

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa berada pada masa dewasa awal. Pada masa ini, mahasiswa berada pada masa transisi dari masa remaja ke masa dewasa. Pada masa transisi ini banyak hal yang berubah dari perubahan kognitif, fisik, sosial dan identitas diri. Selain itu, terjadi pula perubahan dalam berelasi dengan lingkungan. Saat mahasiswa berada pada masa dewasa awal, akan muncul beberapa tugas perkembangan yang baru dan berbeda daripada pada masa sebelumnya. Salah satu tugas perkembangan tersebut adalah menetapkan pilihan dalam bidang pendidikan, karir dan memutuskan untuk menikah, dan membentuk sebuah keluarga (Papalia, 2001)

Dalam memutuskan untuk menikah dan akhirnya membentuk sebuah keluarga, banyak hal yang akan dilewati oleh mahasiswa. Salah satu masa yang penting sebelum menikah yaitu berpacaran. Berpacaran merupakan suatu masa dimana mahasiswa saling berusaha mengenal pasangannya baik kepribadian maupun kebiasaannya. Menurut Karsner (2001), terdapat beberapa komponen penting dalam menjalin hubungan dengan pasangan, salah satunya yaitu saling percaya. Rasa percaya ini akan menjamin apakah suatu hubungan akan berlanjut atau dihentikan. Kurangnya rasa kepercayaan kepada pasangan akan berdampak pada hubungan tersebut. Menurut psikolog Irma Makarim, saling percaya diantara pasangan merupakan salah satu dasar yang sangat penting dalam membina sebuah hubungan (femina.co.id)

Menurut survei yang dilakukan oleh Huftingtonpost (lembaga survei mengenai hubungan pria dan wanita) terhadap 100.000 orang, diketahui bahwa 39% dari wanita mengatakan mereka percaya sepenuhnya terhadap pasangan mereka. Di sisi lain, 53% pria

menjawab mereka percaya pada pasangan wanitanya. Perbedaan jumlah ini kemungkinan dipengaruhi oleh adanya stereotipe gender yang menyebutkan jika laki-laki sulit dipercaya daripada wanita (Rini, 2013). Hal ini menunjukkan bahwa dalam hubungan berpacaran, ada pula orang yang kurang mempercayai pasangannya.

Selain itu, menurut survei yang diadakan oleh onepoll.com melalui wawancara terhadap 3 ribu wanita usia 18-45 tahun, dengan tujuan mencari tahu seberapa besar rasa percaya seorang wanita terhadap pasangannya maka didapat hasil yaitu 1 dari 6 wanita mengaku pernah menguji kesetiaan pasangannya. Mereka mengirim sms kepada pasangan dari akun atau nomor palsu untuk melihat bagaimana reaksinya (vemale.com). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan yang dimiliki oleh seseorang terhadap pasangan akan mempengaruhi bagaimana ia akan bertindak.

Hubungan dengan pasangan termasuk ke dalam hubungan romantis, dimana berbeda-beda pada setiap orang bergantung pada variasi dari riwayat *attachment* masing-masing (Hazan & Shaver, 1987). Menurut Bartholomew (1991), *attachment* merupakan kecenderungan manusia untuk membuat ikatan afektif yang kuat dengan orang tertentu. Teori *attachment* menjelaskan bagaimana cinta berkembang dan dinamikanya, serta dapat dibentuk oleh pengalaman sosial untuk menghasilkan perbedaan tipe relasi (Hazan & Shaver, 1987).

Menurut Bartholomew, Brennan Clark dan Shaver (1998), terdapat dua dimensi *attachment* pada *adult attachment*. Dimensi yang pertama yaitu *attachment avoidance*, yaitu sejauh mana seseorang memiliki gambaran diri sebagai dikotomi yaitu positif atau negatif. Dalam hal ini berarti melihat diri sebagai seseorang yang berharga, pantas untuk dicintai dan didukung oleh orang lain atau tidak (*model of self*). Dimensi kedua yaitu *attachment anxiety*, yaitu sejauh mana seseorang memiliki gambaran orang lain sebagai dikotomi yaitu positif atau negatif. Dalam hal ini berarti melihat orang lain sebagai orang yang dapat dipercaya dan

selalu ada atau melihat orang lain sebagai orang yang tidak dapat dipercaya dan menolak orang tersebut (*model of other*).

Berdasarkan kedua dimensi, diperoleh empat kategori *adult attachment* yaitu *dismissing avoidant attachment* (*model of self* yang positif dan *model of other* yang negatif), *fearful avoidant attachment* (*model of self* yang negatif dan *model of other* yang negatif), *preoccupied attachment* (*model of self* yang negatif dan *model of other* yang positif), dan *secure attachment* (*model of self* yang positif dan *model of other* yang positif). Seseorang yang *fearful avoidant attachment* akan menghindari kedekatan dengan orang lain, dan mereka akan melindungi diri dari penolakan orang lain. Seseorang yang *preoccupied attachment* akan bekerja keras dalam hal *self-acceptance* dengan cara mencari dari orang lain. Hal ini berarti orang tersebut akan berusaha mencari orang lain yang dapat menerima dirinya. Seseorang yang *secure attachment*, akan menerima orang lain dan memiliki konsep yang positif tentang diri sendiri. Seseorang yang *dismissing avoidant attachment* memilih untuk menghindari kedekatan dengan orang lain.

Berdasarkan survei awal kepada 15 mahasiswa psikologi universitas “X” yang sedang berpacaran, sebanyak 7 mahasiswa (47%) menganggap bahwa dirinya pantas dicintai dan didukung, merasa bahwa pasangan dapat menerima kekurangannya, merasa yakin bahwa pasangan benar-benar mencintainya dan akan setia (*secure attachment*). Tiga mahasiswa (20%) khawatir apabila pasangan tidak dapat menerima dirinya apa adanya, merasa takut bahwa pasangan akan memperlakukannya secara tidak baik, merasa sulit untuk percaya terhadap pasangan, sehingga akhirnya ia lebih memilih untuk tidak bergantung kepada pasangan (*dismissing avoidant attachment*). Lima mahasiswa (33%) merasa tidak nyaman apabila tidak bertemu dengan pasangan, merasa gelisah apabila berada jauh dari pasangan, dan merasa pasangan dapat diandalkan (*preoccupied attachment*). Berdasarkan kuesioner

tersebut diketahui bahwa mahasiswa fakultas psikologi universitas “X” memiliki tipe *attachment* yang berbeda-beda.

Hazan dan Shaver (1987) mempelajari *attachment* sebagai usaha dasar, dimana kini *attachment* dihubungkan dengan beberapa hal, salah satunya yaitu *well-being* (Hazan & Shaver, 1993). Telah banyak penelitian yang menemukan hubungan antara *secure attachment* dan *well-being* dan terdapat pula teori yang beragumen bahwa *secure attachment* merupakan indikator dari *well-being* (Simpson, 1990). Di sisi lain, perbedaan tipe *attachment* yang dimiliki oleh seseorang akan terlihat dari perbedaan *belief* yang dimilikinya. Selain itu juga, akan terlihat dari bagaimana ia mengatasi distress, memiliki rasa percaya kepada orang lain, dan memiliki *sense of self-efficacy* dalam berelasi terutama ketika dihadapkan oleh ancaman (Shaver & Hazan, 1993). Hal ini akan mempengaruhi *psychological well-being* yang dimiliki oleh seseorang.

Psychological well-being adalah pencapaian potensi psikologis seseorang secara optimal dimana individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan dirinya, memiliki tujuan hidup, mampu mengembangkan hubungan yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan dan terus bertumbuh secara personal (Ryff, 1989). Ketika membahas *psychological well-being*, maka diasosiasikan dengan seseorang yang berfungsi positif secara maksimum (Ryan dan Deci, 2001). *Psychological well-being* memiliki 6 dimensi yaitu *self-acceptance*, *positive relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*.

Self-acceptance menekankan pada pendapat positif tentang dirinya dan mampu menerima segala kekurangannya. *Positive relation with others* menekankan pada kesenangan seseorang ketika berelasi secara dekat dengan orang lain dan dapat percaya kepada orang lain. *Autonomy* menekankan pada kemampuan seseorang untuk dapat hidup mandiri dan merasa mampu untuk mengambil keputusan sendiri tanpa adanya orang lain yang ikut

campur. *Environmental mastery* menekankan pada kemampuan seseorang dalam mengatur dan mengontrol lingkungan, mampu menghadapi dan menyelesaikan masalah sehari-hari. *Purpose in life* menekankan pada kemampuan seseorang dalam menemukan arti dan arah dalam hidupnya. *Personal growth* menekankan bahwa seseorang menyadari potensi dan talentanya sehingga dapat mengembangkannya (Ryff, 1989).

Berdasarkan survei awal didapat bahwa dari 7 mahasiswa yang *secure attachment*, seluruh mahasiswa (100%) mampu menerima dirinya, memiliki relasi yang hangat dengan orang lain, bergantung pada orang lain, memiliki kemauan untuk mengembangkan dirinya walaupun kurang memiliki tujuan jangka panjang (*psychological well-being* yang tinggi).

Berdasarkan survei awal didapat bahwa dari 5 mahasiswa yang *preoccupied attachment*, tiga mahasiswa (60%) senang berelasi dan terbuka kepada teman dan pasangannya, merasa bahwa dirinya berarti, memiliki tujuan hidup namun kurang mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya (*psychological well-being* yang tinggi). Dua mahasiswa (40%) senang berelasi dan terbuka kepada orang lain dan pasangan, memiliki tujuan jangka panjang dan pendek, namun masih bergantung kepada orang lain dan pasangannya dan kurang mampu dalam menyelesaikan permasalahan yang dimilikinya sehari-hari (*psychological well-being* yang rendah).

Berdasarkan survei awal didapat bahwa dari 3 mahasiswa yang *dismissing attachment*, seluruhnya mahasiswa (100%) sudah dapat menerima dirinya sendiri baik kekurangan maupun kelebihan, memiliki keinginan untuk mengembangkan dirinya, namun masih bergantung pada orang lain, belum memiliki rencana jangka panjang dalam hidupnya, masih sulit dalam menyelesaikan setiap kewajiban yang harus dijalani dan belum memiliki keinginan untuk mengikuti kegiatan yang dapat mengembangkan dirinya (*psychological well-being* yang rendah).

Setiap orang yang berpacaran memiliki tipe *attachment* berbeda-beda. Tipe *attachment* yang dimiliki seseorang akan memengaruhi hampir seluruh aspek kehidupannya. Tak hanya kehidupan sosialnya saja, tetapi dalam hal memandang dirinya sendiri, dalam hal mengambil keputusan untuk masa depan, hingga dalam cara dalam menyelesaikan permasalahannya sehari-hari.

Selain itu, apabila seseorang kurang mempercayai pasangannya, maka hal ini akan tampak dalam perilakunya, seperti cemburu ataupun dapat mengakibatkan berakhirnya hubungan tersebut. Wujud dari cemburu bisa muncul dalam banyak rupa, misalnya rasa tak nyaman, tak suka, bahkan penolakan. Dalam tingkat berlebih, orang bahkan rela berbuat kejahatan dengan alasan cemburu (Zirlyfera Jamil, 2015).

Berdasarkan *yourtango.com*, ada beberapa ciri orang yang cemburu berlebihan pada pasangan. Diantaranya memperlakukan panggilan telepon dan memperlakukan jejaring sosial. Pasangan akan mencurigai bahwa apabila ada orang yang menelepon adalah selingkuhan dan juga menjadi waspada mengenai akun media sosial. Selain itu ada pula yang mengikuti pasangannya secara diam-diam. Adapula yang hingga tak mempercayai orang baru karena akan terus curiga dengan hubungan pasangan dengan orang lain yang berbeda jenis kelamin. Tak hanya itu, bahkan ada yang sampai membongkar dan berusaha mencari bukti yang akurat bahwa pasangan berselingkuh (Moci, 2013).

Berdasarkan hal tersebut, orang yang cemburu pun dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari mereka. Hal tersebut akan mengganggu kognitif yaitu pemikiran mereka mengenai apakah pasangannya selingkuh atau tidak. Selain itu mengganggu perasaan mereka dimana merasa khawatir terus menerus, hingga akhirnya mengganggu perilaku mereka seperti mengikuti pasangannya kemana pun. Hal ini menyebabkan mereka sulit dalam berfungsi secara optimal dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk

melihat hubungan antara tipe *attachment* dengan *psychological well-being* pada mahasiswa di fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang berpacaran.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari penelitian ini ingin diketahui apakah terdapat hubungan antara tipe *attachment* dengan *psychological well-being* pada mahasiswa di fakultas Psikologi Universitas “X” yang sedang berpacaran

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Untuk memperoleh gambaran mengenai tipe *attachment* dan *psychological well-being* pada mahasiswa di fakultas Psikologi Universitas “X” yang sedang berpacaran

1.3.2 Tujuan Penelitian

Untuk memperoleh gambaran mengenai hubungan antara tipe *attachment* dengan *psychological well-being* pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas “X” yang sedang berpacaran

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoretis

- Memberikan informasi mengenai hubungan antara tipe *attachment* dan *psychological well-being* ke dalam bidang ilmu Psikologi Perkembangan.

- Memberikan masukan bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan mengenai tipe *attachment* dan *psychological well-being* pada mahasiswa yang berpacaran

1.4.2 Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi kepada mahasiswa Psikologi Universitas “X” yang sedang berpacaran mengenai tipe *attachment* yang dimiliki dengan kaitannya dengan *psychological well-being*. Hal ini dapat digunakan sebagai informasi bagi mahasiswa saat akan membina hubungan ke jenjang selanjutnya.

1.5 Kerangka Pemikiran

Manusia merupakan makhluk sosial. Sejak berada di kandungan, manusia sudah berinteraksi dengan manusia lainnya. Bahkan ketika lahir, interaksi pertama kali biasanya dilakukan dengan pengasuh, yang biasanya adalah ibu. Seorang bayi yang tidak dapat melakukan apa-apa akan bergantung pada orang lain agar dapat bertahan hidup. Dalam hal ini, ketergantungan tersebut akan memunculkan ikatan emosional yang akrab antara bayi dengan pengasuhnya yang disebut dengan istilah *attachment* (Santrock, 2006).

Keberadaan *attachment* tidak hanya pada masa bayi, tetapi akan terus berjalan seiring waktu hingga terjadinya relasi individu pada usia dewasa awal (Hazan dan Shaver, 1987), termasuk ketika seseorang menjalani pendidikan yang lebih tinggi yaitu sebagai mahasiswa. Menurut Erikson (dalam Santrock, 2006), pada masa dewasa awal, mahasiswa akan menghadapi tugas perkembangan yaitu membentuk hubungan intimasi dengan orang lain yang dapat dicapai melalui hubungan interpersonal dengan orang lain, termasuk hubungan dengan pasangan.

Dalam kedekatan mahasiswa dengan pasangan, mahasiswa melibatkan unsur afeksional di dalamnya yang mengikatkan mereka hingga ke hubungan selanjutnya (Ainsworth, 1978). Hubungan kedekatan ini disebut dengan *attachment*. Dalam hubungan romantis atau hubungan percintaan diwarnai oleh *attachment*.

Tipe *attachment* mahasiswa ditentukan berdasarkan 2 dimensi yaitu *model of self* dan *model of other* (Bartholomew, 1998). Dimensi yang pertama merupakan sejauh mana seseorang memiliki gambaran diri sebagai dikotomi yaitu positif atau negatif, dalam hal ini melihat diri sebagai seseorang yang berarti dan pantas untuk dicintai dan didukung oleh orang lain atau tidak. Dimensi kedua merupakan sejauh mana seseorang memiliki gambaran diri orang lain sebagai dikotomi yaitu positif atau negatif, dalam hal ini melihat orang lain sebagai orang yang dapat dipercaya dan selalu ada atau melihat orang lain sebagai orang yang tidak dapat dipercaya dan menolak dirinya.

Berdasarkan kedua dimensi tersebut akan muncul 4 tipe *attachment*, yaitu *secure attachment*, *dismissing avoidant attachment*, *fearful avoidant attachment* dan *preoccupied attachment*. *Attachment* yang seseorang miliki akan terus berlanjut dan mempengaruhi pada hubungan romantis sehingga tipe *attachment* yang dimiliki oleh mahasiswa akan menentukan bagaimana mahasiswa berperilaku kepada pasangan. Hazan dan Shaver (1987) mempelajari *attachment* sebagai usaha dasar, dimana kini strategi *attachment* dihubungkan dengan beberapa hal, salah satunya yaitu *well-being* (Hazan & Shaver, 1993). Di sisi lain, perbedaan tipe *attachment* yang dimiliki oleh seseorang akan terlihat dari perbedaan *belief* yang dimilikinya. Selain itu juga, akan terlihat dari bagaimana ia mengatasi distress, memiliki rasa percaya kepada orang lain, dan memiliki *sense of self-efficacy* dalam berelasi terutama ketika dihadapkan oleh ancaman (Shaver & Hazan, 1993). Hal ini akan mempengaruhi *psychological well-being* yang dimiliki oleh seseorang.

Psychological well-being adalah pencapaian potensi psikologis seseorang secara optimal dimana individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan dirinya, memiliki tujuan hidup, mampu mengembangkan hubungan yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan dan terus bertumbuh secara personal (Ryff, 1989). *Psychological well-being* merupakan faset eudemonic dari *well-being*, dimana berorientasi pada kehidupan yang memiliki arti dan derajat seseorang mengalami *self-fulfillment*. Di sisi lain, *well-being* juga berarti dimana seseorang dapat berfungsi secara penuh (Ryan and Deci, 2001).

Psychological well-being merupakan multidimensional yang memiliki 6 dimensi yaitu *self-acceptance*, *positive relationship with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Dimensi *self-acceptance* merupakan salah satu kunci dari *well-being* dan menekankan pada pendapat positif terhadap dirinya sendiri. Dimensi *positive relationship with others* termasuk ke dalam kesenangan dimana seseorang senang berelasi secara dekat dengan orang lain (Ryff, 1989).

Dimensi *autonomy* mengarah pada kemampuan seseorang untuk mempertahankan keyakinan dirinya. Dimensi *environmental mastery* mengarah pada kemampuan seseorang dalam mengatur dan mengontrol lingkungan. Dimensi *purpose in life* mengarah pada kemampuan dalam menemukan arti dan arah dalam pengalaman dan menentukan tujuan dalam hidupnya. Dimensi *personal growth* mengarah pada kemampuan seseorang dalam menyadari potensi dan talentanya sehingga dapat mengembangkannya (Ryff, 1989).

Mahasiswa yang memiliki *secure attachment*, yaitu mahasiswa yang memiliki *model of self* dan *model of other* yang positif, akan merasa nyaman ketika berada dekat dengan pasangan ataupun berada jauh dari pasangan. Mereka akan tetap percaya kepada pasangan walaupun pasangan tersebut tidak memperhatikan dirinya. Mahasiswa tersebut merasa

didukung oleh pasangan dan memiliki pandangan yang positif tentang dirinya bahwa ia memang pantas untuk dicintai (Bartholomew, 1998).

Mahasiswa yang memiliki *secure attachment* telah menginternalisasikan *self-worth* dalam diri sehingga mereka merasa diri berharga dan akan menerima diri mereka apa adanya (*self-acceptance* yang tinggi), membina hubungan yang hangat dan komunikasi yang terbuka dengan pasangan, dan dapat menceritakan permasalahan yang dihadapi tanpa khawatir bahwa pasangan dan teman-temannya akan menceritakannya kepada orang lain (*positive relationship with others* yang tinggi).

Mahasiswa yang memiliki *secure attachment* juga dapat bersikap mandiri saat pasangan berada jauh darinya, tidak perlu bergantung pada pasangan (*autonomy* yang tinggi), memiliki kemampuan untuk mengatasi setiap masalah yang ada, dan percaya bahwa apapun keputusan yang diambil olehnya, baik di perkuliahan maupun di luar perkuliahan, pasangan akan mendukungnya (*environmental mastery* yang tinggi). Mahasiswa yang memiliki *secure attachment* memiliki rasa percaya pada pasangannya dan memiliki tujuan untuk melanjutkan hubungan tersebut ke jenjang berikutnya, yaitu menikah. Selain itu, mahasiswa tersebut tidak akan merasa takut dalam menentukan tujuan hidup lain yang akan dicapainya karena percaya bahwa pasangannya akan terus mendukung dengan keputusan yang akan diambilnya (*purpose in life* yang tinggi).

Mahasiswa ini percaya bahwa dirinya berharga dan berusaha dalam mencari apa saja potensi yang dimilikinya, berusaha untuk mengembangkan potensinya tersebut dengan mengikuti berbagai kegiatan di dalam kampus maupun di luar kampus (*personal growth* yang tinggi). Oleh karena itu, mahasiswa ini yang memiliki *secure attachment* pada akhirnya memiliki *psychological well-being* yang tinggi.

Mahasiswa yang *dismissing avoidant attachment*, yaitu mahasiswa yang memiliki *model of self* yang positif dan *model of other* yang negatif, akan melindungi diri mereka dari

kekecewaan dengan menghindari relasi yang dekat dan mempertahankan *sense of independence*. Mahasiswa akan sulit memercayai pasangannya, bahkan akan timbul perasaan curiga dan cemburu, berusaha untuk menghindari hubungan yang terlalu dekat dengan pasangan dan tetap mempertahankan kemandiriannya. Di sisi lain, mahasiswa ini tetap merasa bahwa dirinya berarti, pantas untuk dicintai dan didukung oleh orang lain (Bartholomew, 1998).

Mahasiswa yang *dismissing avoidant attachment* merasa bahwa dirinya berharga maka ia memiliki pandangan positif tentang dirinya (*self-acceptance* yang tinggi), ia tidak perlu bergantung pada pasangannya ketika mengambil suatu keputusan ataupun dalam menyelesaikan setiap masalah yang dihadapi, dan menghindari relasi yang dekat sehingga berusaha untuk menyelesaikan setiap permasalahan sendiri tanpa meminta bantuan kepada orang lain, baik itu pasangan maupun teman-temannya (*autonomy* yang tinggi).

Mahasiswa yang *dismissing avoidant attachment* tidak percaya kepada pasangan, bahkan merasa curiga dan cemburu kepada pasangan yang dapat mengakibatkan komunikasi yang memburuk. Selain kepada pasangan, mahasiswa ini pun akan sulit percaya kepada teman-teman maupun sahabatnya sehingga sulit dalam menjalin hubungan pertemanan dengan orang lain (*positif relationship with others* yang rendah). Mahasiswa yang *dismissing avoidant attachment* mampu mengatasi masalah yang ada di lingkungannya, sehingga ia akan mengambil setiap kesempatan yang ada, ia akan mengikuti berbagai kegiatan yang ada di kampus maupun di luar kampus dan mampu menyelesaikan setiap masalahnya dengan baik (*environmental mastery* yang tinggi).

Mahasiswa yang *dismissing avoidant attachment* merasa sulit dalam memercayai pasangannya, sehingga akan sulit dalam menentukan *purpose of life* dalam hal hubungan romantis. Mahasiswa ini akan terus menerus merasa cemburu dan curiga dan sulit untuk memutuskan apakah hubungan ini akan terus berlanjut ke jenjang berikutnya atau tidak.

Tetapi di sisi lain, mahasiswa ini tetap memiliki tujuan hidup yang lain seperti karir ataupun yang lain karena ia percaya bahwa dirinya berharga maka kehidupan yang dijalannya tidak boleh disia-siakan (*purpose in life* yang tinggi).

Mahasiswa yang *dismissing avoidant attachment* percaya bahwa dirinya merupakan orang yang berharga sehingga potensi yang dimilikinya tidak boleh disia-siakan begitu saja. Mahasiswa ini akan terus menggali potensi yang ada dan mengembangkannya. (*personal growth* yang tinggi). Pada akhirnya, mahasiswa yang *dismissing avoidant attachment* akan memiliki *psychological well-being* yang tinggi karena sebagian besar dimensi berada pada derajat yang tinggi.

Mahasiswa yang *preoccupied attachment*, yaitu mahasiswa yang memiliki *model of self* yang negatif dan *model of other* yang positif, akan bekerja keras dalam mencari *self-acceptance* dari orang lain. Mahasiswa ini tidak percaya bahwa dirinya pantas untuk dicintai, tetapi ia percaya kepada pasangan baik ketika pasangan berada dekat ataupun jauh. Hal ini menyebabkan ia membutuhkan pasangan yang terus menerus meyakinkannya bahwa dirinya memang pantas dicintai (*self-acceptance* yang rendah). Mahasiswa yang *preoccupied attachment* percaya pada pasangannya dan mampu berempati ketika pasangannya memiliki masalah. Di sisi lain, mahasiswa ini memiliki rasa percaya kepada teman-temannya, sehingga ia dapat menjalin hubungan yang dekat dan terbuka dengan teman-temannya (*positif relationship with others* yang tinggi) (Bartholomew, 1998).

Mahasiswa yang *preoccupied attachment* akan mencari penghargaan dirinya melalui kedekatan yang berlebihan dalam relasi dengan pasangannya, misalnya selalu memberikan apapun yang diminta pasangannya. Ia akan merasa dirinya berharga apabila pasangannya memuji dirinya. Mahasiswa ini akan terus bergantung pada orang lain sehingga apa yang dikatakan oleh orang lain merupakan hal yang penting bagi dirinya (*autonomy* yang rendah). Mahasiswa yang *preoccupied attachment* kurang percaya pada dirinya sendiri sehingga ia

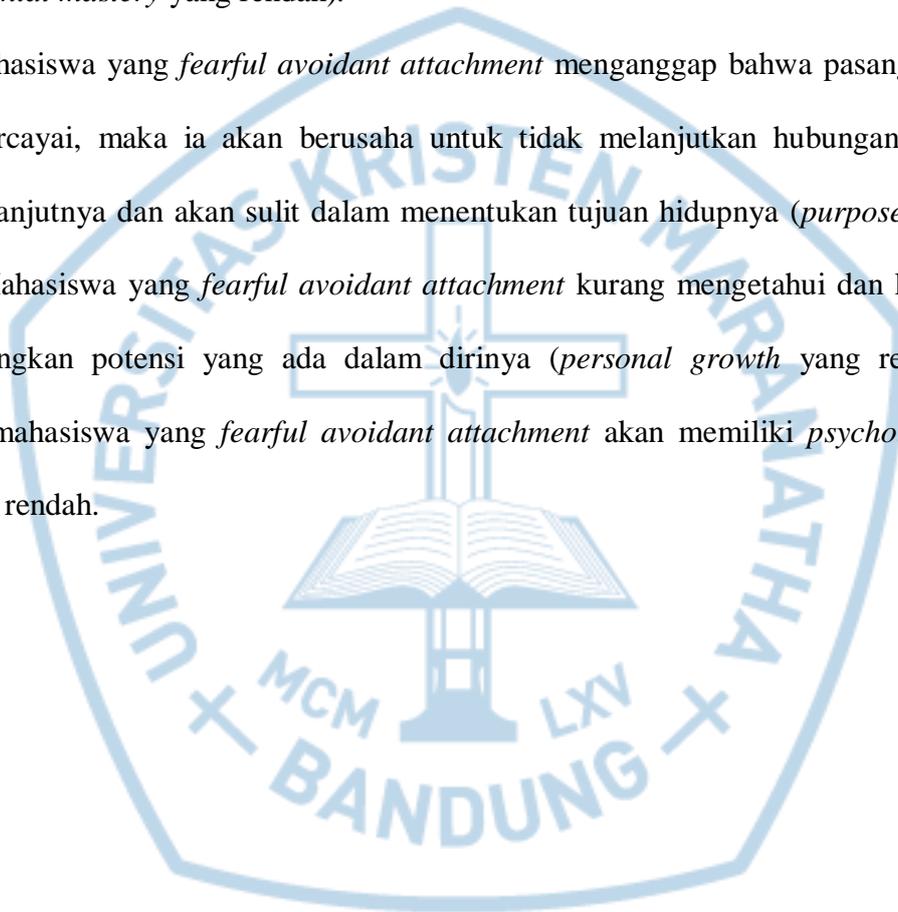
kesulitan dalam mengatasi masalahnya. Ia juga sulit dapat mengambil setiap kesempatan karena dirinya tidak percaya diri bahwa dapat melakukan hal tersebut (*environmental mastery* yang rendah). Mahasiswa yang *preoccupied attachment* akan sulit dalam menentukan apakah ia akan melanjutkan pada hubungan selanjutnya atau tidak dan juga sulit dalam menentukan tujuan hidupnya karena tidak percaya bahwa dirinya berharga maka tidak dapat menetapkan apa yang akan menjadi tujuan hidupnya (*purpose in life* yang rendah). Mahasiswa yang *preoccupied attachment* kurang memiliki *self-acceptance*, sehingga ia sulit mengetahui potensi yang dimilikinya. Ia juga akan sulit untuk mengikuti berbagai kegiatan yang dapat mengembangkan potensinya (*personal of growth* yang rendah). Pada akhirnya, mahasiswa yang *preoccupied attachment* akan memiliki *psychological well-being* yang rendah.

Mahasiswa yang *fearful avoidant attachment* akan menghindari kedekatan dengan orang lain, dan mereka melindungi diri dari penolakan orang lain. Mahasiswa tersebut sulit dalam mempercayai pasangannya, tidak percaya bahwa dirinya pantas untuk dicintai, dan berusaha menghindari hubungan yang terlalu dekat dengan pasangan untuk menghindari penolakan dari pasangannya. Mahasiswa juga akan sulit mengekspresikan diri pada pasangan dan sulit bersikap terbuka. Dalam menghadapi masalah, mahasiswa ini akan membiarkan masalah tersebut dan hingga akhirnya menyebabkan permasalahan yang baru (Bartholomew, 1998).

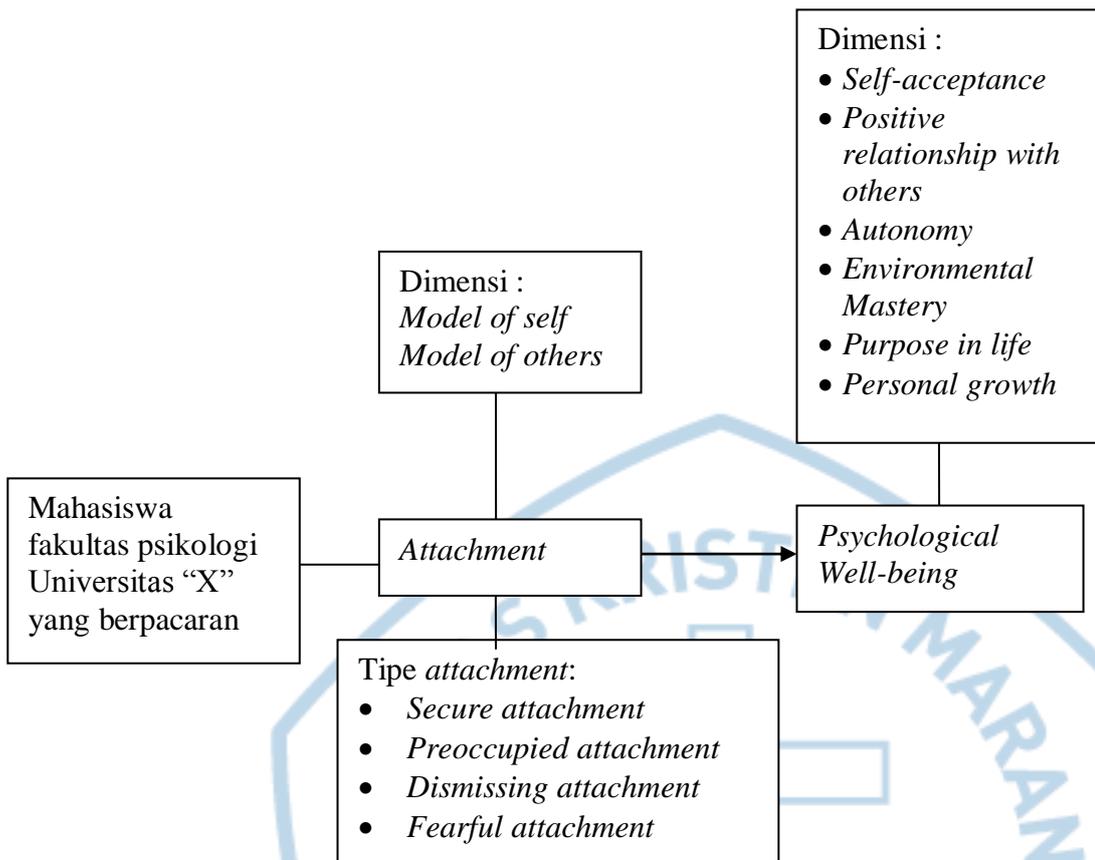
Mahasiswa yang *fearful avoidant attachment* akan sulit dalam bersikap positif terhadap berbagai aspek dirinya, dan merasa dirinya tidak memiliki kelebihan apapun sehingga tidak pantas untuk dicintai oleh orang lain (*self-acceptance* yang rendah). Mahasiswa yang *fearful avoidant attachment* sulit dalam bersikap hangat terhadap orang lain karena sulit percaya kepada orang lain. Di sisi lain, mahasiswa ini juga sulit dalam menjalin hubungan dengan teman-temannya karena sulit dalam mengekspresikan diri maupun bersikap terbuka (*positif relationship with others* yang rendah).

Mahasiswa yang *fearful avoidant attachment* memiliki *autonomy* yang rendah, dimana ia sulit dalam mempertahankan keyakinan yang dimiliki sendiri. Di sisi lain, mahasiswa ini mengalami konflik dimana ia menghindari kedekatan dengan orang lain, tetapi ia juga membutuhkan orang lain. Mahasiswa yang *fearful avoidant attachment* kurang memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah yang dihadapinya, sulit dalam mengambil kesempatan yang ada karena ia merasa tidak berharga sehingga tidak dapat berbuat apapun (*environmental mastery* yang rendah).

Mahasiswa yang *fearful avoidant attachment* menganggap bahwa pasangannya tidak dapat dipercayai, maka ia akan berusaha untuk tidak melanjutkan hubungan tersebut ke jenjang selanjutnya dan akan sulit dalam menentukan tujuan hidupnya (*purpose in life* yang rendah). Mahasiswa yang *fearful avoidant attachment* kurang mengetahui dan kurang dapat mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya (*personal growth* yang rendah). Pada akhirnya, mahasiswa yang *fearful avoidant attachment* akan memiliki *psychological well-being* yang rendah.



Berdasarkan penjelasan di atas, berikut adalah bagan kerangka pikir.



Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran

1.6 Asumsi

Asumsi dari penelitian ini yaitu :

- Mahasiswa fakultas Psikologi Universitas "X" yang sedang berpacaran memiliki tipe *attachment* yang berbeda-beda, yaitu *secure attachment*, *preoccupied attachment*, *dismissing avoidant* atau *fearful avoidant attachment*
- *Psychological well-being* memiliki 6 dimensi yaitu *self-acceptance*, *positif relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*

1.7 Hipotesis

Hipotesis dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara tipe *attachment* dengan *psychological well-being* pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas “X” yang sedang berpacaran.

