilmiah berjudul:

Hubungan Insecure Attachment Dengan Perilaku Posesif Dalam Berpacaran Pada Tahap Dewasa Awal

Dan menyatakan bahwa karya ilmiah tersebut sudah memenuhi kaidah penulisan ilmiah dan oleh karenanya layak diajukan untuk keperluan unggah karya ilmiah di Universitas Paramadina, atas nama:

Nama Lengkap : Lydia Serafina

Jenjang : **S1** / S2 *

Program Studi : Psikologi

NIM : 118207015

Demikian hasil penelaahan atas karya ilmiah ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan bilamana diperlukan.

Penelaah,

Jakarta, 28 Juli 2023



Sofia Tri Putri M.Psi., Psikolog

NIP: 0330108802

ABSTRAK

Universitas Paramadina Program Studi Psikologi 2023

Lydia Serafina / 118207015

Hubungan Insecure Attachment Dengan Perilaku Posesif Dalam Berpacaran Pada Tahap Dewasa Awal

10 halaman, 5 tabel, 2 lampiran

Perilaku posesif adalah manifestasi dari pacaran yang tidak sehat. Perilaku posesif ini timbul karena adanya rasa takut kehilangan yang dapat dikaitkan dengan *insecure attachment*. *Insecure attachment* menyebabkan seseorang merasa cemas, khawatir dan ketakutan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *insecure attachment* terhadap perilaku posesif dalam berpacaran. Penelitian ini mengadaptasi alat ukur Fraley & Shaver (2000) untuk *insecure attachment* dan Mashita (2016) untuk variabel perilaku posesif. Penelitian ini menggunakan analisis data korelasi dengan teknik *convenience sampling*, dengan kriteria responden dalam rentang usia 20-30 tahun dan sudah pernah atau sedang dalam hubungan berpacaran. Analisis data menggunakan analisis uji korelasi *Pearson product moment* dengan aplikasi SPSS. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat korelasi yang signifikan antara *insecure attachment* terhadap perilaku posesif dalam berpacaran (analisis pearson, nilai $0.983 > 0.05$ dan nilai $r = 0.003 < r \text{ tabel } 0.281$). Maka dapat disimpulkan tidak adanya hubungan antara *insecure attachment* dengan perilaku posesif dalam berpacaran pada dewasa awal.

Kata kunci: *Insecure attachment*, Perilaku posesif, Berpacaran

Daftar Pustaka: 12 (1980-2022)

Biodata Penulis



Nama : Lydia Serafina

Tempat & Tanggal Lahir : Tangerang, 14 Febuari 2001

Nim : 118207015

Program Studi : Psikologi

Jenjang : Sarjana (S1)

Hubungan Insecure Attachment Dengan Perilaku Posesif Dalam Berpacaran Pada Tahap Dewasa Awal

Lydia Serafina

Lydia.serafina@students.paramadina.ac.id

Program Studi Psikologi Universitas Paramadina

Abstrak: Perilaku posesif adalah manifestasi dari pacaran yang tidak sehat. Perilaku posesif ini timbul karena adanya rasa takut kehilangan yang dapat dikaitkan dengan *insecure attachment*. *Insecure attachment* menyebabkan seseorang merasa cemas, khawatir dan ketakutan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *insecure attachment* terhadap perilaku posesif dalam berpacaran. Penelitian ini mengadaptasi alat ukur Fraley & Shaver (2000) untuk *insecure attachment* dan Mashita (2016) untuk variabel perilaku posesif. Penelitian ini menggunakan analisis data korelasi dengan teknik *convenience sampling*, dengan kriteria responden dalam rentang usia 20-30 tahun dan sudah pernah atau sedang dalam hubungan berpacaran. Analisis data menggunakan analisis uji korelasi *Pearson product moment* dengan aplikasi SPSS. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat korelasi yang signifikan antara *insecure attachment* terhadap perilaku posesif dalam berpacaran (analisis pearson, nilai $0.983 > 0.05$ dan nilai $r = 0.003 < r$ tabel 0.281). Maka dapat disimpulkan tidak adanya hubungan antara *insecure attachment* dengan perilaku posesif dalam berpacaran pada dewasa awal.

Kata kunci: *insecure attachment*, perilaku posesif, berpacaran.

LATAR BELAKANG

Dewasa awal merupakan tahapan perkembangan seorang individu yang berada di rentang 20-30 tahun. Pada usia ini individu akan membentuk sebuah kedekatan yang intim dengan lawan jenis seperti pacaran, menikah, pertemanan atau

persahabatan. Pacaran menjadi fokus utama dalam penelitian ini. Dikarenakan pada usia dewasa awal individu akan mulai membangun kedekatan dengan lawan jenis dengan berpacaran. Menurut DeGenova dan Rice (2005) Pacaran adalah menjalankan suatu hubungan dimana dua orang bertemu dan melakukan serangkaian

aktivitas agar dapat saling mengenal satu sama lain. Menurut Erik Erikson (dalam Alwisol, 2019) dewasa awal akan memulai hubungan pacaran dikarenakan adanya tugas perkembangan *intimacy* pada tahap tersebut, *intimacy* adalah kemampuan individu untuk menyatukan 2 identitas individu yang berbeda, kemampuan untuk saling percaya dan berbagi perasaan dengan melibatkan komitmen dan pengorbanan dalam hubungan yang seimbang. Seorang individu melakukan pacaran dengan tujuan hiburan, sosialisasi, masa pacaran dan pemilahan teman hidup (Hurlock, 1980).

Pacaran memiliki dua tipe yaitu pacaran sehat dan pacaran yang tidak sehat (Arthur, 2014). Pacaran yang sehat adalah hubungan yang saling menghargai dan memahami batasan masing-masing dan pasangan berkomunikasi secara efektif, ciri-ciri dari pacaran yang sehat adalah saling menghormati satu sama lain dan melihat nilai satu sama lain, setiap pasangan nyaman mengekspresikan pemikirannya dan perasaannya, saling percaya satu sama lain, saling bertanggung jawab tidak menyalahkan orang lain dan bersedia meminta maaf, mendorong pasangan untuk terus bertumbuh, jujur dan dapat membuat batasan. Sedangkan pacaran yang tidak sehat adalah hubungan yang tidak saling menghormati, mengontrol, dan adanya ketidakseimbangan kekuatan, ciri-ciri dari

pacaran tidak sehat adalah komunikasi yang kurang baik memiliki banyak kesalahpahaman, tidak jujur, tidak saling menghormati, memiliki ketergantungan, memanipulasi pasangan, terus mengeritik pasangan, mengisolasi pasangan, terus menerus bertengkar dan mulai mengontrol perilaku. Manifestasi dari hubungan tidak sehat adalah perilaku posesif.

Posesif adalah kecenderungan mengontrol dan mendominasi orang lain sering kali. Individu tersebut merasa memiliki pasangan secara seutuhnya sehingga merasa wajar untuk mengontrol pasangan (APA, 2023). Ciri – ciri individu yang memiliki perilaku yang posesif adalah membatasi atau mengontrol perilaku, tidak menghargai pasangannya, cemburu berlebihan dan paranoid, selalu mengancam dan emosi tidak stabil. Apabila perilaku posesif ini berlanjut dan semakin parah dapat mengakibatkan terjadinya kekerasan dalam berpacaran. Munculnya perilaku posesif ini dikarenakan rasa takut kehilangan pasangan. Individu yang posesif memiliki ketakutan ditinggalkan oleh pasangannya, sehingga menumbuhkan perasaan takut, amarah dan sedih (Sachdev, 2022). Perasaan ini akan membuat individu tersebut dalam posisi yang tidak aman selalu memiliki ketakutan dan kecurigaan.

Perasaan takut kehilangan pasangan yang menumbuhkan perasaan amarah dan sedih yang pada akhirnya di representasikan dengan perilaku mendominasi dan posesif ini berkaitan dengan *attachment style* seseorang. Individu yang memiliki *attachment style* yang *insecure* akan memiliki kecenderungan mengekang, *controlling* atau posesif dan untuk individu yang memiliki *attachment style* yang *secure* akan cenderung memiliki kepercayaan dalam sebuah hubungan (Berlin & Dodge, 2004).

Attachment style adalah hubungan keterikatan antara individu dengan sosok yang mendampingi (Gilbert & Blakey, 2021). *Attachment style* merupakan suatu ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksinya dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya, biasanya orang tua atau pengasuh. Ikatan emosional ini akan membentuk sebuah model hubungan dalam hal sifat dan karakter individu tersebut. Model hubungan ini cenderung stabil seiring bertambahnya usia dan akan digunakan sebagai pola hubungan yang selanjutnya (Khan et al., 2022). Pada saat individu tersebut bertumbuh menjadi dewasa maka keterikatan ini berpusat pada pasangan. Model hubungan ini menuntun pemikiran individu tersebut tentang pendampingnya, diri sendiri dan bagaimana

individu tersebut berperilaku dalam sebuah hubungan dekat (Berlin & Dodge, 2004). Model ini juga menuntun individu dalam proses kognitifnya layaknya perhatian, ingatan dan atribusi, terutama dalam situasi penuh dengan emosi.

Attachment style ini terbagi menjadi 2 yaitu *secure attachment style* dan *insecure attachment style*. *Secure attachment* adalah Sebuah hubungan keterikatan yang sehat didasari oleh rasa hormat dan menghargai satu sama lain (Simmons et al., 2009). Individu dengan *secure attachment* diidentifikasi memiliki kepercayaan dan harapan akan dukungan orang lain. Pasangan dengan *secure attachment* ini akan dapat membangun sebuah hubungan yang harmonis dan tidak mendominasi dalam sebuah hubungan. Sedangkan *insecure attachment* adalah pola yang dimiliki seorang individu dalam sebuah hubungan yang dimana ia selalu merasa cemas, khawatir, ketakutan dan adanya keinginan mendominasi. Individu dengan *insecure attachment* diidentifikasi memiliki kecurigaan dan ekspektasi bahwa orang lain tidak akan ada saat dibutuhkan (Berlin & Dodge, 2004).

Penelitian terkait *attachment style* terutama *insecure attachment* sudah pernah dilakukan tetapi belum pernah ada yang menghubungkan langsung dengan perilaku posesif. maka dari itu peneliti tertarik untuk

mengkaji mengenai kolerasi *antara insecure attachment* dengan perilaku posesif dalam berpacaran pada tahap dewasa awal.

KAJIAN TEORI

Insecure Attachment

Istilah *Attachment* untuk pertama kalinya dikemukakan oleh seorang psikolog dari Inggris pada tahun 1958 bernama John Bowlby. Kemudian formulasi yang lebih lengkap dikemukakan oleh Mary Aisworth pada tahun 1969. *Attachment* merupakan suatu ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksinya dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya, biasanya orang tua (Mc Cartney & Dearing, dalam Ervika, 2005). Carruth (2006) mengatakan bahwa *Attachment* merupakan suatu ikatan emosional yang melibatkan keinginan untuk mencari dan mempertahankan kedekatan dengan orang tertentu, terutama dalam keadaan sulit. Suatu sistem yang menyediakan adanya rasa aman, perlindungan dan keselamatan. Menurut Bartholomew (1990) *attachment* tidak berhenti pada masa kanak – kanak melainkan berlanjut hingga dewasa. Namun pengalaman *attachment* yang terjadi pada masa kecil individu tersebut menjadi dasar

bagaimana individu tersebut menjalin hubungan pada masa dewasanya.

Menurut Davies (1999), *Attachment* memiliki 4 fungsi utama. Pertama memberikan rasa aman, mengatur keadaan perasaan, sebagai sarana ekspresi dan komunikasi dan sebagai dasar untuk eksplorasi pada lingkungan. *Attachment style* ini terbagi menjadi 2 yaitu *secure attachment style* dan *insecure attachment style*. *Secure attachment* adalah Sebuah hubungan keterikatan yang sehat didasari oleh rasa hormat dan menghargai satu sama lain (Simmons et al., 2009). Individu yang memiliki *attachment secure* akan memiliki perilaku merasa nyaman dalam mengeksplorasikan diri dengan orang yang lekat dengannya, mencari bantuan jika ia membutuhkannya, mau menuruti permintaan untuk meminimalisasi konflik, tidak begitu membutuhkan kontrol yang berlebihan dari pengasuh menurut (Armsden & Greenberg, 2009., Malekpour, 2007). *Insecure attachment* adalah pola yang dimiliki seorang individu dalam sebuah hubungan yang dimana ia selalu merasa cemas, khawatir, ketakutan dan adanya keinginan mendominasi. Individu yang memiliki *insecure attachment* memiliki perilaku sangat tergantung, pemalu, menarik diri, tidak bisa menjalin pertemanan, tidak mampu mencari seseorang untuk memperoleh rasa aman jika diperlukan, memiliki sifat yang suka

menghukum dan memerintah orang lain (Armsden & Greenberg, 2009., Malekpour, 2007).

Posesif

Dalam kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) posesif adalah bersifat merasa menjadi pemilik, mempunyai sifat cemburu. Posesif adalah perilaku yang tumbuh dari rasa sayang atau rasa memiliki yang membuat seseorang mengontrol kehidupan dari pasangannya secara berlebihan, perilaku ini ada bermacam – macam dari yang berdampak positif sampai yang berdampak negative seperti tindak kekerasan dan bisa juga membuat pasangan yang menjadi korban posesif ini merasa ketakutan. Dari sikap posesif ini juga dapat menggambarkan diri seseorang itu, seperti gampang emosian, merasa takut, iri hati, selalu merasa tidak aman dan masih banyak lagi

Posesif adalah salah satu sikap yang timbul dari rasa cemburu, posesif adalah keinginan seseorang untuk bisa mengontrol pasangannya yang didominasi rasa insecure. Maka pada sub bab ini akan dijelaskan terlebih dahulu mengenai kecemburuan sebagai penyebab adanya sikap posesif. Yang menyebabkan seseorang mempunyai sifat posesif adalah rasa tidak percaya yang sudah tumbuh sejak lahir melalui lingkungan seseorang

Karakteristik perilaku posesif adalah membatasi atau mengontrol perilaku, tidak menghargai pasangannya, cemburu berlebihan dan paranoid, selalu mengancam dan emosi tidak stabil. Perilaku posesif ini memiliki faktor yang menyebabkan seorang individu memiliki perilaku ini antara lain, Terlalu bergantung pada pasangan, rasa tidak aman sehingga mulai merasakan hubungan, memiliki ketakutan tersembunyi, pengalaman masa lalu seperti tidak mendapatkan perhatian dari orang sekitarnya, orang tua yang protektif, terlalu banyak kasih sayang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik analisis kolerasi, Analisis kolerasi adalah analisis yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yang diteliti (Sugiyono, 2022). Teknik pengambilan sampel ini menggunakan purposive sampling yaitu teknik yang menentukan kriteria tertentu untuk responden penelitian ini (Sugiyono, 2022). Lalu untuk teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan metode *convenience sampling* teknik pengambilan sampel berdasarkan ketersediaan responden dan kemudahan pengambilan data. Dalam penelitian ini disebar secara bebas kepada responden yang berada di

usia dewasa awal. Ciri-ciri lain untuk responden penelitian ini adalah sedang atau pernah memiliki hubungan berpacaran, responden berada di usia 20-30 tahun dan bersedia menjadi responden penelitian ini.

Penelitian ini menggunakan skala yang akan disebar kepada semua responden yang memenuhi kriteria. Untuk variabel *insecure attachment* peneliti menggunakan skala

dari Fraley & Shaver (2000) *The Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R) Questionnaire*. Terdiri dari 36 item, terdapat 18 item anxiety dan 18 item lagi mengukur avoidance. Alat ukur ini menggunakan skala likert, 1 sangat tidak setuju sampai 7 sangat setuju.

Table 1 Insecure attachment

Dimensi	Favorable	Unfavorable	Total
<i>Anxiety</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18	9, 11	18
<i>Avoidance</i>	21, 23, 24, 25, 32	20, 22, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36, 19	18
Total Item	21	18	36

Untuk variabel *possessiveness* peneliti mengadaptasi alat ukur yang dibuat oleh Mashita (2016) yang dibuat dari karakteristik *possessiveness*. Alat ukur ini

menggunakan skala guttman dengan pilihan jawaban 1 sampai 2 yang jawabanya tegas, ya –tidak , benar – salah, pernah tidak pernah

Table 2. Perilaku posesif

Dimensi	Favorable	Total
<i>Possessiveness</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54	54
Total Item	54	54

PAPARAN HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *insecure attachment* terhadap perilaku posesif dalam berpacaran pada tahap dewasa awal. Berdasarkan tabel diatas, diketahui responden terbanyak

berasal dari usia 22 dengan 21 responden dan persentase 42.9% dan terendah berasal dari usia 24, 27, 28, dan 30 tahun yang masing-masing 1 responden dan dengan persentase 2%. Selanjutnya dari aspek jenis kelamin terbanyak dari responden berjenis kelamin laki-laki dengan persentase 26 responden dan 53%.

Table 3. Demografi responden

	Aspek	Total Sampel	Persentase
Umur	20	7	14.3
	21	10	20.4
	22	21	42.9
	23	5	10.2
	24	1	2.0
	25	2	4.1
	27	1	2.0
	28	1	2.0
	30	1	2.0
			49
Jenis Kelamin	Laki - laki	26	53.1
	Perempuan	23	46.9
		49	100.0

Selanjutnya peneliti melakukan uji asumsi normalitas dapat diketahui bahwa

data dalam penelitian ini terdistribusi normal dilihat dari *shapiro-wilk*.

Table 4. Uji normalitas

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Insecure Attachment	.968	49	.210
Posesif	.963	49	.129

Berdasarkan tabel diatas maka dapat dilihat bahwa nilai pada *shapiro-wilk* pada dimensi insecure attachment 0.210 dan pada dimensi posesif 0.129. Pada uji normalitas dengan responden kurang dari 50 reponden disarankan menggunakan *shapiro-wilk* (Sugiyono, 2022). Jika nilai *shapiro-wilk* >0.05 maka data terdistribusi

normal, dan jika nilai *shapiro-wilk* <0.05 maka data tidak terdistribusi normal. Dari data yang dimiliki penelitian ini didapatkan bahwa data terdistribusi normal karena memiliki nilai diatas 0.05.

Table 5. Uji korelasi

Correlations			
		Insecure Attachment	Posesif
Insecure Attachment	Pearson Correlation	1	.003
	Sig. (2-tailed)		.983
	N	49	49
Posesif	Pearson Correlation	.003	1
	Sig. (2-tailed)	.983	
	N	49	49

Berdasarkan tabel diatas hasil analisis pearson, nilai $0.983 > 0.05$ dan nilai $r = 0.003 < r$ tabel 0.281. Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa nilai kedua variabel tersebut tidak signifikan, sehingga

H_0 diterima dan H_a di tolak. Tidak adanya hubungan atau korelasi antar variabel insecure attachment dan perilaku posesif.

Peneliti berpendapat penyebab tidak adanya hubungan antara kedua variabel

yang di teliti adalah dikarenakan adanya variabel moderator diantara kedua variabel yang sedang diteliti. Menurut Sugiyono (2022) variabel moderator adalah variabel yang mempengaruhi hubungan antara variabel dependen dan independen, variabel ini bisa memperkuat hubungan antara variabel ataupun melemahkan hubungan. Perilaku posesif seseorang berbeda-beda bisa dipengaruhi oleh faktor lain selain insecure attachment, seperti regulasi emosi, rasa percaya diri dan rasa kepemilikan pasangan seutuhnya dapat mempengaruhi perilaku posesif (Khan et al., 2022; Made & Sastri, 2016). Hal ini yang dapat membuat variabel *insecure attachment* tidak secara langsung berhubungan dengan perilaku posesif.

PENUTUP

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan uji kolerasi *pearson product moment* terhadap insecure attachment dengan perilaku posesif. Dapat disimpulkan bahwa tidak adanya kolerasi antara *insecure attachment* dan perilaku posesif. Peneliti berpendapat bahwa adanya variabel moderator diantara variabel.

Untuk penelitian selanjutnya dapat mengkaji lebih dalam mengenai variabel insecure attachment dan perilaku posesif ini, sehingga didapatkan variabel moderator

yang mempengaruhi kedua variabel tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2019). *Psikologi Kepribadian* (1st ed.). Universitas Muhammadiyah Malang.
- 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>
- Berlin, L. J., & Dodge, K. A. (2004). *Relations among relationships*. 28, 1127–1132. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2004.07.002>
- Fraley, R. ., & Shaver, P. . (2000). The experiences in close relationships-revised (ecr-r) questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 350–365.
- Gilbert, M. C., & Blakey, R. (2021). *Exploring How UK Adults ' Attachment Style in Romantic Relationships Affects Engagement in Controlling Behaviours*. 12(June), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.649868>

Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (5th ed.). Erlangga.

Khan, S., Ali, Z. B., & Riaz, R. (2022). Childhood Attachment with Parents as Predictor of Subjective Well Being in Young Adults. *Clinical and Counselling Psychology Review*, 4(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.32350/ccpr.42.04>

Made, N., & Sastri, A. (2016). *Perilaku posesif dalam gaya berpacaran di kalangan remaja kota Denpasar*.

Mashita. (2016). Hubungan possessiveness dengan public display affection di instagram pada remaja. *Skripsi*.

Sachdev, P. (2022). *Signs of Possession in Sex and Relationships*. WebMD.

Simmons, B. L., Gooty, J., Nelson, D. L., & Little, L. M. (2009). *Secure attachment: implications for hope, trust, burnout, and performance*. 247(November 2008), 233–247. <https://doi.org/10.1002/job>

Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Setiyawami (ed.); Ed. 1). Alfabeta.