

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Gereja merupakan sebuah institusi yang dibentuk secara legal dan berada di bawah hukum suatu negara yang dibangun dengan tujuan untuk aktivitas religius. Gereja termasuk ke dalam sebuah organisasi sosial yang memiliki visi, misi, nilai – nilai ideologis, struktur sosial dan juga peran serta status dari individu yang berada di dalamnya. Istilah gereja secara sosiologis merupakan sinonim dari organisasi religi dimana gereja menjadi tempat yang digunakan untuk melakukan aktivitas religi seperti pujian dan penyembahan pada Tuhan (Moberg, 1962).

Salah satu gereja yang berada di Bandung adalah Gereja “X”. Gereja tersebut memiliki jadwal ibadah sebanyak tiga kali pada hari Minggu, yaitu ibadah pagi, siang, dan sore. Selain hari Minggu juga terdapat kebaktian persekutuan (komsel) di hari Selasa ataupun Rabu, di rumah jemaat, dan kebaktian pemuda di hari Sabtu. Berdasarkan data yang diperoleh dari wawancara dengan pihak administrasi gereja, kurang lebih terdapat sekitar 600 jemaat. Jemaat tersebut terbagi ke dalam beberapa tahapan usia, yang terentang mulai dari usia 3 bulan hingga 80 tahun. Menurut hasil wawancara dengan pihak administrasi gereja, dan juga dilihat dari buku daftar absensi jemaat, lebih banyak jemaat yang berada pada tahapan usia dewasa muda.

Masa dewasa muda menurut Hurlock (1999), secara terminologis merupakan masa dimana individu berada di antara usia 18 hingga 40 tahun, dan pada masa tersebut individu juga sudah mulai lebih mandiri dan mulai memantapkan diri di dalam pola kehidupan mereka yang baru seperti dalam hal penentuan karir, pasangan hidup, dan juga masa depan mereka. Dari segi perkembangan religiusitas, menurut Carl H. Witherington (2002), mengatakan bahwa pada masa tersebut, individu telah memiliki tanggung jawab terhadap sistem nilai yang dipilihnya, baik sistem yang bersumber pada ajaran agama maupun sistem hukum yang berlaku. Motivasi mereka untuk beribadah juga ditentukan oleh diri mereka sendiri, dan bukan hanya karena ikut – ikutan dengan orang lain. Kondisi tersebut tercermin dalam perilaku yang ditunjukkan oleh jemaat gereja “X” Bandung tersebut dimana mereka aktif mengikuti ibadah, seperti datang ibadah di hari Minggu, dan juga ibadah komsel. Untuk jemaat yang masih berusia antara 18 – 25 tahun, mereka juga aktif mengikuti ibadah pemuda setiap hari Sabtu.

Berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh menurut *survey* awal terhadap 20 jemaat, pada awalnya alasan mereka datang ada yang karena mendengar informasi dan diajak oleh temannya, ada juga yang karena ikut keluarganya karena keluarganya telah terlebih dahulu berjemaat di gereja tersebut, dan ada juga yang karena penasaran dengan gereja “X”. Menurut mereka, setelah mencoba untuk beribadah disana, ternyata mereka merasa cocok, baik dengan *praise and worshipnya*, maupun dengan isi Firman Tuhan, dan juga lingkungannya, yang membuat mereka tertarik, merasa nyaman, sehingga mereka menjadi rutin datang beribadah.

Sebanyak 75% jemaat mengatakan bahwa kehadiran dirinya di gereja, bukan karena suatu paksaan, melainkan suatu wujud ucapan syukur atas berkat dan perlindungan yang telah Tuhan berikan kepada dirinya selama satu minggu, sedangkan 25% jemaat mengatakan bahwa mereka terkadang masih merasa terpaksa untuk datang ke gereja. Mereka berpikir bahwa mereka telah datang ke ibadah Sabtu atau komsel sudah cukup, dan untuk berdoa saja

atau menyembah Tuhan, masih bisa mereka lakukan sendiri di rumah. Mereka kalah oleh rasa kantuk, dan lebih memilih untuk tidur, beristirahat, atau menjadikan hari itu sebagai waktu untuk mereka mengerjakan dan menyelesaikan tugas perkuliahan yang mereka miliki. Pada hari Minggu, seringkali mereka masih dibangunkan untuk pergi ke gereja, dan akibatnya ketika ibadah, suasana hatinya kesal, marah, bahkan tidak jarang tertidur di gereja.

Jemaat juga mengatakan bahwa ketika mereka berada dalam suatu masalah, mereka berdoa meminta pertolongan Tuhan, dan setelah berdoa mereka merasa seolah dirinya memperoleh suatu penguatan, ketenangan yang membuat mereka merasa lebih lega, dan tidak khawatir kembali atas permasalahan yang dihadapi. Ketika mereka merasa lelah dan jenuh dengan rutinitas hidup yang mereka jalani, melalui pendengaran akan Firman Tuhan di komsel atau di hari Minggu, mereka merasakan adanya suatu kesegaran rohani yang membuat mereka semangat kembali. Kondisi tersebut dalam ilmu Psikologi dikenal sebagai *attachment to God*. *Attachment to God* merupakan ikatan afeksional yang nyata antara manusia dengan Tuhan sebagai figur *attachment*. *Attachment to God* memiliki dua dimensi yaitu *anxiety about abandonment* yang menggambarkan mengenai adanya kecemasan yang dimiliki dalam menjalin hubungannya dengan Tuhan sebagai figur *attachment*, dan dimensi *avoidance of intimacy* yang menggambarkan adanya penghindaran untuk menjalin hubungan yang intim dengan Tuhan (Okoz, 2010).

Derajat dari kedua dimensi tersebut menggambarkan sejauh mana kedekatan hubungan antara jemaat dengan Tuhan sebagai figur *attachment* mereka, dan dengan adanya kecemasan untuk menjalin hubungan yang dekat dengan Tuhan dan keengganan untuk dekat dengan Tuhan tersebut dapat memengaruhi bagaimana jemaat berperilaku terhadap Tuhan. Dari 20 jemaat, sebanyak 85% jemaat merasa cemas mengenai hubungannya dengan Tuhan (*anxiety about abandonment*), dan 15% ada juga yang merasa takut untuk ditolak oleh Tuhan, sehingga mereka cenderung menghindari Tuhan (*avoidance of intimacy*). Jemaat yang merasa

cemas dalam menjalin hubungannya dengan Tuhan (*anxiety about abandonment*) mengatakan bahwa dirinya merasa tidak yakin apakah Tuhan benar – benar mengasihi dirinya atau tidak. Mereka menjadi semakin sering berdoa, namun cenderung mendoakan hal yang sama secara berulang – ulang karena khawatir bahwa doanya tidak sampai dan tidak didengar oleh Tuhan. Saat doa mereka belum dijawab Tuhan, kecemasan mereka semakin meningkat. Jemaat yang merasa takut untuk diabaikan oleh Tuhan (*avoidance of intimacy*), mereka merasa enggan untuk berdoa dan meminta pertolongan Tuhan karena mereka merasa bahwa mereka tidak layak, mereka telah berdosa di hadapan Tuhan, dan Tuhan belum tentu mau menerima dan mengampuni dirinya. Sebagai contoh adalah seorang jemaat wanita yang mengatakan bahwa dirinya pernah hamil di luar nikah. Ia merasa sangat berdosa, tidak layak lagi di hadapan Tuhan, yakin bahwa Tuhan pasti tidak akan mengampuni dosanya, dan menyalahkan diri serta perbuatan yang telah ia lakukan, sehingga ia tidak mau datang ke gereja, tidak mau berdoa, dan berusaha untuk selalu menghindari Tuhan.

Perilaku jemaat yang terbentuk menurut kedua dimensi *attachment to God* tersebut, yaitu *anxiety about abandonment* dan *avoidance of intimacy*, pada akhirnya berpengaruh terhadap kondisi *psychological well – being* jemaat. *Psychological Well – Being* merupakan suatu hasil evaluasi kognitif akan hidup, kehadiran dari emosi yang positif atau menyenangkan seperti *happiness* dan *joy*, serta kehadiran dari emosi yang negatif atau tidak menyenangkan seperti kesedihan, depresi, kecemasan yang dapat terukur melalui keenam dimensi yaitu dimensi penerimaan diri (*self – acceptance*), dimensi hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*), dimensi otonomi (*autonomy*), dimensi penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), dimensi tujuan hidup (*purpose in life*), dan dimensi pertumbuhan diri (*personal growth*) (Ryff, 1989).

Berdasarkan hasil wawancara di *survey* awal, jemaat yang merasa cemas dalam menjalin hubungannya dengan Tuhan (*anxiety about abandonment*) sering membandingkan

diri dengan orang lain dan melihat bahwa orang lain lebih baik dari mereka, sehingga kepercayaan diri mereka rendah. Kondisi tersebut juga membuat mereka cenderung bersikap konfomis dan sulit untuk mengambil keputusan sendiri (*self acceptance, autonomy*). Di satu sisi, mereka terkadang merasa khawatir akan masa depan mereka, namun di sisi yang lain, mereka berusaha untuk percaya bahwa Tuhan sudah menyiapkan rencana yang indah dan besar untuk mereka (*purpose in life*). Ketika menghadapi masalah baik dalam keluarga maupun pekerjaan, mereka tetap berdoa kepada Tuhan, namun apabila masih belum memperoleh jalan keluar, mereka menjadi semakin cemas, dan akhirnya meminta bantuan pada orang lain (*environmental mastery*). Akan tetapi, meskipun mereka memiliki kecemasan untuk berelasi dengan Tuhan, mereka tetap mampu untuk menjalin relasi dengan orang lain. Melalui komsel misalnya, dimana mereka saling *sharing* satu dengan yang lain, sehingga melalui pengalaman *sharing* tersebut, saling menguatkan, mereka juga saling mendoakan akan setiap pergumulan mereka, dan meningkatkan kebersamaan juga, misalnya dengan mengadakan rekreasi atau acara makan bersama (*positive relationship with others*). Dari komsel pula, mereka memperoleh dukungan atau *feedback* dari rekan – rekan mereka yang dapat membantu mereka untuk memperbaiki diri dan semakin berkembang menjadi individu yang lebih baik lagi (*personal growth*).

Pada jemaat yang menghindari hubungan yang terlalu dekat dan tidak ingin memiliki hubungan emosional yang mendalam dengan Tuhan sebagai figur *attachment (avoidance of intimacy)*, mereka justru memandang diri mereka secara positif seperti merasa mampu untuk mengatasi segala sesuatu sendiri. Ketika menghadapi suatu kesulitan, mereka lebih memilih untuk mengandalkan kekuatan mereka sendiri daripada mengandalkan Tuhan ataupun orang lain. Dalam hal tujuan hidup juga, mereka sendiri yang memutuskan mereka mau menjadi apa, tanpa perlu bertanya kepada Tuhan (*self acceptance, autonomy, purpose in life*). Dalam menjalin relasi dengan orang lain, mereka tidak mau menjalin hubungan yang lebih intim dan

mendalam dengan orang lain, dan bagi mereka relasi hanya sebatas relasi dan tidak semua hal tentang diri mereka harus diketahui oleh orang lain, termasuk keluarga (*positive relationship with others*). Karena relasi mereka dengan orang lain kurang begitu hangat dan dekat, mereka kurang memperoleh *feedback* ataupun saran dari orang lain mengenai perilaku mereka, sehingga pertumbuhan dan perkembangan diri mereka menjadi terhambat (*personal growth*). Mereka juga cenderung menyalahkan diri mereka atau lingkungan atas segala sesuatu yang terjadi (*environmental mastery*). Menurut hasil yang diperoleh, hubungan antara jemaat dengan Tuhan dapat berdampak terhadap cara mereka menjalin hubungan dengan sesama individu, terutama terhadap masing – masing keenam dari dimensi *psychological well – being*.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai kontribusi dari dimensi *Attachment to God* terhadap dimensi *Psychological Well – Being* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.

1.2. Identifikasi masalah

Ingin mengetahui seberapa besar kontribusi dimensi *Attachment to God* terhadap dimensi *Psychological Well – Being* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Ingin memperoleh gambaran dimensi *Attachment to God* dan dimensi *Psychological Well - Being* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Ingin mengetahui kontribusi dimensi *Attachment to God* terhadap dimensi *Psychological Well - Being* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoretis

- Memberikan informasi mengenai sejauh mana kontribusi dimensi *Attachment to God* terhadap dimensi *Psychological Well – Being* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.
- Memberikan informasi pada bidang ilmu Psikologi Positif dan Integratif mengenai dimensi *Psychological Well – Being* dan dimensi *Attachment to God* yang terkait dengan spiritualitas
- Sebagai referensi dan pendorong bagi peneliti lain yang akan meneliti lebih lanjut mengenai dimensi *Attachment to God* dan dimensi *Psychological Well – Being*.

1.4.2. Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi kepada pihak gereja mengenai kondisi *attachment* jemaat dengan Tuhan beserta derajat dari masing – masing dimensinya. Informasi tersebut dapat membantu pihak gereja untuk membimbing kerohanian jemaat sehingga dapat meningkatkan *attachmentnya* dengan Tuhan, dan menurunkan derajat kecemasan atau keengganan jemaat terhadap Tuhan.

- Memberikan informasi kepada pihak gereja mengenai kondisi *psychological well-being* jemaat yang dipengaruhi oleh beragam faktor. Informasi tersebut diharapkan dapat membantu pihak gereja dalam melakukan pendekatan terhadap jemaat dan juga membantu serta mengarahkan jemaat dalam menyikapi pengalaman hidup yang dialami.

1.5. Kerangka Pikir

Jemaat Gereja “X” Bandung yang selanjutnya akan disebut dengan jemaat, merupakan sekumpulan individu yang beribadah di gereja “X” Bandung. Gereja tersebut kurang lebih memiliki 600 jemaat, yang dimana lebih banyak jemaat yang berada di antara usia 18 hingga 40 tahun. Menurut Hurlock (1999), individu yang berada pada usia antara 18 hingga 40 tahun termasuk ke dalam masa dewasa muda. Hurlock menyatakan bahwa masa dewasa merupakan tahap dimana individu telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap untuk menerima kedudukan dalam masyarakat. Masa tersebut ditandai dengan adanya ketidaktergantungan secara finansial dari orangtua, adanya rasa tanggung jawab terhadap tindakan yang dilakukan, serta periode penyesuaian terhadap pola – pola kehidupan baru dan harapan sosial yang baru.

Terdapat beberapa karakteristik perkembangan yang terjadi pada tahap usia dewasa muda, diantaranya perkembangan fisik dimana mereka sudah lebih matang, mapan, dan siap secara fisik untuk bekerja, menikah, dan memiliki anak. Sebagian besar jemaat telah bekerja dan salah satu contohnya dari perkembangan fisik adalah kemampuan mereka untuk lebih mandiri, memilih untuk menikah dan membangun rumah tangganya sendiri. Perkembangan intelektual juga dialami dimana pemikiran mereka sudah semakin kompleks, dan mereka memiliki keinginan untuk mengaktualisasikan diri dan menyalurkan potensi mereka melalui pekerjaan yang dimiliki. Dapat terlihat dari cara jemaat ketika mereka menyelesaikan

permasalahan yang mereka miliki, dan kemampuan untuk manajemen waktu yang mereka miliki antara bekerja dengan kuliah contohnya, atau dengan pelayanan.

Secara emosi, semakin bertambahnya usia, kemampuan jemaat untuk menguasai kondisi emosinya akan semakin meningkat dan menjadi lebih stabil. Ketika mereka memiliki perbedaan pendapat contohnya dengan salah satu rekan, mereka mampu untuk menahan emosi mereka, tidak langsung meledak – ledak, sehingga tidak terjadi perselisihan di antara mereka. Dalam hal karier, pemilihan karir yang tepat dapat membantu jemaat untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan diri. Hal ini terlihat dari seorang jemaat yang telah bekerja di bidang IT, dimana ia bekerja di tempat yang diinginkan, sehingga kemampuan dan keterampilan yang ia miliki menjadi semakin berkembang, dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi tantangan dalam pekerjaan yang ia lakukan. Dari segi agama, semakin bertambahnya usia, kematangan dalam beragama juga menjadi semakin meningkat dan pada masa tersebut. Jemaat sudah memiliki keyakinan yang kuat dan teguh terhadap ajaran agama yang dianutnya berdasarkan pertimbangan pikirannya yang semakin kompleks dan matang.

Kondisi kematangan beragama tersebut dapat terlihat melalui seberapa dekat jemaat dengan Tuhan, yang dalam Psikologi disebut dengan *attachment to God*. Menurut Okozi (2010), *attachment to God* adalah ikatan afeksional yang nyata antara manusia dengan Tuhan sebagai figur *attachment*. Terdapat dua buah dimensi dalam *attachment to God* yaitu dimensi *anxiety of abandonment* dan dimensi *avoidance of intimacy* (Beck dan McDonald, 2004). *Anxiety about abandonment* adalah refleksi dari preokupasi dan kecemasan jemaat mengenai satu cinta kepada Tuhan, rasa takut akan penolakan atau berpisah dengan Tuhan sebagai figur *attachment*, dan adanya kondisi *distress* atau marah ketika jemaat merasa tidak direspon. Dimensi *avoidance of intimacy* merujuk pada adanya resistensi dalam hal kedekatan emosional antara jemaat dengan Tuhan, keengganan untuk terlibat dalam komunikasi yang dalam dengan Tuhan, dan kecenderungan untuk mengandalkan diri sendiri.

Kedua dimensi tersebut didasari oleh *internal working model* terhadap diri sendiri maupun orang lain, dimana dalam hal ini, orang lain diganti dengan Tuhan sebagai figur *attachment*, baik yang positif maupun negatif. Menurut Collins (1996), *internal working model* merupakan representasi kognitif dari hubungan *attachment* di masa lalu dengan figur *attachment* yang menuntun seseorang ke dalam harapan akan masa mendatang dan gaya dalam hubungan dengan figur *attachment*. Apabila jemaat memandang Tuhan dan diri sendiri secara positif, maka derajat *anxiety about abandonment* dan *avoidance of intimacy*nya rendah, yang membuat jemaat akan mengembangkan gaya *attachment* yang *secure*. Akan tetapi, apabila pandangan terhadap Tuhan dan diri sendiri itu negatif, maka derajat *anxiety about abandonment* dan *avoidance of intimacy*nya tinggi, yang membuat jemaat akan mengembangkan gaya *attachment* yang *insecure*. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat memengaruhi kondisi *psychological well-being* jemaat. Menurut Ryff (1989), *psychological well-being* merupakan suatu hasil evaluasi kognitif akan hidup, kehadiran dari emosi yang positif atau menyenangkan seperti *happiness* dan *joy*, serta kehadiran dari emosi yang negatif atau tidak menyenangkan seperti kesedihan, depresi, kecemasan.

Jemaat yang memandang Tuhan sebagai figur yang mengasihi, selalu hadir, responsif untuk menolong, tempat untuk berlindung dan bersandar, serta sumber kekuatan khususnya ketika mereka menghadapi masalah atau penyakit, memiliki derajat kecemasan untuk menjalin hubungan yang dekat dengan Tuhan (*anxiety about abandonment*) dan derajat penolakan untuk memiliki hubungan emosional yang mendalam dengan Tuhan (*avoidance of intimacy*) yang rendah. Mereka tidak khawatir akan hidup mereka, karena mereka mengetahui bahwa Tuhan selalu ada bersama mereka, dalam kondisi apapun. Mereka juga tidak takut untuk tidak diterima Tuhan, karena mereka percaya bahwa Tuhan itu Maha Penyayang, Maha Pengasih, dan Maha pengampun (*anxiety about abandonment*). Mereka tidak menghindari Tuhan, kemudian merasa senang dan nyaman ketika datang ke hadirat Tuhan, baik melalui

rajin datang ke gereja, rajin berdoa, memiliki keinginan untuk melakukan pelayanan (*avoidance of intimacy*). Hal tersebut membuat mereka memandang bahwa diri mereka layak di hadapan Tuhan, sehingga mereka bersyukur bahwa dirinya diterima oleh Tuhan, sehingga mereka mampu menerima kelebihan dan kekurangan yang mereka miliki. Mereka juga merasa bahwa mereka layak untuk dicintai (*self acceptance*). Mereka memiliki hubungan yang dekat, hangat, intim dengan Tuhan sebagai figur *attachmentnya*, sehingga mereka membangun hubungan dengan orang lain yang didasari adanya rasa kasih, kenyamanan, dan kesediaan untuk menjalin hubungan secara lebih mendalam (*positive relationship with others*). Mereka juga mampu untuk mengambil keputusan sendiri karena mereka yakin bahwa mereka dimampukan oleh Tuhan dan diberi hikmat untuk menentukan yang terbaik bagi diri mereka sendiri. Dalam permasalahan yang sulit, mereka tidak merasa segan untuk bergantung kepada Tuhan, karena mereka yakin bahwa Tuhan dapat diandalkan setiap waktu (*autonomy*).

Kegagalan dipandang sebagai suatu tantangan dalam hidup dan mereka percaya bahwa masalah yang mereka hadapi tidak akan melebihi kekuatan dan kemampuan mereka, sedangkan keberhasilan dipandang sebagai berkat yang Tuhan berikan dan bukan sesuatu yang diperoleh secara kebetulan, faktor keberuntungan atau kemampuan mereka sendiri (*environmental mastery*). Mereka berani untuk bertumbuh dan mengembangkan diri mereka secara positif karena mereka menjadikan Tuhan sebagai dasar rasa aman untuk melakukan eksplorasi diri dan mencoba berbagai hal baru di dalam kehidupan mereka (*personal growth*). Mereka berserah dan percaya bahwa Tuhan memiliki rencana yang terbaik untuk mereka sehingga mereka memandang masa depan secara positif (*purpose in life*).

Jemaat yang memandang Tuhan sebagai figur yang tidak responsif, dingin, penuh dengan ketidakpastian untuk menolong, derajat kecemasan untuk menjalin hubungan yang dekat dengan Tuhan (*anxiety about abandonment*) dan derajat penolakan untuk memiliki hubungan emosional yang mendalam dengan Tuhan (*avoidance of intimacy*) menjadi tinggi.

Jemaat tidak percaya bahwa Tuhan itu akan menjaga dan selalu menolong mereka di kala kesulitan, sehingga mereka menjadi tidak berani untuk menggantungkan hidup dan masa depan mereka kepada Tuhan, yang membuat kecemasan mereka untuk dekat dengan Tuhan meningkat (*anxiety about abandonment*). Mereka juga merasa bahwa Tuhan tidak dapat mereka andalkan setiap saat, sehingga hal tersebut membuat mereka menolak untuk bergantung kepada Tuhan sepenuhnya dan lebih memilih untuk mengandalkan kemampuannya sendiri (*avoidance of intimacy*).

Dengan adanya pandangan tersebut, jemaat memandang bahwa diri mereka tidak layak untuk dicintai, ditolak oleh Tuhan dan tidak diinginkan, sehingga mereka tidak menganggap bahwa diri mereka berharga dan sulit untuk menerima dirinya apa adanya (*self acceptance*). Hubungan mereka dengan Tuhan banyak dipenuhi oleh kecemasan, ketidakpastian, ketidakpercayaan, sehingga ketika menjalin relasi dengan orang lain cenderung menjaga jarak, tidak mau menjalin hubungan yang terlalu dekat, merasa takut ditolak, dan takut diabaikan (*positive relationship with others*). Ketika menghadapi masalah dan belum memperoleh jalan keluar, kecemasan mereka meningkat, bahkan membuat diri mereka menjadi semakin yakin bahwa Tuhan mengabaikan diri mereka, dan merasa Tuhan tidak dapat diandalkan, sehingga mereka cenderung mengandalkan kekuatan mereka sendiri (*autonomy*).

Ketika mereka gagal, mereka menyalahkan lingkungan, dan keberhasilan dipandang sebagai hasil usaha mereka sendiri. Mereka cenderung menjaga jarak dan memilih lingkungan yang hanya cocok dengan mereka (*environmental mastery*). Tuhan tidak dipandang sebagai dasar rasa aman untuk bereksplorasi dan keinginan untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan diri rendah, karena mereka cepat merasa puas dengan hasil yang mereka peroleh (*personal growth*). Mereka memandang masa depan secara pesimis dan tidak

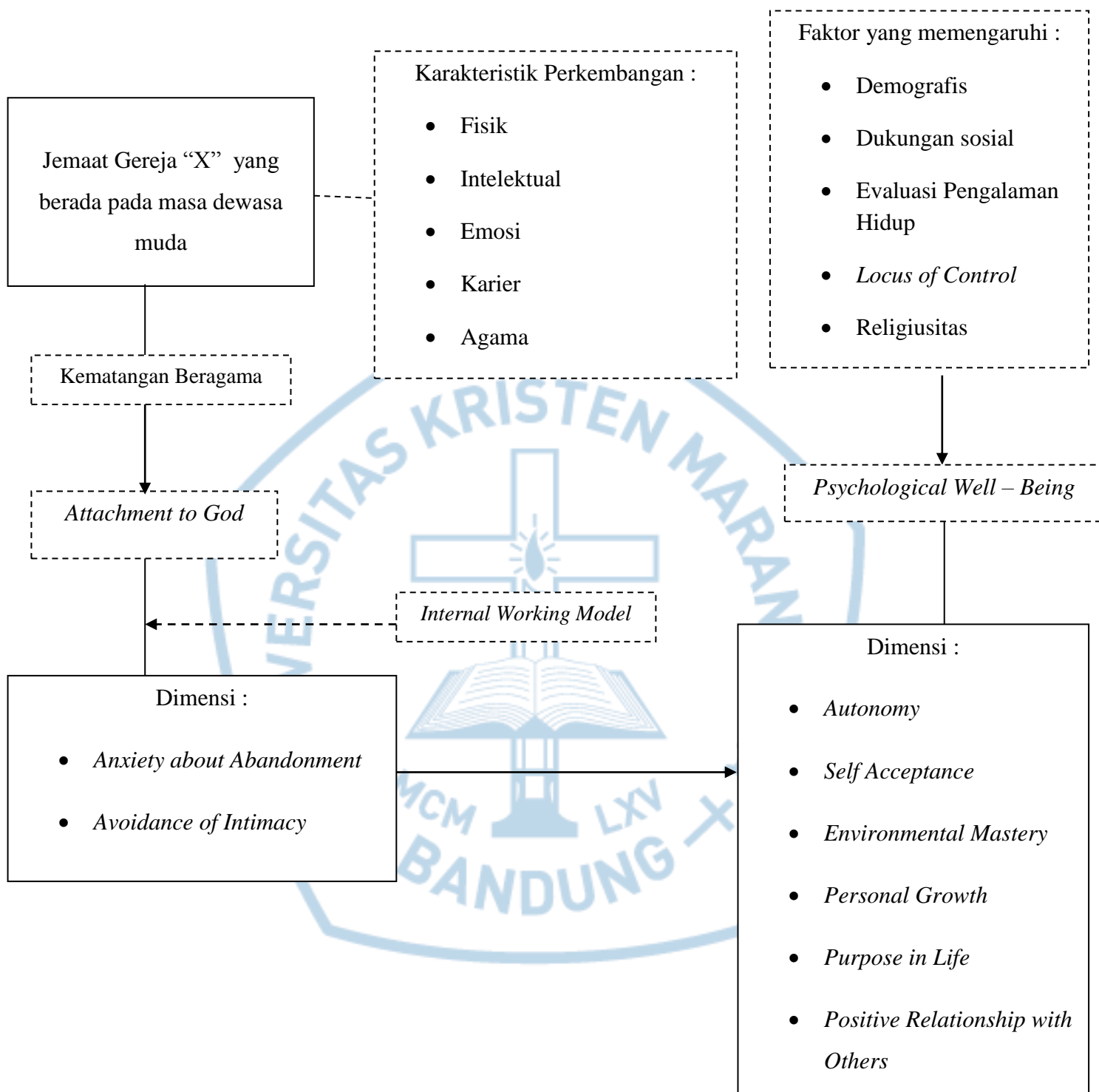
memiliki harapan. Tujuan hidup mereka juga tidak jelas dan banyak dipengaruhi oleh adanya kecemasan akan kesanggupan diri mereka untuk mencapainya (*purpose in life*).

Psychological well – being dipengaruhi oleh lima faktor, seperti faktor demografis, dukungan sosial, evaluasi terhadap pengalaman hidup, *locus of control*, dan juga religiusitas (Ryff dan Singer dalam Halim dan Atmoko, 2005). Semakin bertambahnya usia, memiliki pendidikan yang semakin tinggi, jenjang karir yang semakin mapan, status sosial ekonomi yang tergolong tinggi, dapat meningkatkan kondisi *psychological well – being* individu. *Stereotype gender* juga turut berperan dalam bagaimana individu berelasi dan bersikap terhadap orang lain, sehingga dapat memengaruhi *psychological well – beingnya*. Dukungan sosial adalah rasa nyaman, perhatian, penghargaan, dan pertolongan yang dipersepsikan individu yang menerima bantuan dari orang lain atau kelompok (Cobb, dalam Sarafino, 1990). Melalui adanya dukungan sosial tersebut, jemaat menjadi tidak sendirian, ada pihak – pihak yang mendukung terutama di kala dirinya mengalami kesulitan, yang dapat meningkatkan kondisi *psychological well – being*.

Evaluasi jemaat terhadap pengalaman hidupnya memiliki pengaruh yang penting terhadap *psychological well – beingnya* (Ryff, 1995). Hal tersebut dikarenakan melalui evaluasi, jemaat dapat belajar dari pengalaman, memperoleh kritik, saran, dan masukan dari orang lain juga yang dapat membantu individu untuk semakin mengaktualisasikan dirinya. Adanya *locus of control* yang *internal* membuat jemaat menjadi lebih aktif dalam mencari informasi yang diperlukan untuk mengambil keputusan, dan mencari solusi yang tepat serta konstruktif bagi permasalahan yang mereka hadapi, sehingga kondisi *psychological well – beingnya* lebih tinggi daripada jemaat dengan *locus of control external*. Terkait dengan religiusitas, Ryff (2010) menyebutkan bahwa ada hubungan *attachment to God* dengan *psychological well – being*, dimana semakin rendah derajat dimensi *anxiety about*

abandonment dan *avoidance of intimacy*, maka semakin tinggi derajat *psychological well-beingnya*.





Bagan 1.1. Kerangka Pikir

1.6. Asumsi

- Jemaat Gereja “X” Bandung lebih banyak yang berusia 18 – 40 tahun sehingga termasuk ke dalam tahap perkembangan masa dewasa muda.
- Semakin bertambahnya usia, maka semakin meningkat pula kematangan beragama yang dimiliki oleh jemaat Gereja “X” Bandung
- *Internal working model* mendasari tinggi rendahnya derajat kecemasan dan keengganan jemaat untuk menjalin hubungan yang intim dan dekat dengan Tuhan sebagai figur signifikan
- Derajat tinggi rendahnya dimensi *anxiety about abandonment* dan *avoidance of intimacy* dapat memengaruhi derajat tinggi rendahnya keenam dimensi dari *psychological well – being* jemaat Gereja “X” Bandung.

1.7. Hipotesis

- Terdapat kontribusi dimensi *anxiety about abandonment* terhadap dimensi *self acceptance* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.
- Terdapat kontribusi dimensi *anxiety about abandonment* terhadap dimensi *positive relationship with others* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.
- Terdapat kontribusi dimensi *anxiety about abandonment* terhadap dimensi *autonomy* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.
- Terdapat kontribusi dimensi *anxiety about abandonment* terhadap dimensi *environmental mastery* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.

- Terdapat kontribusi dimensi *anxiety about abandonment* terhadap dimensi *purpose in life* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.
- Terdapat kontribusi dimensi *anxiety about abandonment* terhadap dimensi *personal growth* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.
- Terdapat kontribusi dimensi *avoidance of intimacy* terhadap dimensi *self acceptance* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.
- Terdapat kontribusi dimensi *avoidance of intimacy* terhadap dimensi *positive relationship with others* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.
- Terdapat kontribusi dimensi *avoidance of intimacy* terhadap dimensi *autonomy* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.
- Terdapat kontribusi dimensi *avoidance of intimacy* terhadap dimensi *environmental mastery* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.
- Terdapat kontribusi dimensi *avoidance of intimacy* terhadap dimensi *purpose in life* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.
- Terdapat kontribusi dimensi *avoidance of intimacy* terhadap dimensi *personal growth* pada jemaat Gereja “X” Bandung yang berada pada masa dewasa muda.