

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di masyarakat modern saat ini, perceraian suatu keluarga menjadi fenomena yang sering ditemukan. Istilah perceraian merujuk pada keadaan dimana berakhirnya suatu perkawinan/pemikahan akibat talak ataupun gugatan perceraian (BPS, 2023). Berdasarkan survey yang telah dilakukan Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2020, 2021, dan 2022, ditemukan fakta bahwa terjadi peningkatan yang cukup signifikan pada angka perceraian di Indonesia (BPS, 2023). Tahun 2020, jumlah seluruh perceraian yang terdaftar dalam Mahkamah Agung yakni sebesar 291.677 kasus. Tahun 2021 meningkat menjadi 447.743 kasus dan tahun 2022 menjadi 516.344 kasus. Besarnya jumlah peningkatan pada setiap tahunnya menunjukkan bahwa semakin maraknya perceraian di kalangan masyarakat.

Salah satu provinsi yang turut menyumbang peningkatan angka perceraian di Indonesia yakni Sumatera Barat. Peningkatan tersebut terjadi selama tiga tahun, mulai dari tahun 2020 sampai 2022 (BPS, 2023). Tahun 2020 jumlah perceraian yang terjadi yakni sebanyak 5.291 kasus. Kemudian, tahun 2021 terjadi peningkatan sehingga angkanya menjadi 9.371 kasus. Serta tahun 2022 kembali bertambah angkanya menjadi 10.278 kasus (BPS Sumatera Barat, 2023).

Tingginya angka perceraian tersebut tentu sangat disayangkan karena perceraian menimbulkan dampak negatif tersendiri bagi keturunan mereka. Demir-

Dagdas et al. (2018) dan Schaan et al., (2019) mengungkapkan bahwa perceraian termasuk ke dalam salah satu pengalaman traumatis yang mampu membuat anak terluka atau tertekan. Kemudian, beberapa penelitian, menemukan bahwa anak dan remaja yang berasal dari keluarga bercerai cenderung memiliki risiko yang lebih tinggi terkena depresi, kemunculan perilaku bermasalah internal maupun eksternal, serta terlibat dalam perilaku berisiko seperti penyalahgunaan zat, pengonsumsi alkohol dan rokok yang berlebihan (Gustavsen et al., 2016; Jabbour et al., 2020; Schaan et al., 2019; Weaver & Schofield, 2015). Selain itu, bagi anak yang telah berusia dewasa awal, perceraian orang tua memberikan efek terhadap pemenuhan tugas perkembangan utamanya, yakni penjalinan hubungan yang penuh keintiman (Gabardi & Rosen, 1991).

Menurut Papalia et al. (2009) dewasa awal adalah salah satu tahapan perkembangan hidup manusia yang berisikan individu berusia 20-40 tahun. Secara umum, ketika berada di rentang usia tersebut, individu perlahan mulai memisahkan diri dari keluarga asal dan memilih untuk bertanggung jawab atas kehidupannya pribadi (Papalia et al., 2009; Santrock, 2013). Individu bisa bereksplorasi dan melakukan banyak hal sesuai dengan keinginannya, mulai dari menentukan karir, gaya hidup, dan tingkat kesehatan dirinya. Selain itu, di masa ini pula individu akan mulai menyiapkan dan menjalankan kehidupan rumah tangganya.

Lebih lanjut, berdasarkan teori perkembangan Erikson, dewasa awal sedang memasuki tahap keenam perkembangan psikososial, yakni *intimacy versus isolation* (Papalia et al., 2009). Ketika berada di tahap ini, individu dituntut untuk menjalin komitmen dan keintiman dalam suatu hubungan. Idealnya, individu di usia

ini akan menjalin hubungan yang penuh dengan pengorbanan, kompromi, dan saling mengabdikan satu sama lain bersama pasangannya. Mereka juga akan berbagi tanggung jawab dan peran dalam rumah tangga. Tugas perkembangan dalam tahap ini dinilai krusial sebab jika tidak berhasil terpenuhi, akibatnya adalah individu akan merasa terisolasi dan cenderung egois.

Keterhambatan pemenuhan tugas perkembangan dewasa awal didasari atas beberapa alasan, salah satunya adalah perceraian orang tua yang menimbulkan dinamika tersendiri bagi keturunannya. Schaan et al. (2019) menyatakan keturunan keluarga bercerai melaporkan pengalaman seperti sedikitnya kepedulian dari ayah, kekerasan dan pengabaian secara emosional, serta kekerasan fisik yang lebih banyak bila dibandingkan dengan keluarga yang utuh, sehingga hal ini mempengaruhi kesejahteraan anak. Selain itu, Morrison et al. (2017) menyebutkan bahwa cara berkomunikasi yang ditampilkan orang tua, baik itu komunikasi antarkedua orang tua ataupun antara orang tua dan anak, berperan dalam pembentukan pandangan keturunannya terhadap hubungan romantis. Ketika orang tua berhasil menunjukkan komunikasi yang efektif sehingga anak merasa bahwa mereka memiliki tempat untuk bercerita, mendapatkan dukungan, dan diberikan pemahaman mengenai perceraian yang terjadi, maka anak cenderung melaporkan perasaan positif terhadap hubungan romantis dan mau menjalankan komitmen jangka panjang.

Hal senada mengenai dampak yang terjadi juga turut diungkapkan di beberapa penelitian. Gabardi dan Rosen (1991) mengemukakan bahwa dewasa awal dari keluarga bercerai mengalami kesulitan dalam menjalin keintiman

bersama pasangan. Tingkat komitmen dan kepercayaan diri akan kemampuannya dalam menjalin hubungan jangka panjang cenderung rendah (Campbell, 1995; Cooney, 1988; Cui & Fincham, 2010; Whitton et al., 2008). Selain itu, besar kemungkinan mereka merasakan penderitaan individual seperti depresi, *anxiety*, dan stress serta tingkat kepuasan hubungan yang rendah bila dibandingkan dengan dewasa awal yang berasal dari keluarga utuh (Roper et al., 2020).

Selain dinamika yang sebelumnya telah dijelaskan, salah satu kondisi yang umumnya juga dirasakan oleh keturunan keluarga bercerai adalah paparan konflik orang tuanya (Braithwaite et al., 2016; Roth et al., 2014). Selama konflik terjadi, anak akan mengobservasi kemudian menirukan perilaku orang tuanya sehingga mereka menjadi rentan terhadap konflik dan perilaku disfungsional dalam suatu hubungan (Riggio, 2004; Westervelt & Vandenberg, 1997). Dari segi pemikiran, anak mengasosiasikan keintiman dan komitmen dalam suatu hubungan dekat berkemungkinan besar akan berhadapan dengan konflik bersama pasangan (Duran-Aydintug, 1997; Riggio, 2004). Kemudian, dari segi perilaku, konflik mengakibatkan anak mengadopsi keterampilan manajemen konflik dan keterampilan komunikasi yang salah (Amber Ottaway, 2010; Westervelt & Vandenberg, 1997).

Akibat paparan konflik tersebut, keturunan keluarga bercerai turut merasakan beberapa dampak pada kehidupan percintaannya. Braithwaite et al. (2016) mengungkapkan bahwa paparan konflik dan perceraian mengakibatkan tingginya risiko penyesuaian diri yang salah pada keturunannya, termasuk tingginya risiko perceraian dan kesulitan dalam pernikahan. Penelitian lain yang

dilakukan oleh Duran-Aydintug (1997) mengungkapkan bahwa konflik yang muncul sebelum ataupun sesudah perceraian orang tua menghadirkan perasaan cemas akan kesuksesan dunia pernikahan individu. Bahkan, ketika intensitas konfliknya semakin tinggi, maka semakin besar pula tingkat kecemasan dalam suatu hubungan (Riggio, 2004). Pernyataan tersebut turut diperkuat oleh hasil penelitian lain yang mengungkapkan bahwa keturunan keluarga bercerai cenderung memiliki kecemasan dalam menjalin hubungan romantis bersama pasangannya (Arifin & Suprpti, 2021; A. de Castro-Bofill et al., 2016; Duran-Aydintug, 1997; Riggio, 2004). Kecemasan dalam penjalinan hubungan berkaitan dengan istilah *fear of intimacy*.

Descutner dan Thelen (1991) mengartikan *fear of intimacy* sebagai keterbatasan kemampuan individu dalam hal bertukar pikiran dan perasaan pribadi kepada individu lain yang dianggap penting akibat adanya perasaan cemas yang mendominasi diri seseorang. Ahli lain, yakni Sobral dan Costa (2015) mengkonsepkan *fear of intimacy* sebagai keengganan individu dalam mengemukakan informasi pribadi dan menggantungkan kebutuhan dirinya kepada pasangan dalam hubungan romantisnya. Sebagian orang yang memiliki *fear of intimacy* merasakan kurangnya kedekatan bersama orang lain akibat pemikirannya yang mengasosiasikan kedekatan tersebut dengan rasa cemas. Tetapi, adapula sebagian lagi justru memiliki keinginan membangun hubungan dekat jauh lebih besar, hanya saja kemampuan sosial atau kepercayaan diri mereka untuk membangun hubungan tersebut malah tidak memadai (Vangelisti & Beck, 2007). Selain itu, kehadiran *fear of intimacy* diasosiasikan dengan karakteristik berupa

rendahnya tingkat *self-disclosure*, keintiman secara sosial, kesulitan dalam membentuk dan mempertahankan hubungan dekat bersama orang lain, serta cenderung merasakan kesepian (Descutner & Thelen, 1991)

Sebagaimana *fear of intimacy* merupakan situasi negatif yang dihadapi individu, maka keberadaannya pun menghambat individu dalam penjalinan hubungan romantis. Hasil penelitian Pilkington dan Richardson (dalam Vangelisti & Beck, 2007), yang dilakukan pada mahasiswa, menunjukkan bahwa tingginya skor *fear of intimacy* seseorang menandakan bahwa individu tersebut memiliki tingkat keintiman yang rendah, kurang mau terlibat dalam hubungan romantis, memiliki hubungan interpersonal dengan tingkat asertif yang rendah, dan/atau tidak begitu percaya akan keberadaan cinta dalam suatu hubungan. Dampak tersebut juga tetap dirasakan oleh individu yang berada dalam suatu hubungan romantis (Sobral et al., 2015). Akibat kondisi tersebut, mereka jadi mengalami kesulitan dalam membangun serta mempertahankan hubungan dengan pasangan (Descutner & Thelen, 1991; Vangelisti & Back, 2007).

Di sisi lain, nyatanya perceraian bersamaan dengan konflik yang dialami orang tua turut berdampak pula terhadap kelekatan di usia dewasa atau dikenal dengan *adult attachment* keturunannya. Penelitian D'Rozario dan Pilkington (2022), Roth et al. (2014), serta (Schaan et al., 2019) mengungkapkan bahwa dewasa yang orang tuanya bercerai cenderung memiliki *attachment avoidance* dan *attachment anxious* yang lebih tinggi bila dibandingkan dewasa yang orang tuanya masih tinggal bersama. Sejalan dengan itu, bila dilihat dari jenis *adult attachment*, perceraian berhasil meningkatkan risiko individu dari keluarga bercerai terkategori

ke dalam jenis *insecure attachment* yang terdiri dari *preoccupied attachment*, *fearful attachment*, dan *dismissing attachment* (Braithwaite et al., 2016; Crowell et al., 2009). Kondisi tersebut juga dapat dijelaskan melalui sudut pandang konflik yang dipaparkan orang tua. Paparan akan ekspresi kesusahan, kemarahan, permusuhan, atau agresi antara orang tua menimbulkan rasa sakit secara emosional bagi anak dan mengancam keamanan mereka (Lin et al., 2020). Akibatnya, anak mengembangkan perasaan tidak percaya dan terlalu waspada terhadap orang lain, menghindari hubungan dekat dengan orang lain, serta dampak ini akan berlangsung sampai usia dewasa, terlebih saat menjalin hubungan romantis (Lin et al., 2020; Roth et al., 2014).

Menelusuri lebih lanjut, *adult attachment* adalah sebuah konsep mengenai *attachment* yang terjadi pada individu dewasa. Collins dan Read (1990) mengungkapkan bahwa *adult attachment* adalah ikatan emosional yang terbentuk antara individu dengan individu lainnya yang dianggap sebagai figur penting dalam hidupnya, yang bertujuan untuk memunculkan dan mempertahankan rasa aman. Selain itu, *adult attachment* juga diartikan oleh Bartholomew (1990) sebagai ikatan afeksi antara individu dewasa yang satu dengan lainnya, dimana mereka memiliki kontrol untuk membangun atau memutuskan ikatan tersebut. Di usia dewasa, individu cenderung merasakan ikatan ini bersama pasangan dalam hubungan romantisnya (Bartholomew, 1990; Hazan & Shaver, 1987).

Sejalan dengan itu, Fraley dan Shaver (2000) mengemukakan penjelasan yang lebih spesifik. Keduanya berpendapat bahwa *attachment* dalam hubungan romantis diartikan sebagai ikatan emosional antara individu dengan pasangannya,

yang dikarakteristikan dengan munculnya perasaan jatuh cinta, adanya keinginan kuat untuk tetap mempertahankan hubungan tersebut, serta memiliki kekhawatiran atau ketakutan tersendiri jika ditinggal atau terpisah dari pasangan. Dalam suatu hubungan romantis, pasangan semestinya berperan dalam memberikan individu beragam hal, mulai dari rasa aman, perlindungan, sampai ke dukungan atas segala situasi, seperti sakit, bahaya, ataupun kondisi terancam sekalipun (Hazan & Shaver, 1987; Knies et al., 2021; Simpson & Howland, 2012). Pasangan juga umumnya akan membantu individu dalam memenuhi kebutuhan dan mencapai tujuan hidupnya (Knies et al., 2021; Simpson & Howland, 2012).

Meskipun idealnya seperti itu, pada kenyataannya jenis *adult attachment* yang dimiliki individu bisa berbeda-beda. Bartholomew dan Horowitz (1991) mengungkapkan bahwa terdapat empat jenis *adult attachment* yakni *secure*, *preoccupied*, *fearful*, dan *dismissing attachment* yang dibedakan berdasarkan dimensi *anxious* dan *avoidance attachment*. Pertama, *secure attachment* diliputi oleh individu yang mudah membangun kedekatan, mau menggantungkan dan menerima kebergantungan orang lain kepadanya, serta tidak khawatir akan penolakan dari orang lain. Kedua, *preoccupied attachment* diliputi oleh individu yang mau membangun kedekatan dengan orang lain, hanya saja berpandangan bahwa orang lain enggan melakukan hal yang sama sepertinya sehingga dia ragu dalam membangun hubungan. Ketiga, *fearful attachment* diliputi oleh individu yang memiliki ketakutan penuh akan tersakiti jika dia membangun hubungan dan menggantungkan dirinya pada orang tersebut. Keempat, ada *dismissing attachment*

yang diliputi oleh individu yang tidak ingin menjalin hubungan dekat, cenderung ingin mandiri dan tidak bergantung pada orang lain.

Dari perbedaan karakteristik pada masing-masing *adult attachment*, beberapa ahli sepakat bahwa pengalaman yang dirasakan dalam hubungan romantis mereka juga ikut berbeda (Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1987; T. Li & Chan, 2012). Pasangan dengan *secure attachment* cenderung memiliki hubungan yang bahagia, penuh kepercayaan, dan perjalanannya seperti menjalin hubungan persahabatan. Sedangkan, pasangan dengan *anxious attachment* dan *avoidant attachment* yang tinggi justru merasakan hal yang berbanding terbalik. Pasangan dengan *anxious attachment* cenderung memiliki tingkat emosional yang tidak stabil, terkadang terlalu tinggi atau terlalu rendah, cemburuan, dan memiliki obsesi berlebihan terhadap pasangannya. Sedangkan, pasangan dengan *avoidant attachment* cenderung merasakan ketidakpuasan dalam hubungannya, takut berlebihan saat terlalu dekat dengan pasangan dan menjadikan hubungan romantisnya sebagai bagian penting dalam hidup mereka.

Sejauh ini penelitian yang membahas kedua variabel secara terpisah sudah pernah dilakukan, hanya saja pada subjek khusus seperti dewasa awal yang berasal dari keluarga bercerai dan pernah merasakan konflik orang tua belum banyak ditemukan, terlebih di Indonesia. Padahal, fenomena di Indonesia saat ini sedang marak ditemui perceraian di kalangan masyarakat yang ditunjukkan dengan peningkatan angka perceraian selama 2020, 2021, dan 2022. Selain itu, *adult attachment* dan *fear of intimacy* merupakan konsep yang saling bersinggungan. Pada dasarnya *adult attachment* adalah variabel yang membahas terkait ikatan

emosional antara satu individu dewasa dengan individu lainnya dalam suatu hubungan, sedangkan *fear of intimacy* adalah keterhalangan kemampuan individu dalam mengungkapkan informasi pribadi akibat adanya kecemasan. Meskipun berbeda secara definisi, tetapi keduanya sama-sama berperan dalam pembangunan hubungan dekat bersama orang lain, termasuk pasangan (Descutner & Thelen, 1991; Hudson & Fraley, 2017).

Ketika individu memiliki tingkat *anxious attachment* yang tinggi maka yang dirasakannya yakni cenderung tidak percaya diri akan kelayakannya menjalin hubungan, ketakutan yang besar akan kehilangan pasangan, serta terkadang melakukan tindakan yang menimbulkan ketidaknyamanan pada pasangan akibat keinginannya yang hendak mempertahankan kedekatan (Simpson & Rholes, 2017). Kemudian, ketika individu memiliki tingkat *avoidance attachment* yang tinggi maka individu tersebut cenderung merasa tertekan saat diminta untuk membagikan informasi pribadi, lebih terikat secara emosional, dan menerima atau memberikan dukungan kepada orang lain. Sebagai informasi tambahan, jika memiliki pasangan yang memiliki salah satu atau kedua dimensi *adult attachment* yang tinggi, maka individu dituntut untuk memahami kekhawatiran dan kebutuhan dari pasangannya dengan baik agar hubungan tersebut dapat berjalan lancar. Sedangkan, jika individu memiliki tingkat *fear of intimacy* yang cukup tinggi, maka individu akan memiliki kecenderungan seperti memiliki teman dekat yang jumlahnya sedikit, tingkat kepercayaan terhadap orang lain kecil, kurang ketegasan saat menjalin hubungan, kurang mau terlibat dalam hubungan romantis, dan memandang percintaan dengan persepsi yang negatif.

Oleh karena penjelasan-penjelasan sebelumnya, peneliti merasa penting untuk melakukan penelitian mengenai gambaran *adult attachment* dan *fear of intimacy* pada dewasa awal yang berasal dari keluarga bercerai.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yakni seperti apakah gambaran *adult attachment* dan *fear of intimacy* pada dewasa awal yang berasal dari keluarga bercerai?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yakni untuk mengetahui gambaran *adult attachment* dan *fear of intimacy* pada dewasa awal yang berasal dari keluarga bercerai

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dijadikan sebagai sumber literatur ilmu psikologi terbaru yang terkait dengan *fear of intimacy* dan *adult attachment* khususnya pada individu yang berada pada periode usia dewasa awal dengan karakteristik keluarga yang pernah bercerai.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang dihasilkan dari penelitian ini yakni:

a) Bagi Dewasa Awal

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan kesadaran mengenai *adult attachment* dan *fear of intimacy* sebagai upaya dalam membantu dewasa awal dalam membangun dan mempertahankan hubungan romantis bersama pasangan.

b) Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan kesadaran bagi orang tua mengenai dampak perceraian terhadap hubungan intim keturunannya, serta memberikan gambaran terkait perilaku yang seharusnya diberikan kepada anak sekalipun orang tua telah bercerai.

