

# BAB I

## PENDAHULUAN

Pada bab ini akan dijelaskan mengenai latar belakang yang menjadi fokus penelitian. Selain itu, akan diuraikan pula pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian yang ingin dicapai melalui penelitian ini.

### 1.1 Latar Belakang

Fenomena melajang di kalangan anak muda menunjukkan kenaikan tren yang cukup signifikan. Pada tahun 2023, Badan Pusat Statistik melaporkan bahwa di antara pemuda berusia 16-30 tahun, 68.29% berstatus lajang, 30.61% berstatus menikah, dan 1.10% lainnya memutuskan untuk bercerai. Keputusan untuk melajang dapat memberikan baik dampak positif maupun negatif. Dilansir dalam situs *Charlie Health*, seorang lajang dinilai memiliki lebih banyak kesempatan untuk melakukan *self-discovery*, *personal growth*, dan kebebasan untuk mewujudkan impian mereka. Di sisi lain, individu yang telah lama melajang cenderung merasa kesepian, terisolasi dari masyarakat, mengalami pengucilan sosial, berpotensi mengalami depresi serta kecemasan, dan *self-esteem* yang rendah. Kemudian, banyaknya individu lajang dan tidak menikah dinilai akan berdampak pada penurunan populasi manusia. Penurunan populasi dinilai dapat berdampak pada dinamika pendapatan pajak suatu negara karena tingkat angkatan kerja yang produktif akan berkurang dan populasi lansia akan meningkat, yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan antara pemasukan dan pengeluaran negara serta memperlambat pertumbuhan ekonomi suatu negara (Melnichuk, 2019; Zhou, 2018).

Menurut Apostolou & Esposito (2020), terdapat beberapa alasan mengapa individu tetap melajang, seperti keinginan untuk bebas tanpa terikat pada suatu komitmen, perasaan tidak percaya diri, dan pengalaman yang tidak menyenangkan dari hubungan sebelumnya. Selain itu, *fear of intimacy* dinilai sebagai salah satu faktor penting yang dapat menyebabkan seseorang tetap melajang (Firestone, 2013).

*Fear of intimacy* merupakan fenomena yang rentan terjadi pada kelompok *emerging adulthood* (Giovazolias & Paschalidi, 2022; Farahdilla & Indrijiti, 2022;

Lloyd, 2011). *Emerging adulthood* adalah fase kehidupan individu yang telah melewati masa remaja, tetapi belum memasuki masa dewasa dengan rentang usia berkisar 18-29 tahun (Arnet, 2006). Pada fase *emerging adulthood*, individu diharapkan telah mengalami peningkatan dalam karir dan akademis, membuat keputusan sendiri, memiliki kematangan emosional, dan membangun hubungan yang mendalam (Miller, 2011). Individu akan berusaha untuk meraih intimasi melalui sebuah komitmen dengan orang lain, baik dalam konteks pacaran maupun pernikahan, tetapi jika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi maka individu akan merasa terisolasi dan hanya mementingkan dirinya sendiri (Agusdwitanti & Tambunan, 2015). Di Indonesia, fenomena *fear of intimacy* mulai menarik perhatian para peneliti. Misalnya, Yunita (2021) menemukan bahwa dari 344 respondennya, dengan rentang usia 18-68 tahun, sebanyak 50.9% responden memiliki kecenderungan akan *fear of intimacy*. Sejalan dengannya, penelitian Kurniawan (2023) yang terdiri dari 74 responden *emerging adulthood* (individu dengan rentang usia 18-29 tahun) menemukan bahwa sebanyak 21.6% responden memiliki *fear of intimacy* yang tinggi dan 16.2% responden lainnya memiliki *fear of intimacy* yang sangat tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa fenomena *fear of intimacy* lebih rentan dirasakan oleh individu pada kelompok *emerging adulthood* dibanding kelompok usia lainnya.

*Fear of intimacy* (ketakutan akan intimasi) adalah situasi ketika individu mengalami keterlambatan untuk bertukar pikiran dan perasaan penting pribadi dengan individu lain yang dianggapnya berharga, yang biasanya disebabkan oleh kecemasan (Descutner & Thelen, 1991), sehingga mereka cenderung menghindari untuk membangun hubungan yang dekat dan intim (Scigala *et al.*, 2021). Secara signifikan, *fear of intimacy* ditemukan berhubungan dengan rasa kesepian, rendahnya *self-disclosure* (keterbukaan diri), dan intimasi sosial yang rendah (Descutner & Thelen, 1991). Individu yang takut akan intimasi cenderung tidak nyaman dalam mengungkapkan dirinya, memiliki kecemasan sosial, merasakan kesepian, dan depresi (Manbeck *et al.*, 2020). Mereka menginginkan lebih sedikit atau lebih banyak intimasi, tetapi tidak memiliki keterampilan sosial, kepercayaan diri, atau pengalaman untuk mewujudkan hubungan tersebut (Mashek & Sherman, 2008), sehingga individu cenderung mengakhiri kebutuhan tersebut (Giovazolias

& Paschalidi, 2022). Selain itu, individu juga lebih mungkin untuk mengalami *psychological maladjustment* (ketidakmampuan untuk beradaptasi secara psikologis), masalah di pernikahannya, dan rasa ketidakpuasan akan segala hal (Senese *et al.*, 2020).

Secara signifikan, *adult attachment* dinilai sebagai salah satu prediktor bagi *fear of intimacy* yang dirasakan oleh individu dewasa (Han & Lee, 2022; Scigala *et al.*, 2021; Kim, 2014). *Adult attachment style* adalah ikatan emosional yang kuat antara individu dengan orang lain, khususnya dengan pasangannya, sebagai figur kelekatan (Bartholomew & Horowitz, 1990). Bartholomew & Horowitz (1991) membagi kelekatan ini ke dalam 4 tipe, yaitu *secure*, *preoccupied*, *fearful-avoidant*, dan *dismissive-avoidant*. Diketahui bahwa *secure attachment* berkorelasi secara negatif dengan *fear of intimacy* pada subjek dengan rentang usia 20-50 tahun, artinya semakin tinggi tingkat *secure attachment* individu maka semakin rendah tingkat *fear of intimacy*-nya (Han & Lee, 2022). Sebaliknya, *insecure attachment* yang dilihat ke dalam dua dimensi, yaitu *attachment anxiety* dan *attachment avoidance* (Mikulincer & Shaver, 2010), menyebabkan ketakutan dan kerapuhan akan kebahagiaan yang berdampak pada rendahnya *subjective well-being* individu (Joshnloo, 2018). Li & Chan (2012) menyebut *avoidant attachment* berkorelasi negatif dengan kepuasan, keterhubungan, dan dukungan individu dalam sebuah hubungan romantis, sedangkan *anxious attachment* berkorelasi positif dengan konflik dalam hubungan. *Attachment anxiety* dan *attachment avoidance* disebut juga sebagai jenis kelekatan yang dapat memprediksi tingkat *fear of intimacy* individu, sehingga *anxiety* dan *avoidance* yang tinggi dinilai akan memengaruhi tingkat *fear of intimacy* dengan lebih tinggi (Perez, 2023). Adapun, penyebab individu melakukan penghindaran (*avoidant*) ialah karena mereka meyakini bahwa intimasi tidak diperlukan dalam sebuah hubungan (Körük, 2017).

Di sisi lain, telah banyak penelitian yang menyebut hubungan *attachment style* dengan *self-esteem* individu. Jamil *et al.* (2020) menemukan korelasi positif antara *secure attachment* dengan *self-esteem* dan korelasi negatif antara *insecure attachment* dengan *self-esteem*, sehingga dinilai bahwa individu *insecure attachment* lebih pemalu dibanding individu dengan *secure attachment* (Passanisi

*et al.*, 2015). Adapun, secara spesifik, *insecure attachment* dapat menyebabkan depresi, *anxiety*, dan kesepian pada individu, dan berkorelasi negatif dengan aspek positif seperti *life satisfaction* dan *self-esteem* (Zhang *et al.*, 2022).

*Self-esteem* (harga diri) merupakan penilaian subjektif individu tentang nilai dirinya sendiri (Orth & Robins, 2014) yang ditandai dengan evaluasi positif tentang diri sendiri yang diperoleh dari proses membandingkan diri dengan orang lain (Chen & Ma, 2023). *Self-esteem* yang tinggi memiliki dampak positif bagi individu, seperti hubungan sosial yang baik, prestasi akademik dan pekerjaan yang lebih sukses, kesehatan fisik dan mental yang baik, kurangnya kecenderungan untuk berperilaku anti sosial (Orth & Robins, 2022), *self-love* yang tinggi, berorientasi pada pengembangan diri, dan berani mengambil risiko dalam berbagai aspek kehidupan (Obeid *et al.*, 2020). Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* yang rendah cenderung memiliki suasana hati yang negatif, rasa cemas, rasa malu, rasa benci terhadap diri sendiri, perilaku maladaptif untuk mempertahankan keyakinan negatif terhadap *values* seseorang (Rimes *et al.*, 2023), dan menunjukkan perilaku dan persepsi yang dapat menghambat intimasi dalam hubungan interpersonal, seperti kurang terbuka dan kurang responsif terhadap orang lain (Forest *et al.*, 2023). Selain itu, individu dengan *self-esteem* yang rendah juga dinilai kurang bersahabat, menghindari orang dan lingkungan baru, intensitas komunikasi yang sedikit dan tidak terhubung secara sosial yang menyebabkan kecemasan sosial (Janong, 2001). Adapun, kecemasan interpersonal yang diperoleh dari pengalaman penolakan ibu di masa kanak-kanak diyakini berkontribusi pada *fear of intimacy* di masa dewasa (SeyedMousavi *et al.*, 2023).

Han & Lee (2022) menemukan korelasi negatif antara *self-esteem* dan *fear of intimacy* pada individu dewasa dengan rentang usia 20-50 tahun. Individu dengan *self-esteem* yang rendah dan memiliki kecenderungan *fear of intimacy* dipandang berusaha untuk melindungi diri mereka dari kegagalan, rasa sakit, dan penolakan dari orang lain, dan konsep diri yang buruk (Janong, 2001; Obeid *et al.*, 2020). Sedangkan, individu dengan *self-esteem* yang tinggi dianggap mampu menjaga hubungan interpersonal yang sehat dan umumnya digambarkan memiliki *fear of intimacy* yang rendah (Obeid *et al.*, 2020). Dengan demikian, *self-esteem* dapat

disebut juga sebagai salah satu prediktor signifikan bagi *fear of intimacy* (Janong, 2001; Obeid *et al.*, 2020).

Dalam penelitian sebelumnya, *attachment style* dan *fear of intimacy* ditemukan berkorelasi secara signifikan (Perez, 2023; Han & Lee, 2022; Obeid *et al.*, 2020), begitupun penelitian yang menemukan korelasi negatif antara *self-esteem* dan *fear of intimacy* (Devirianty *et al.*, 2014; Kurniawan, 2023; Saputri, 2023). Akan tetapi, dalam penelitian lain, *attachment style* dan *self-esteem* disebut juga memiliki korelasi yang cukup signifikan (Zhang *et al.*, 2022; Jamil *et al.*, 2020; Passanisi *et al.*, 2015). Walaupun demikian, belum banyak penelitian yang mengintegrasikan ketiga variabel tersebut ke dalam satu kerangka penelitian, khususnya di Indonesia. Misalnya, Penelitian Obeid *et al.*, (2020) di Lebanon hanya mengukur hubungan *attachment style* dengan *fear of intimacy* dan *self-esteem* dengan *fear of intimacy* tanpa mempertimbangkan kemungkinan korelasi *attachment style* dan *self-esteem*. Oleh karena itu, peneliti bermaksud untuk menguji *self-esteem* sebagai variabel yang dapat memediasi hubungan *attachment style* dan *fear of intimacy* pada subjek *emerging adulthood*.

## 1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan pemaparan di atas, rumusan masalah yang diajukan pada penelitian ini adalah:

- a. Apakah terdapat pengaruh *attachment style* terhadap *fear of intimacy* pada *emerging adulthood*?
- b. Apakah terdapat pengaruh *attachment style* terhadap *self-esteem* pada *emerging adulthood*?
- c. Apakah terdapat pengaruh *self-esteem* terhadap *fear of intimacy* pada *emerging adulthood*?
- d. Apakah *self-esteem* dapat memediasi pengaruh *attachment style* terhadap *fear of intimacy* pada *emerging adulthood*?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah meneliti hubungan *attachment style* dengan perilaku sosial (dalam hal ini ialah *fear of intimacy*) yang dimediasi oleh variabel

yang berkaitan dengan penilaian positif seperti *self-esteem*. Secara spesifik, tujuan pada penelitian ini adalah:

- a. Mengidentifikasi pengaruh *attachment style* terhadap *fear of intimacy* pada *emerging adulthood*
- b. Mengidentifikasi pengaruh *attachment style* terhadap *self-esteem* pada *emerging adulthood*
- c. Mengidentifikasi pengaruh *self-esteem* terhadap *fear of intimacy* pada *emerging adulthood*
- d. Mengidentifikasi peranan *self-esteem* dalam memediasi pengaruh *attachment style* terhadap *fear of intimacy* pada *emerging adulthood*

#### 1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Memperbaharui kajian literatur terkait *adult attachment style* sebagai variabel independen dan *self-esteem* sebagai variabel mediasi bagi fenomena *fear of intimacy* pada *emerging adulthood* di Indonesia
- b. Bagi dewasa awal, sebagai sumber informasi yang dapat meningkatkan pemahaman individu terkait *fear of intimacy*, sehingga diharapkan meningkatnya kesadaran psikologis baik bagi individu maupun kelompok dalam menghadapi kecenderungan *fear of intimacy*.
- c. Bagi konselor dewasa, sebagai dasar penyusunan dan pelaksanaan program konseling untuk mengatasi kecenderungan *fear of intimacy* dengan meningkatkan *self-esteem* seperti program *peer counseling* yang bertujuan untuk membangun hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain, sehingga diharapkan persepsi positif individu terhadap dirinya sendiri dapat meningkat dengan adanya *feedback* positif dari orang lain.