

ATTACHMENT DAN PENYESUAIAN DIRI DALAM PERKAWINAN

Endang Sri Indrawati, Nailul Fauziah

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof Sudharto, SH, Kampus Tembalang, Semarang, 50275

esi_jin@yahoo.com, nailul@undip.ac.id

Abstract

The study aims to find out correlation between attachment and marital adjustment. The first until second years of marriage, a couple usually has adjust to each other, to their family members and friends. The most basic adjustment problem was adjusting to spouse. Subject of this study was 100 members of women association in PTPN IX Sub Unit Kebun Sukamangli Sukorejo. This study used two scales, attachment scale and marital adjustment scale. The results showed that there was correlation between attachment and marital adjustment, $r_{xy} = 0.541$ and $p = 0.001$ ($p < 0.05$). The coefficient, $R = 0.292$. The couple's relationship with parents will influence their adaptation. Parent acceptance creates security, self confidence, and recognition of couple. These conditions help their adjustment in marriage life.

Keywords: attachment, marital adjustment, mothers community members

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *attachment* dengan penyesuaian diri dalam perkawinan. Selama tahun pertama dan kedua perkawinan pasangan suami-istri biasanya harus melakukan penyesuaian satu sama lain, terhadap anggota keluarga masing-masing dan teman-teman. Masalah penyesuaian yang paling pokok yang pertama kali dihadapi oleh keluarga baru adalah penyesuaian terhadap pasangannya. Subjek penelitian sebanyak 100 orang anggota paguyuban Ibu-ibu PTPN IX Sub Unit Kebun Sukamangli Sukorejo. Penelitian ini menggunakan skala *attachment* dan penyesuaian diri dalam perkawinan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara variabel *attachment* dengan penyesuaian diri dalam perkawinan ditunjukkan dengan skor korelasi $r_{xy} = 0,541$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Semakin tinggi kelekatan, maka semakin tinggi penyesuaian diri dalam perkawinan, dan sebaliknya, semakin rendah kelekatan maka akan semakin rendah penyesuaian diri dalam perkawinan. Koefisien determinasi R^2 sebesar 0,292. Hubungan orang tua dengan anaknya dapat mempengaruhi individu dalam melakukan penyesuaian diri karena penerimaan orangtua terhadap anak akan menumbuhkan rasa aman, percaya diri, penghargaan, sehingga terjadi penyesuaian diri yang baik. Penyesuaian diri tersebut akan berlaku juga dalam kehidupan perkawinannya.

Kata Kunci: attachment, penyesuaian diri dalam perkawinan, ibu-ibu anggota paguyuban

Manusia diciptakan sebagai makhluk sosial yang memiliki dorongan untuk selalu menjalin hubungan dengan orang lain. Hubungan dengan orang lain menimbulkan sikap saling ketergantungan yang akan mempengaruhi kehidupan mereka kelak. Salah satu bentuk hubungan yang paling kuat tingkat ketergantungannya adalah hubungan suami istri dalam kehidupan perkawinan. Tindakan yang dilakukan oleh suami akan sangat berpengaruh pada istri, demikian juga sebaliknya sesuatu yang dilakukan istri akan memberi pengaruh pada suami. Tindakan

suami dapat membuat istrinya menjadi bahagia atau susah, sebaliknya istri pun dapat membuat suaminya merasa berhasil atau merasa gagal. Relasi yang baik di antara pasangan suami istri sangat dibutuhkan, untuk membentuk ikatan perkawinan yang bahagia dan harmonis. Perkawinan yang bahagia, mesra dan kekal tentunya akan menjadi tujuan dari setiap orang yang membangun rumah tangga.

Kehidupan perkawinan seringkali tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Banyak orang

yang merasa gagal dalam menjalani perkawinannya. Pada umumnya, bayangan akan kebahagiaan yang harmonis dan mesra dalam sebuah perkawinan segera sirna di masa awal perkawinan, seiring munculnya perbedaan-perbedaan dan ketidaksesuaian di antara pasangan suami istri. Cepat atau lambat, perbedaan dan proses penyesuaian ini akan menyebabkan munculnya konflik di dalam kehidupan perkawinan. Pada dasarnya, konflik yang muncul akibat proses penyesuaian di antara pasangan suami istri adalah hal yang sangat wajar. Konflik yang tidak segera diatasi dengan baik dapat menimbulkan masalah yang berbahaya bagi perkawinan.

Selama tahun pertama dan kedua perkawinan pasangan suami-istri biasanya harus melakukan penyesuaian satu sama lain, terhadap anggota keluarga masing-masing dan teman-teman. Masalah penyesuaian yang paling pokok yang pertama kali dihadapi oleh keluarga baru adalah penyesuaian terhadap pasangannya (Hurlock, 2006). Ada yang menggambarkan perkawinan secara ekstrim, bahwa romantisme perkawinan segera berakhir tepat ketika pasangan selesai menjalani masa bulan madu mereka (Mossholder, 1997).

Purnomo (dalam Natalia & Iriani, 2002) menyatakan bahwa penyesuaian diri pada laki-laki dan perempuan sebetulnya sama saja, tetapi ada anggapan bahwa perempuan lebih banyak menyesuaikan diri dengan peranannya dalam perkawinan. Setelah menikah perempuan akan berperan sebagai istri, ibu, bahkan wanita bekerja. Istri juga memegang peranan yang lebih besar dalam urusan rumah tangga. Pernyataan ini didukung pula oleh Horsey (dalam Natalia & Iriani, 2002) yang mengatakan bahwa peranan perempuan dalam perkawinan sangat kuat karena secara tradisional perempuan banyak mengambil peran dalam rumah, terlebih lagi para istri cenderung mempunyai tanggung jawab yang lebih besar untuk

mempunyai hubungan yang baik dengan keluarga suaminya sebagaimana mereka berhubungan baik dengan keluarganya sendiri.

Salah satu faktor yang diungkapkan oleh Kartono (2007) tentang penyesuaian diri pada perkawinan adalah faktor psikologis, yaitu berupa pengalaman, trauma, situasi dan kesulitan belajar, kebiasaan, penentuan diri (*self determinant*), frustrasi, konflik dan saat-saat kritis, selain hal tersebut, juga terdapat kondisi lingkungan dan alam sekitar, misalnya keluarga, sekolah, lingkungan kerja, dan teman-teman.

Bagaimana seseorang dibesarkan di lingkungan keluarga ternyata akan sangat berpengaruh pada kehidupan seseorang selanjutnya saat dewasa. Pola pengasuhan yang ditanamkan orangtua sejak kecil menjadi modal seseorang dalam menghadapi kehidupan dan berinteraksi dengan lingkungan. Pola asuh yang dibentuk oleh orangtua dapat membentuk ikatan emosi antara orangtua dengan anak. Macam-macam sikap orangtua dalam pengasuhan anak, dilihat dari cara orangtua merespon dan memenuhi kebutuhan anak, akan membentuk suatu ikatan emosional antara anak dengan orangtua sebagai figur pengasuh. Ikatan emosi yang terbentuk antara anak dan orangtua sebagai figur pengasuh oleh Bowlby disebut sebagai kelekatan atau *attachment* (Yessy, 2003).

Kelekatan akan mengalami perkembangan pada setiap fase kehidupan. Pola kelekatan yang digunakan oleh orangtua akan terinternalisasi pada anak hingga remaja bahkan ketika dewasa. Teori kelekatan dari Bowlby menyatakan bahwa ikatan afeksi yang terjalin antara balita dengan orangtua, yang negatif maupun positif, akan terbawa hingga dewasa, berpengaruh pada hubungan dengan pasangan (Reeve, 2001). Seperti ketertarikan remaja dengan seseorang dari seks yang berbeda sehingga terjalin sebuah hubungan percintaan. Hubungan tersebut

hampir sama seperti kelekatan antara anak dengan seseorang yang menjadi figur lekatnya. Sesuai dengan hasil penelitian Hazan dan Shaver yang menyatakan interaksi dalam hubungan percintaan orang dewasa mirip dengan interaksi antara anak dengan figur lekat (Pietromonaco & Barret, 2000). Kelekatan merupakan suatu hubungan yang didukung oleh tingkah laku lekat (*attachment behavior*) yang dirancang untuk memelihara hubungan tersebut.

Penyesuaian Diri dalam Perkawinan

Perubahan-perubahan terjadi pada semua taraf kehidupan masyarakat seperti dalam keluarga (perkawinan, perceraian), dan ekonomi (situasi kerja). Kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan adalah suatu keharusan. Individu harus menyesuaikan gaya hidupnya sehingga dapat memanfaatkan atau melindungi diri terhadap akibat dari perubahan tersebut. Individu yang mengenal dirinya akan memiliki penyesuaian diri yang baik. Individu akan menyesuaikan sifat yang dimilikinya agar lingkungan dapat menerima keberadaannya.

Penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. Istilah "penyesuaian" mengacu pada seberapa jauhnya kepribadian seorang individu berfungsi secara efisien dalam masyarakat (Hurlock, 2006). Individu menyesuaikan kepribadian yang dimiliki dalam bertingkah laku sesuai dengan norma di masyarakat. Salah satu ciri pokok dari kepribadian yang sehat ialah memiliki kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungannya (Kartono, 2007). Misalnya orang yang ketika pensiun aktif mengikuti kegiatan sosial karena ia memiliki sifat suka menolong orang lain akan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Kelainan-kelainan kepribadian seperti penyendiri, antisosial, narsistik dapat disebabkan adanya kelainan penyesuaian diri. Individu yang memiliki kelainan kepribadian cenderung

tidak mampu beradaptasi dalam berperilaku dan mengangap yang terjadi pada individu tersebut sebagai sesuatu yang wajar sehingga tidak menyadari bahwa hal tersebut bukanlah sesuatu yang normal. Untuk menunjukkan kelainan kepribadian seseorang sering digunakan istilah *maladjustment* yang berarti tidak adanya kemampuan menyesuaikan diri.

Menurut Fahmi (dalam Sobur, 2003) penyesuaian adalah suatu proses dinamik terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dan lingkungan. Haber & Runyon (1984) menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku individu agar dari perubahan tingkah laku tersebut dapat terjadi hubungan yang lebih sesuai antara individu dan lingkungan. Penyesuaian diri adalah usaha tingkah laku manusia agar sesuai dengan tuntutan dan tekanan-tekanan hidup baik yang berasal dari dalam maupun luar individu.

Schneiders (1999) menyatakan penyesuaian diri adalah usaha yang mencakup respon mental dan tingkah laku individu, yaitu individu berusaha keras agar mampu mengatasi konflik dan frustrasi karena terhambatnya kebutuhan dalam dirinya, sehingga tercapai keselarasan dan keharmonisan dengan diri atau lingkungannya. Konflik dan frustrasi muncul karena individu tidak dapat menyesuaikan diri dengan masalah yang timbul pada dirinya. Chaplin (2002) berpendapat penyesuaian diri adalah variasi dalam kegiatan organisme untuk mengatasi suatu hambatan dan memuaskan kebutuhan-kebutuhan serta menegakkan hubungan yang harmonis dengan lingkungan fisik dan sosial. Misalnya kebutuhan untuk diterima orang lain maka individu berusaha menjalin relasi sesuai dengan norma masyarakat, mengurangi perilaku seperti mudah marah, agresif. Bila individu dapat menyelaraskan kebutuhannya dengan tuntutan lingkungan yaitu orang lain maka akan tercipta penyesuaian diri yang baik.

Individu yang mampu memuaskan kebutuhan-kebutuhannya dengan cara yang dapat diterima baik oleh dirinya sendiri maupun oleh masyarakat disebut "dapat menyesuaikan diri" (*adjusted*), sebaliknya jika individu tidak mampu memenuhi suatu kebutuhan tertentu, atau mampu memenuhinya dengan cara yang tidak dapat diterima oleh masyarakat disebut "tidak dapat menyesuaikan diri". Perilaku seseorang merupakan suatu proses penyesuaian diri dengan kebutuhan-kebutuhan kemanusiaan tertentu (Flippo, 1994).

Dalam kehidupan sehari-hari, individu terus-menerus menyesuaikan diri dengan cara-cara tertentu sehingga penyesuaian tersebut merupakan suatu pola tingkah laku. Individu biasanya dapat memenuhi dan memuaskan kebutuhannya dengan cara-cara yang dapat diterima oleh masyarakat. Sejak kecil individu harus membentuk pola aktivitas dan sikap yang sesuai dengan perkembangan baru, yang disebut penyesuaian. Pola-pola yang dibentuk kemudian disebut mekanisme penyesuaian (Sobur, 2003).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan penyesuaian diri adalah usaha membuat hubungan yang memuaskan antara individu dengan perubahan di lingkungannya agar mampu mengatasi konflik, frustrasi, perasaan tidak nyaman yang timbul sehingga tercapai keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dan lingkungan.

Karakteristik Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri yang normal merupakan cara bereaksi dan bertingkah laku yang wajar. Penyesuaian diri yang normal memiliki beberapa karakteristik. Karakteristik penyesuaian diri menurut Schneiders (1999) adalah:

a. Ketiadaan emosi yang berlebihan

Penyesuaian yang normal dapat diidentifikasi dengan tidak ditemukannya emosi yang berlebihan. Individu yang merespon masalah dengan ketenangan dan kontrol emosi memungkinkan individu untuk memecahkan kesulitan secara inteligen.

Adanya kontrol emosi membuat individu mampu berpikir jernih terhadap masalah yang dihadapinya dan memecahan masalah dengan cara yang sesuai. Ketiadaan emosi tidak berarti mengindikasikan abnormalitas tapi merupakan kontrol dari emosi.

b. Ketiadaan mekanisme psikologis.

Penyesuaian normal dikarakteristikan dengan tidak ditemukannya mekanisme psikologis. Ketika usaha yang dilakukan gagal, individu mengakui kegagalannya dan berusaha mendapatkannya lagi merupakan penyesuaian diri yang baik dibandingkan melakukan mekanisme seperti rasionalisasi, proyeksi, kompensasi. Individu dengan penyesuaian diri yang buruk berusaha melakukan rasionalisasi dengan menimpakan kesalahan pada orang lain.

c. Ketiadaan perasaan frustrasi pribadi

Penyesuaian yang baik terbebas dari perasaan frustrasi pribadi. Perasaan frustrasi membuat sulit bereaksi normal terhadap masalah. Misalnya, seorang siswa yang merasa frustrasi dengan hasil akademiknya yang terus merosot menjadi sulit untuk mengorganisasikan pikiran, perasaan, tingkah laku efisien pada situasi dimana ia merasa frustrasi. Individu yang merasa frustrasi akan mengganti reaksi normal dengan mekanisme psikologis atau reaksi lain yang sulit dalam menyesuaikan diri seperti sering marah tanpa sebab ketika bergaul dengan orang lain.

d. Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri (*self-direction*)

Karakteristik menonjol dari penyesuaian normal adalah pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri. Karakteristik ini dipakai dalam tingkah laku sehari-hari untuk mengatasi masalah ekonomi, hubungan sosial, kesulitan perkawinan. Kemampuan individu menghadapi masalah, konflik, frustrasi menggunakan kemampuan berpikir secara rasional dan mampu mengarahkan diri dalam tingkah laku yang sesuai mengakibatkan penyesuaian normal.

e. Kemampuan untuk belajar

Penyesuaian normal dikarakteristikkan dengan belajar terus-menerus dalam memecahkan masalah yang penuh dengan konflik, frustrasi atau stress. Misalnya orang yang belajar menghindari sikap egois agar terjadi keharmonisan dalam keluarga.

f. Kemampuan menggunakan pengalaman masa lalu

Kemampuan menggunakan pengalaman masa lalu merupakan usaha individu untuk belajar dalam menghadapi masalah. Penyesuaian normal membutuhkan penggunaan pengalaman masa lalu. Pengalaman masa lampau yang menguntungkan seperti belajar berkebun diperlukan agar individu dapat menggunakannya untuk pengalaman sekarang ketika menghadapi kesulitan keuangan dengan membuka usaha menjual tanaman.

g. Sikap realistik dan objektif

Penyesuaian yang normal berkaitan dengan sikap yang realistik dan objektif. Sikap realistik dan objektif berkenaan dengan orientasi individu terhadap kenyataan, mampu menerima kenyataan yang dialami tanpa konflik dan melihatnya secara objektif. Sikap realistik dan objektif berdasarkan pada belajar, pengalaman masa lalu, pertimbangan rasional, dapat menghargai situasi dan masalah. Sikap realistik dan objektif digunakan untuk menghadapi peristiwa penting seperti orang yang kehilangan pekerjaan tetap memiliki motivasi sehingga dapat menerima situasi dan berhubungan secara baik dengan orang lain.

pengalaman masa lalu, sikap realistik dan objektif.

Attachment terhadap Orangtua

Pola pengasuhan yang ditanamkan orangtua sejak kecil menjadi modal seseorang dalam menghadapi kehidupan dan berinteraksi dengan lingkungan. Pola asuh yang dibentuk oleh orangtua dapat membentuk ikatan emosi antara orangtua dengan anak. Macam-macam sikap orangtua dalam pengasuhan anak, dilihat dari cara orangtua merespon dan memenuhi kebutuhan anak, akan membentuk suatu ikatan emosional antara anak dengan orangtua sebagai figur pengasuh. Ikatan emosi yang terbentuk antara anak dan orangtua sebagai figur pengasuh oleh Bowlby disebut sebagai kelekatan atau *attachment* (Yessy, 2003).

Kelekatan atau *attachment*, menurut Ainsworth (1978), merupakan ikatan afektional yang ditujukan pada figur lekat dan ikatan ini berlangsung lama serta terus-menerus. Teori tentang kelekatan menggambarkan hubungan afeksi antara dua orang dimana salah satu diantara mereka memberikan dukungan, perlindungan, dan keamanan untuk yang lain. Figur lekat anak yang pertama adalah orangtua, sehingga orangtua yang mendukung dan memberikan perlindungan serta kenyamanan akan membentuk ikatan emosi yang kekal sepanjang waktu. Dinamika dari kelekatan bukan hanya hubungan antara orangtua dan anak, namun juga dalam hubungan yang lain sepanjang rentang kehidupan manusia (McAdams, 2003).

Anak akan mendapatkan sebuah keamanan dan kenyamanan melalui pola kelekatan yang ditanamkan oleh orangtua. Sejalan dengan pengertian Ainsworth, Bowlby (dalam Colin, 1996) menyatakan bahwa hubungan ini dapat bertahan cukup lama dalam rentang kehidupan manusia diawali dengan kelekatan anak pada ibu atau figur lain pengganti ibu.

Kelekatan pada masa remaja tidak hanya pada orangtua, namun juga dengan teman sebaya. Peran teman sebaya atau *peer group* menjadi

Berdasarkan uraian pendapat di atas maka aspek-aspek penyesuaian diri yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada teori Schnciders (1999) antara lain ketiadaan emosi yang berlebihan, ketiadaan mekanisme psikologis, ketiadaan perasaan frustrasi pribadi, pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, kemampuan untuk belajar, kemampuan menggunakan

per
leb
me
Ke
dili
ket
den
(Fu
Pol
Me
kele
1) A
F
a
k
te
m
te
2) S
It
m
sa
an
m
re
A
be
3) Re
An
se
me
be
u
me
ap
Tuju
Tujua
figur l
1) Pro
me
lek
tak
2) Saf
nya
leka

penting pada masa ini karena mereka bergaul lebih lama dengan temannya, sehingga menjadi salah satu objek lekat dari remaja. Kedekatan dengan teman-teman sebaya dapat dilihat sebagai jembatan yang menghubungkan ketergantungan emosi pada masa kanak-kanak dengan kemandirian emosi pada masa dewasa (Fuhrmann, 1990).

Pola Kelekatan

Menurut Ainsworth terdapat tiga macam pola kelekatan (1978), yaitu:

1) *Avoidant Attachment*

Pola yang terbentuk dari ikatan ibu dan anak ini adalah anak tidak memiliki kepercayaan diri dan mengalami konflik tersembunyi, karena setiap anak memerlukan perhatian dan kasih sayang tetapi perilaku ibu secara konstan menolak.

2) *Secure Attachment*

Ibu merupakan figur yang siap membantu, mendampingi, penuh cinta dan kasih sayang, serta membantu atau menolong anak ketika berada pada situasi yang mengancam, sehingga anak percaya akan respon dan kesediaan ibu untuk mereka. Anak tidak mengalami kesulitan ketika berpisah dengan ibunya.

3) *Resistant Attachment*

Anak merasa ibunya kurang responsif atau segera membantu ketika mereka membutuhkan, sehingga anak cenderung bergantung, menuntut perhatian, dan cemas untuk mengeksplorasi lingkungan. Anak mengalami ketakutan atau kecemasan apabila berpisah dengan ibunya.

Tujuan Kelekatan

Tujuan kelekatan yang dijalin individu dengan figur lekat ialah:

- 1) *Proximity maintenance*, berupa keinginan mempertahankan kedekatan dengan figur lekat ketika individu mengalami perasaan takut dan tertekan.
- 2) *Safe haven*, ketika individu merasa nyaman karena adanya kontak dengan figur lekat.

- 3) *Secure base*, ketika kehadiran figur lekat menjadi dasar keamanan individu melakukan eksplorasi.

Pola kelekatan seseorang relatif menetap, tidak berubah hingga dewasa, namun menurut Davila, Karney, dan Bradbury (1999) mengemukakan ada empat faktor yang dapat merubah pola kelekatan, yaitu:

1) Situasi dan perubahan

Individu mengalami situasi yang kurang menyenangkan atau perubahan dari situasi yang nyaman menjadi tidak nyaman secara terus-menerus dapat merubah pola kelekatan yang telah tertanam sebelumnya.

2) Perubahan dalam skema relasional

Kehilangan objek lekat dapat membuat pola kelekatan yang telah ada sebelumnya berubah, sebab individu belum tentu mendapatkan objek lekat yang sama seperti dulu.

3) Kepribadian

Setiap individu memiliki kepribadian yang berbeda sehingga pola kelekatan dari satu objek lekat dengan objek lekat lain bisa merubah pola kelekatan yang tertanam dalam diri individu.

4) Kombinasi kepribadian dengan situasi

Kepribadian unik yang dimiliki setiap individu menjadikan mereka memiliki cara beradaptasi yang berbeda dalam setiap situasi. Kombinasi antara kepribadian individu dengan lingkungan/situasi di sekitarnya mampu merubah pola kelekatan sehingga individu merasa nyaman.

Kelekatan akan mengalami perkembangan pada setiap fase kehidupan. Pola kelekatan yang digunakan oleh orangtua akan terinternalisasi pada anak hingga remaja bahkan ketika dewasa. Teori kelekatan dari Bowlby menyatakan bahwa ikatan afeksi yang terjalin antara balita dengan orangtua, yang negatif maupun positif, akan terbawa hingga dewasa, berpengaruh pada hubungan dengan pasangan (Reeve, 2001). Seperti ketertarikan remaja dengan seseorang dari seks yang berbeda

sehingga terjalin sebuah hubungan percintaan. Hubungan tersebut hampir sama seperti kelekatan antara anak dengan seseorang yang menjadi figur lekatnya. Sesuai dengan hasil penelitian Hazan & Shaver yang menyatakan interaksi dalam hubungan percintaan orang dewasa mirip dengan interaksi antara anak dengan figur lekat (Pietromonaco & Barret, 2000). Kelekatan merupakan suatu hubungan yang didukung oleh tingkah laku lekat (*attachment behavior*) yang dirancang untuk memelihara hubungan tersebut.

Aspek-aspek Kelekatan Terhadap Orangtua

Dimensi waktu menjadi komponen yang sangat penting membentuk kelekatan. Seperti yang dinyatakan oleh Blysm, dkk bahwa titik kritis hubungan bayi dan pengasuh terletak pada aksesibilitas dan responsibilitas, sehingga interaksi sosial tersebut dikatakan Mikulincer (dalam Helmi, 2004) akan diinternalisasi dalam bentuk representasi mental tentang diri dan orangtua (*internal working models*), yang akan mengorganisasikan hubungan kognisi, afeksi, dan perilaku.

Bartholomew dan Horowitz (1991), mengemukakan bahwa model kerja internal terdiri dari 2 aspek, yaitu:

a. *Self image*

Gambaran diri merupakan hasil dari pengalaman masa lalu individu beserta cara orang lain memperlakukan individu. Gambaran diri yang positif dinyatakan sebagai kesadaran internal dari diri yang berharga, memiliki kemampuan, dicintai, dan mendapat dukungan. Individu memandang dirinya sendiri secara positif, sehingga dirinya merasa berharga dan mampu untuk menerima kekurangan dan kelebihan, memiliki kemampuan yang dapat dibanggakan, serta merasa pantas untuk dicintai dan mencintai. Di sisi lain, individu yang memandang dirinya sendiri secara negatif, merasa sebagai orang yang tidak berharga, tidak memiliki kemampuan untuk dibanggakan, dan merasa

dirinya tidak pantas untuk dicintai oleh orang lain.

b. *Other image*

Gambaran terhadap orang lain juga merupakan hasil dari pengalaman masa lalu individu yang berkaitan dengan sikap orang lain terhadap diri individu. Pada penelitian ini lebih ditekankan pada gambaran individu mengenai orangtua mereka. Individu yang memiliki gambaran yang positif akan menganggap orangtuanya sebagai orang yang dapat dipercaya, dapat diandalkan ketika menghadapi masalah, dan dapat memberikan kasih sayang pada orang lain sehingga pantas untuk dicintai. Sebaliknya, individu yang memiliki gambaran negatif memandang orangtuanya sebagai seseorang yang sering mengecewakan, tidak memberikan dukungan ketika diperlukan, dan merasa tidak dapat memberikan kenyamanan.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah melihat hubungan antara kelekatan dan penyesuaian diri dalam perkawinan pada anggota paguyuban Ibu-Ibu PTPN IX Sub Unit Kebun Sukamangli Sukorejo.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Data diambil dengan menggunakan skala *attachment* dan skala penyesuaian diri dalam perkawinan. Populasi penelitian ini adalah anggota paguyuban Ibu-Ibu PTPN IX Sub Unit Kebun Sukamangli Sukorejo. Subjek penelitian berjumlah 100 orang. Penentuan subjek penelitian dilakukan dengan teknik *purposive sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hubungan antara *attachment* dengan penyesuaian diri dalam perkawinan ditunjukkan dengan skor korelasi $r_{xy} = 541$ dengan $p=0,001$ ($p<0,05$). Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi *attachment* maka semakin tinggi tingkat

penyesuaian diri dalam perkawinan pada individu.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian menunjukkan adanya hubungan antara *attachment* dengan penyesuaian diri dalam perkawinan pada anggota paguyuban Ibu-Ibu PTPN IX sub unit kebun Sukamangli Sukorejo.

Hasil analisis menunjukkan bahwa pada penelitian ini, *attachment* memiliki sumbangan efektif sebesar .292 terhadap penyesuaian diri dalam perkawinan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel penyesuaian diri dalam perkawinan dapat dijelaskan oleh variabel *attachment* sebesar 29,2%.

Temuan ini mendukung pernyataan bahwa faktor yang secara langsung mempengaruhi penyesuaian diri dalam perkawinan adalah faktor keluarga, keadaan lingkungan, keadaan fisik, jenis kelamin, tingkat pendidikan, faktor psikologis, dan tingkat religiusitas dan kebudayaan. Faktor keluarga merupakan salah satu faktor terpenting dalam penyesuaian diri seseorang, dalam keluarga terdapat hubungan antara orang tua dengan anaknya. Hubungan orang tua dengan anaknya dapat mempengaruhi individu dalam melakukan penyesuaian diri karena penerimaan orangtua terhadap anak membuatnya merasa diinginkan, memperoleh kasih sayang akan menumbuhkan rasa aman, percaya diri, penghargaan sehingga terjadi penyesuaian diri yang baik. Penolakan dari orang tua menyebabkan permusuhan dan penyesuaian diri yang buruk bagi anak. Pada keluarga besar, setiap anggota harus beradaptasi tingkah lakunya sesuai dengan harapan atau norma yang diinginkan oleh keluarga sehingga menghasilkan penyesuaian diri yang baik.

Rasa aman, percaya diri dan penghargaan pada anak dibentuk melalui proses kelekatan. Kelekatan atau *attachment*, menurut Ainsworth (1978), merupakan ikatan afeksional yang ditujukan pada figur lekat dan ikatan ini berlangsung lama serta terus-

menerus. Teori tentang kelekatan menggambarkan hubungan afeksi antara dua orang dimana salah satu diantara mereka memberikan dukungan, perlindungan, dan keamanan untuk yang lain. Figur lekat anak yang pertama adalah orangtua, sehingga orangtua yang mendukung dan memberikan perlindungan serta kenyamanan akan membentuk ikatan emosi yang kekal sepanjang waktu. Dinamika dari kelekatan bukan hanya hubungan antara orangtua dan anak, namun juga dalam hubungan yang lain sepanjang rentang kehidupan manusia (McAdams, 2001).

Kelekatan akan mengalami perkembangan pada setiap fase kehidupan. Pola kelekatan yang digunakan oleh orangtua akan terinternalisasi pada anak hingga remaja bahkan ketika dewasa. Bowlby menyatakan bahwa ikatan afeksi yang terjalin antara balita dengan orangtua, yang negatif maupun positif, akan terbawa hingga dewasa, berpengaruh pada hubungan dengan pasangan (Reeve, 2001). Seperti ketertarikan remaja dengan seseorang dari sekse yang berbeda sehingga terjalin sebuah hubungan percintaan. Hubungan tersebut hampir sama seperti kelekatan antara anak dengan seseorang yang menjadi figur lekatnya. Sesuai dengan hasil penelitian Hazan dan Shaver yang menyatakan interaksi dalam hubungan percintaan orang dewasa mirip dengan interaksi antara anak dengan figur lekat (Pietromonaco and Barret, 2000). Kelekatan merupakan suatu hubungan yang didukung oleh tingkah laku lekat (*attachment behavior*) yang dirancang untuk memelihara hubungan tersebut.

Seseorang yang mampu memelihara suatu hubungan atau usaha membuat hubungan yang memuaskan antara individu dengan perubahan di lingkungannya agar mampu mengatasi konflik, frustrasi, perasaan tidak nyaman yang timbul sehingga tercapai keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dan lingkungan disebut penyesuaian diri, dalam hal ini termasuk penyesuaian diri istri pada suami

yang merupakan salah satu figur lekat individu.

Schneiders (1999) menyebutkan ciri-ciri penyesuaian diri adalah diri adalah pengetahuan tentang kekurangan dan kelebihan dirinya, objektivitas diri dan penerimaan diri, kontrol dan perkembangan diri, integrasi pribadi yang baik, adanya tujuan dan arah yang jelas dari perbuatannya, adanya perspektif, skala nilai, filsafat hidup yang adekuat, mempunyai rasa humor, mempunyai rasa tanggungjawab, menunjukkan kematangan respon, adanya perkembangan kebiasaan yang baik, adanya kemampuan beradaptasi, bebas dari respon-respon yang simptomatis atau cacat, memiliki kemampuan bekerjasama dan menaruh minat terhadap orang lain, memiliki minat yang besar dalam bekerja dan bermain, adanya kepuasan dalam bekerja dan bermain, memiliki orientasi yang adekuat terhadap realitas. Konsep mengenai diri, mengetahui kekurangan dan kelebihan dirinya, penerimaan diri, kontrol diri dan integrasi pribadi yang baik dapat terbentuk melalui konsep diri yang baik. Konsep diri berkembang berawal dari pembentukan *basic trust* melalui kelekatan. Dengan mengetahui kelemahan diri seperti gampang marah, suka memukul, maka individu dapat mengurangi pengaruhnya pada saat menghadapi masalah sehingga dapat menyesuaikan diri dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari.

Kontrol diri berarti arahan pribadi terhadap dorongan, kebiasaan, emosi, sikap dan tingkah laku yang sesuai dengan peraturan di masyarakat. Individu dengan penyesuaian diri yang baik dapat mengontrol dirinya untuk merespon tanpa menjadi kaku. Kontrol diri merupakan dasar perkembangan diri, perkembangan terjadi secara kontinu dari kepribadian untuk mencapai kematangan. Perkembangan diri merupakan kematangan yang bertahap dan membutuhkan kontrol diri sehingga terjadi penyesuaian diri yang baik.

Individu yang terintegrasi dengan baik dapat menyalurkan pikiran, keinginan, dorongan

dan perasaan. Perkembangan diri mencapai puncak pada integrasi pribadi sebagai karakteristik penyesuaian diri yang baik. Integrasi pribadi berperan penting dalam penyesuaian diri yang baik karena membutuhkan kemampuan pribadi untuk mengatasi masalah secara efektif. Masalah yang dihadapi individu mampu diatasi dengan cara-cara yang sesuai dengan norma masyarakat dan kebutuhan pribadi dapat terpenuhi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Simpulan pada penelitian ini adalah ada hubungan antara Attachment dengan penyesuaian diri dalam perkawinan pada anggota paguyuban Ibu-Ibu PTPN IX sub unit kebun Sukamangli Sukorejo. Ditunjukkan dengan angka koefisien korelasi $r_{xy} = 541$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Sumbangan efektif *attachment* terhadap penyesuaian diri dalam perkawinan sebesar 29,2%.

Saran yang dapat diberikan bagi anggota paguyuban Ibu-Ibu PTPN IX sub unit kebun Sukamangli Sukorejo adalah menerapkan cara pengasuhan yang menggunakan *positive words*, pemberian penghargaan, pujian pada anak, *personal support*, agar anak menjadi pribadi yang percaya diri dan percaya pada lingkungan sekitarnya, termasuk persiapan ketika anaknya menikah dan menyesuaikan diri dengan pasangannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainsworth, M.D.S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. New York: Halsted Press. Diakses dari <http://books.google.co.id/books?id=8wRu5InF79gC&pg=PA6&lpg=PA3&dq=mary+ainsworth>
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A

- test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*. 61(2), 226-244.
- Chaplin, J.P. (2002). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Colin, V. L. (1996). *Human attachment*. New York: McGraw-Hill.
- Davila, J. Karney, B. R., & Bradbury, T.N. (1999). Attachment change processes in early years of marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 76, 783-802.
- Flippo, E.B. (1994). *Manajemen personalia (edisi keenam) jilid 2*. Alih bahasa: Moh Masud. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Fuhrmann, B.S. (1990). *Adolescence adolescent*. Illinois: Scott, Foresman/Little, Brown Higher Education.
- Haber & Runyon. (1984). *Psychology of adjusment*. California: The Dorsey Press.
- Helmi, A.F. (2004). Gaya kelekatan, atribusi, respon emosi dan perilaku moral. *Laporan Penelitian*. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Hurlock, E.B. (2006). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan, edisi kesembilan*. Alih bahasa: Istiwidayanti, Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Kartono, K. (2007). *Psikologi anak*. Jakarta: Mandar Maju.
- Mossholder, K.W., Bennet, N. & Martin, C.L. (1997). A multilevel analysis of procedural justice context. *Journal of Organizational Behavior*, 19: 131-141.
- Mc. Adams, M.S. (2003). Labelling and delinquency: *Adolescence*. 38(149). Spring 2003: 171-186.
- Natalia, D., & Iriani. F. (2002). Penyesuaian perempuan non-batak terhadap pasangan yang berbudaya batak. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. No.VII. 27-36.
- Pietromonaco, P. R., & Barret, L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others. *Review of General Psychology*, 4(2): 155-175
- Reeve, J.M. (2001). *Understanding motivation and emotion, third edition*. Philadelphia: Harcourt College Publishers.
- Schneiders, A.A. (1999). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt, Reinhart and Winston Inc.
- Sobur, A. (2003). *Psikologi umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Yessy, 2003. Hubungan pola attachment dengan kemampuan menjalin relasi pertemanan remaja: *Jurnal Psikologi*. 12(2),1-12