

**PENYESUAIAN DIRI DITINJAU DARI GAYA
KELEKATAN PADA MAHASISWA FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA
STAMBUK 2012**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
Guna Memenuhi Sebagian Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun Oleh :

RINI AGUSTIN RIZA

08.860.0119



**UNIVERSITAS MEDAN AREA
FAKULTAS PSIKOLOGI
MEDAN
2013**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

ABSTRAK

Penyesuaian Diri Ditinjau Dari Gaya Kelekatan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Stambuk 2012

Oleh:

Rini Agustin Riza

08.860.0119

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subyek penelitian berjumlah 83 responden yang dipilih dengan menggunakan *purposive sampling*. Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan metode skala. Analisa data penelitian ini menggunakan teknik analisa *simple linier regression*, dengan bantuan SPSS versi 18.0 *for Windows*. Hasil dari penelitian diketahui bahwa terdapat perbedaan penyesuaian diri yang signifikan ditinjau dari gaya kelekatan. Hasil ini diketahui dengan melihat nilai atau koefisien perbedaan Anava $F = 3,973$ dengan koefisien signifikansi 0,050. Hal ini berarti nilai signifikansi yang diperoleh sama dengan 0,050. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan, yang berbunyi “ada perbedaan penyesuaian diri ditinjau dari gaya kelekatan, diterima”. Selanjutnya dengan melihat nilai rata-rata diketahui bahwa mahasiswa yang bergaya kelekatan aman memiliki penyesuaian diri yang lebih baik dengan nilai rata-rata 93,234 dibandingkan dengan mahasiswa yang bergaya kelekatan tidak aman dengan nilai rata-rata 88,388. Secara umum, para mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area stambuk 2012 memiliki penyesuaian diri yang tergolong sedang, sebab mean atau nilai rata-rata empirik dengan hipotetik selisihnya tidak melebihi bilangan SD sebesar 11,172. Mean atau nilai rata-rata empirik yang diperoleh adalah 91,132 sedangkan mean hipotetiknya adalah 82,5.

Kata kunci: Penyesuaian Diri, Gaya Kelekatan, Mahasiswa.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahiim

Alhamdulillah puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan kesihatan dan kelancaran kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Tidak lupa pula shalawat dan salam peneliti sampaikan kepada Rasulullah SAW yang telah mengangkat umatnya dari alam kebodohan ke alam hidup yang penuh dengan ilmu pengetahuan, kedamaian dan kebahagiaan.

Seiring dengan itu penelitian skripsi ini sebagian salah satu syarat untuk meraih gelar sarjana. Setelah melalui prosedur yang ditentukan oleh jurusan dalam hal penelitian skripsi, maka terwujudlah skripsi yang berjudul **"Penyesuaian Diri Ditinjau dari Gaya Kelekatan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Stambuk 2012"**.

Karya ilmiah ini tidak akan terselesaikan dengan baik tanpa doa dan bantuan dari semua pihak yang terkait, dan selalu peduli kepada peneliti, yang pada akhirnya peneliti dapat menyelesaikan karya ilmiah ini dengan penuh rasa senang dan haru. Oleh karena itu pada kesempatan ini juga dengan ketulusan dan keikhlasan hati peneliti mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Kedua orang tua peneliti Ayahanda M. Rasyid, yang telah memberikan dukungan moril, materil serta doa sehingga peneliti dapat menyelesaikan

pendidikan sampai meraih gelar Sarjana. Kepada abangda Abdurrahim Riza dan Adenin Riza, yang selalu memberikan *support* tiada henti dan motivasi kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi. Kakak tersayang Emi Riza, yang selalu mendukung dan memberikan nasehat-nasehat untuk peneliti. Adik tercinta Reza Kahfi dan Ria Afriza, yang selalu menemani, membantu disaat peneliti sedang sibuk mengerjakan skripsi dan memberikan ide-ide untuk peneliti.

2. Bapak Prof. DR. H. Abdul Munir, M.Pd selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Semoga Fakultas Psikologi Universitas Medan Area selalu yang terbaik.
3. Ibu Dra. Nur'aini, MS yang telah meluangkan waktunya untuk menjadi ketua dalam sidang meja hijau.
4. Ibu DR. Nefi Darmayanti, Msi Pembimbing I, yang telah banyak membimbing dan memberikan ilmu yang berharga dan beliau telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing peneliti dengan penuh kesabaran mulai dari awal penyusunan skripsi sampai selesai penulisan skripsi ini.
5. Bapak Azhar Azis, Spsi, MA selaku Pembimbing II, yang tidak bosan, dengan tekun, teliti dan sabar, bersedia meluangkan waktu dan pikirannya di tengah-tengah kesibukkan beliau dan ketulusan memberikan masukan-masukan yang berarti pada peneliti.
6. Ibu Ummu Khuzaimah, Spsi. M.Psi selaku dosen tamu pada sidang meja hijau.

7. Ibu Salamiah Sari Dewi, S.Psi. M.Psi, selaku dosen sekretaris dalam sidang meja hijau.
8. Seluruh dosen, Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Medan Area yang telah banyak membantu peneliti dalam pengurusan berkas sampai selesai, dan bagian perpustakaan yang telah banyak membantu peneliti sejak awal kuliah sampai pada penyusunan skripsi ini.
9. Kepada adik-adik Stambuk 2012 yang telah membantu peneliti dalam pengisian angket. Rajin belajar ya dik.
10. Kepada kekasih peneliti, kangmas tercinta Sadina Ali yang selalu mengisi hari-hari peneliti dengan penuh kebahagiaan, yang selalu setia menemani dikala suka maupun duka, yang banyak memberikan ide-ide, motivasi, dan selalu mendukung dalam pembuatan skripsi, terima kasih banyak ya.

Tiada manusia yang sempurna di dunia kecuali Allah SWT. Demikian juga dalam penulisan skripsi ini masih banyak kesalahan dan kekurangan, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca sebagai masukan dalam penyempurnaan sangat diharapkan dengan tangan terbuka.

Medan, 3 April 2013

Peneliti

Rini Agustin Riza



DAFTAR ISI

	HALAMAN
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian.....	10
F. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Penyesuaian Diri	12
1. Pengertian Penyesuaian Diri	12
2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri.....	14

3. Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	16
4. Ciri-ciri Penyesuaian Diri.....	18
5. Pembentukan Penyesuaian Diri.....	20
B. Kelekatan.....	21
1. Pengertian Kelekatan.....	21
2. Perkembangan Kelekatan	22
3. Jenis- jenis Gaya Kelekatan	25
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Gaya Kelekatan.....	27
5. Manfaat dan Fungsi Hubungan Kelekatan antara Orangtua-anak (<i>attachment</i>).....	29
C. Remaja	31
1. Pengertian Remaja.....	31
2. Pembagian Fase Remaja	32
3. Tugas Perkembangan Masa Remaja	35
4. Ciri-ciri Masa Remaja.....	35
D. Penyesuaian Diri Ditinjau dari Gaya Kelekatan Pada Mahasiswa	36
E. Kerangka Konseptual	39
F. Hipotesis Penelitian.....	40
BAB III METODE PENELITIAN	41
A. Tipe Penelitian.....	41
B. Identifikasi Variabel Penelitian	42
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	42

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk individual dan sekaligus juga makhluk sosial, berarti makhluk yang bermasyarakat. Sebagai individu manusia itu bebas, namun sebagai makhluk yang bermasyarakat manusia terikat oleh berbagai norma dan peraturan. Setiap individu harus berusaha untuk menyesuaikan dirinya kepada tuntutan masyarakatnya. Menyesuaikan diri kepada tuntutan masyarakat berarti mentaati segala norma dan peraturan masyarakat serta menjauhkan diri dari perbuatan-perbuatan dan hal-hal yang tidak disetujui oleh masyarakat. Sepanjang norma atau peraturan dan pendapat masyarakat itu dianggap baik (Sarwono, 1997).

Menyesuaikan diri dalam arti yang luas dan dapat berarti mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan diri). Penyesuaian diri dalam arti yang pertama disebut juga penyesuaian diri yang autoplastis (auto : sendiri, plstatis : dibentuk), sedangkan penyesuaian diri kedua juga disebut penyesuaian diri yang aloplastis (alo : yang lain, plastis : dibentuk). Jadi, penyesuaian diri ada arti yang pasif dimana kegiatan kita ditentukan oleh lingkungan, dan arti yang aktif dimana kita mempengaruhi lingkungan (Scheneider, dalam Wahyu 2004).

Gunarsa (2000) mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. Demikian pentingnya hal ini sampai

sering dalam literatur dijumpai pernyataan-pernyataan bahwa hidup manusia dari lahir sampai mati tidak lain untuk perjuangan, dan penyesuaian. Masalah penyesuaian diri bukanlah masalah yang sederhana karena menyangkut seluruh aspek kepribadian individu, di mana individu satu dan lainnya memiliki perbedaan dalam memenuhi kebutuhan dan menunjukkan keragaman pola penyesuaian diri (Fatimah, 2006). Agar dapat hidup secara lebih baik, layak, dan bahagia manusia dituntut untuk melakukan penyesuaian diri yang baik. Seseorang yang berhasil melakukan penyesuaian diri dengan baik akan mengembangkan sikap yang positif dan sikap sosial yang menyenangkan, misalnya kesediaan untuk membantu orang lain dan tidak terikat kepada orang lain. Sebaliknya orang yang tidak berhasil melakukan penyesuaian diri dengan baik akan mengalami ketidakbahagian dan terbiasa untuk tidak menyukai dirinya sendiri. Akibatnya ia akan berkembang menjadi individu yang egosentris, introvert, melakukan tindakan asosial atau bahkan anti sosial (Hurlock, 1991). Penyesuaian diri adalah salah satu hasil belajar yang diterima oleh individu pada awal kehidupannya, yakni pada masa kanak-kanak. Penyesuaian diri tidak timbul dengan sendirinya, melainkan tumbuh dan berkembang sejalan perkembangan individu itu sendiri bersama lingkungannya. Artinya penyesuaian diri merupakan tuntutan yang harus dipenuhi karena manusia pada dasarnya merupakan makhluk sosial. Dalam sosialisasi inilah tidak sedikit dari mereka yang mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri.

Di Indonesia penelitian mengenai penyesuaian diri telah dilakukan oleh beberapa peneliti. Julianti (2005) meneliti perbedaan penyesuaian diri ditinjau

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

dari locus of control internal dan eksternal pada mahasiswa pendatang yang berasal dari luar pulau Jawa Fakultas Psikologi Universitas Muhamadiyah Malang. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Muhamadiyah Malang sebanyak 100 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan ada perbedaan penyesuaian diri yang sangat signifikan antara mahasiswa yang memiliki kecenderungan locus of control internal dan mahasiswa yang memiliki kecenderungan locus of control eksternal. Di mana mahasiswa yang cenderung memiliki locus of control internal memiliki penyesuaian diri yang lebih baik dibanding subyek yang memiliki kecenderungan locus of control eksternal. Hasil penelitian Saadah (2010) mengenai hubungan antara penyesuaian diri dengan penerimaan teman sebaya pada siswa kelas satu SMK Negeri 2 Malang. Sampel yang digunakan dalam penelitian berjumlah 215 siswa. Hasil penelitian menunjukkan semakin tinggi tingkat penyesuaian diri pada siswa maka semakin baik pula penerimaan teman sebaya dan begitu juga sebaliknya jika semakin rendah tingkat penyesuaian diri pada remaja maka akan semakin buruk penerimaan teman sebaya.

Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pada dasarnya penyesuaian diri adalah salah satu persyaratan penting bagi perkembangan dan kesehatan jiwa agar mampu mencapai kebahagiaan baik dalam kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan, dan masyarakat pada umumnya. Penyesuaian diri akan menjadi lebih baik bila dalam keluarga, individu merasakan bahwa kehidupannya berarti. Dalam lingkungan keluarga semua konflik dan tekanan yang ada dapat dihindarkan atau dipecahkan bila individu dibesarkan dalam keluarga di mana terdapat

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

kenyamanan, cinta, toleransi, dan kehangatan. Rasa dekat dengan keluarga adalah salah satu kebutuhan pokok bagi perkembangan jiwa seorang individu. Dari berbagai kasus masalah sosial (misalnya bunuh diri dan kenakalan remaja) diduga merupakan akibat dari ketidakmampuan individu dalam melakukan penyesuaian diri (misalnya susah beradaptasi dengan lingkungan baru, kurang mampu melakukan komunikasi antar teman sebaya, minder dan lain-lain). Ternyata rata-rata disebabkan karena ketidakberfungsian keluarga yaitu terutama ketidakberfungsian orang tua (ibu) untuk menjalin komunikasi dan keakraban dengan anak, karena sebenarnya secara teoritis ketika hubungan anak dengan pengasuh utama (ibu) kualitasnya bagus, maka anak akan mengembangkan konstruksi mental atau *internal working model* mengenai diri dan orang lain yang akan menjadi mekanisme penilaian terhadap penerimaan lingkungan. Maksudnya, anak akan memperoleh gaya kelekatan dari *internal working model* yang terbentuk dari interaksi awalnya dengan pengasuh atau orang tuanya (Shaffer, 2005).

Gaya kelekatan pada manusia pertama kali terbentuk dari hubungan antara orang tua dengan anak. Orang tua merupakan makhluk sosial pertama yang berinteraksi dengan bayinya. Orang tua yang dimaksudkan adalah ibu dari anak. Kelekatan adalah ikatan kasih sayang dari seseorang terhadap pribadi lain yang khusus (Allish, 1998). Pada usia yang sangat dini, ikatan antara bayi dan orang tuanya, dan sebagian besar adalah antara bayi dengan ibunya. Ikatan antara bayi dan orang tuanya ini merupakan ikatan yang primer, dan ikatan dengan pribadi yang lain bersifat sekunder. Riset menunjukkan bahwa dari usia dini sampai usia

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

dua tahun, perkembangan anak yang sangat normal dipengaruhi kelekatan ini. Ditemukan juga bahwa hubungan kasih dan ketergantungan ini merupakan suatu awal kehidupan yang baik. Hal ini akan sangat mempengaruhi kehidupan seorang anak baik dalam perkembangan kepribadiannya, maupun perkembangannya hubungan sosialnya. Seiring berjalannya waktu, bayi juga mengadakan kontak sosial dengan makhluk sosial lainnya seperti ayah, saudara ataupun figur penting lainnya seperti nenek. Banyak ahli psikologi yang juga menekankan pentingnya hubungan awal antara orang tua dengan anak, salah satunya adalah Erikson (dalam Kaplan, 2000) yang menyatakan bahwa mengembangkan *trust* merupakan hal yang penting pada masa perkembangan anak karena *trust* adalah dasar untuk mengatasi krisis hidup dalam perkembangan psikososial selanjutnya. Anak kecil akan mengembangkan perasaan *trust* kepada orang tua ketika kebutuhan fisik dan emosi anak terpenuhi. Jika tidak terpenuhi, maka anak akan mengembangkan perasaan *mistrust*, yang akan berpengaruh pada hubungan interpersonal selanjutnya.

Jika bayi harus mempunyai *secure base* untuk bereksplorasi, maka remaja membutuhkan *security* berupa dukungan dari orang tua agar menjadi individu yang lebih mandiri dan otonomi (Kobak, Kenny & Rice dalam Sigelman dkk, 2003). Remaja dengan kelekatan aman akan menunjukkan perilaku prososial, psikologis yang lebih baik, mampu berpisah dengan orang tua dan membentuk hubungan romantika yang dekat dengan tetap menjaga komunikasi yang baik dengan orang tua (Sigelman dkk, 2003). Remaja yang mempunyai kelekatan aman dengan orang tua mempunyai pengenalan diri yang kuat, kepercayaan diri yang

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

tinggi, kompetensi sosial yang luar biasa dan penyesuaian emosional yang lebih baik jika dibandingkan dengan yang tidak memiliki kelekatan aman (Kenny & Rice dalam Sigelman dkk, 2003). Remaja dengan kelekatan aman juga menunjukkan simtom depresi dan kecemasan yang rendah (Vivona dalam Sigelman dkk, 2003). Masa remaja dikenal sebagai periode transisi dari keluarga ke hubungan sosial (Buhrmester & Furman; Selman dalam Anna, 2000), transisi dari hubungan yang tergantung terhadap orang tua menjadi hubungan yang timbal balik atau resiprokal dengan orang lain, baik itu dengan orang tua, teman maupun pasangan karib. Kelekatan pada masa remaja maupun dewasa merupakan kesinambungan (*continuity*) dari ikatan yang dikembangkan oleh anak dengan pengasuh selama masa awal kehidupan dan akan terus berlanjut sepanjang rentang kehidupan.

Helmi (2004) mencoba melakukan dua penelitian tentang hubungan antara gaya kelekatan dengan konsep diri seseorang, di mana hasilnya menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki gaya kelekatan aman akan memiliki konsep diri yang lebih bagus dibanding gaya kelekatan tidak aman, dan penelitian tentang gaya kelekatan yang dihubungkan dengan kemarahan yang hasilnya menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki gaya kelekatan aman memiliki tingkat pengalaman dan ekspresi kemarahan yang *relative* lebih rendah bila di bandingkan dengan seseorang yang bergaya kelekatan tidak aman.

Berbagai penelitian dan beberapa penyebab permasalahan sosial yang muncul dapat dikatakan bahwa ibu sebagai pengasuh utama anak memegang peranan penting terutama dalam penentuan status gaya kelekatan pada anak,

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

apakah anak akan membentuk gaya kelekatan aman atau sebaliknya yang kemudian juga akan membentuk penyesuaian diri individu dalam komunitas sosial. Oleh karena itu setiap individu membutuhkan keterampilan sosial untuk membangun sebuah hubungan yang harmonis dengan individu yang lain.

Penyesuaian diri adalah salah satu tugas yang harus diselesaikan oleh seorang manusia sebagai makhluk sosial khususnya bagi seorang remaja. Salah satu tugas perkembangan remaja yang tersulit adalah berhubungan dengan penyesuaian diri di lingkungan baru. Remaja harus bisa menyesuaikan diri dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga, untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa. Remaja khususnya sebagai seorang mahasiswa dituntut untuk dapat berhasil melakukan penyesuaian diri dengan lebih baik agar dapat menjadi seorang mahasiswa yang mudah bergaul, lebih hangat, terbuka menghadapi orang lain dalam situasi apapun dan bisa bekerja sama.

Namun pada kenyataannya tidak semua mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan baru, masih banyak mahasiswa baru yang mengalami kesulitan dalam hal penyesuaian diri. Hal ini dapat dilihat dari masih banyak dijumpai mahasiswa baru yang kurang percaya diri atau minder seperti ketika harus bicara di depan teman-teman mereka untuk presentasi, tidak berani dalam mengutarakan pendapat, serta mereka tidak bisa bekerja sama dengan kelompok dan merasa tidak puas dengan kondisi lingkungan sosialnya. Mengingat pentingnya penyesuaian diri terhadap kehidupan seorang remaja maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian kuantitatif berdasarkan fenomena di atas yang sangat sesuai dengan kondisi yang terjadi di lingkungan Fakultas Psikologi

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

Universitas Medan Area, sehingga peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Penyesuaian Diri Ditinjau Dari Gaya Kelekatan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area”**.

B. Identifikasi Masalah

Fenomena yang terjadi pada mahasiswa baru stambuk 2012 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area adalah banyak mahasiswa mengalami kesulitan dalam bersosialisasi dengan lingkungan, terutama dengan temannya. Hal ini dapat dilihat dari sering dijumpai mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dalam proses perkuliahannya merasa kurang percaya diri atau minder. Hal ini mengakibatkan ketika ada tugas untuk presentasi mereka ketakutan, bahkan ada juga yang tidak masuk perkuliahan dengan alasan sakit. Padahal yang sebenarnya terjadi adalah mereka stress karena takut dan tidak percaya diri ketika berada di depan teman-teman mereka untuk mempresentasikan hasil tugasnya. Mereka tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok, baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa. Mereka tidak bisa bekerja sama dengan kelompok dan merasa tidak puas dengan lingkungan sosialnya serta mereka takut untuk mengutarakan pendapat, takut salah dan tidak berani menghadapi tantangan. Hal ini adalah akibat dari penyesuaian diri yang buruk.

Atkinson (1991) menyatakan penyesuaian diri adalah proses kesimbangan pada respon baru yang diperoleh saat itu sebagai pengalaman langsung atau tidak langsung yang di mulai sejak kanak-kanak dan berlangsung sepanjang hidup. Anak-anak yang mendapatkan kelekatan (*attachment*) yang

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

cukup, akan merasa aman (*secure*) dan lebih positif terhadap lingkungannya. Anak yang mengalami kelekatan yang aman (*secure attachment*) lebih mampu berinteraksi dengan kelompoknya dan kepribadian akan lebih berkembang baik dalam situasi sosial. Kelekatan merupakan dasar penting bagi tingkah laku selanjutnya Matas, dalam Hetherington & Parke, 1999). Sebaliknya anak-anak yang kurang terpenuhi kebutuhan kelekatan, baik yang ambivalen atau yang tidak aman, akan cenderung pasif, membutuhkan waktu yang lebih lama di dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan atau kelompok, dan kurang nyaman didalam interaksi sosialnya (Matas, dalam Hetherington & Parke, 1999). Interaksi interpersonal dihasilkan dan diinterpretasikan berdasarkan gambaran mental yang dimiliki seorang anak. Anak yang merasa yakin terhadap penerimaan lingkungan akan mengembangkan gaya kelekatan aman dan mengembangkan rasa percaya tidak saja pada ibu tapi juga pada lingkungan, hal ini akan membawa pengaruh positif dalam proses perkembangannya.

C. Batasan Masalah

Peneliti membatasi masalah penelitian ini dengan memfokuskan pada penyesuaian diri berdasarkan perbedaan gaya kelekatan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat perbedaan penyesuaian sosial diantara mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area yang memiliki gaya kelekatan aman dan tidak aman.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penyesuaian diri mahasiswa ditinjau dari gaya kelekatan aman dan tidak aman.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam ilmu Psikologi, Khususnya Psikologi keluarga, Psikologi sosial, Psikologi Kepribadian dan Psikologi Perkembangan mengenai pentingnya mengetahui gaya kelekatan yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang.

2. Manfaat Praktis

Memberikan masukan kepada para orang tua sebagai tambahan pengetahuan mengenai pentingnya menjalin kedekatan yang baik dengan anak, agar anak lebih mudah untuk menjalin hubungan sosialnya kelak ketika sudah menginjak masa dewasa.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah kemampuan dimana individu harus dapat menyesuaikan diri dengan keadaan sekitar baik sosial maupun lingkungannya. Dalam istilah Bahasa Inggris, penyesuaian diri mempunyai dua kata yang berbeda maknanya, yaitu adaptasi dan penyesuaian. Adaptasi (*adaptation*) memiliki pengertian bahwa setiap individu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya, maksudnya dimana pengertian ini lebih di tekankan pada perubahan yang dilakukan individu terhadap dirinya supaya tetap bisa sesuai dengan lingkungannya. Jadi individu beradaptasi untuk melakukan penyesuaian. Sedangkan penyesuaian (*adjustment*) dipahami sebagai mengubah lingkungan menjadi lebih sesuai dengan diri individu, maksudnya adalah kondisi yang lebih menekankan pada perubahan lingkungan yang dilakukan oleh individu sehingga tetap sesuai dengan dirinya.

Individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik, idealnya mampu menggunakan kedua mekanismenya penyesuaian-penyesuaian diri tersebut secara luwes, sesuai dengan situasinya. Sebaliknya, individu dianggap kaku bila kurnag mampu menggunakan kedua mekanisme tersebut dengan baik atau hanya salah satu cara saja yang dominan digunakan.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Hurlock (1990), mengatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk menempatkan diri di dalam lingkungan fisik dan psikis dimana individu itu berada, sekalipun berbeda ras, kebangsaan, agama, tingkat sosial ekonomi, dan kemampuan. Gunarsa (2000), mengatakan bahwa penyesuaian diri dapat berlangsung karena adanya dorongan manusia untuk memenuhi kebutuhan dan dalam pemenuhan kebutuhan tersebut manusia mencapai keseimbangan antara tuntutan sosial dengan harapan dalam diri.

Bruno (dalam Wahyu, 2004), mengemukakan penyesuaian diri adalah merupakan suatu proses mencakup respon-respon mental dan tingkah laku yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialaminya di dalam dirinya. Usaha individu tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dan dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan. Kemudian Atkinson (1991) menambahkan penyesuaian diri adalah proses kesinambungan pada proses baru yang diperoleh saat itu sebagai pengalaman langsung atau tidak langsung. Penyesuaian diri dimulai sejak kanak-kanak dan berlangsung sepanjang hidup.

Dari beberapa definisi diatas tentang penyesuaian diri, maka diambil kesimpulan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk menempatkan diri di dalam lingkungan untuk memenuhi serta mencapai keseimbangan antara tuntutan sosial dengan harapan dalam diri sehingga mampu mengalami segala macam tekanan, konflik dan frustrasi

2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Pada dasarnya penyesuaian diri memiliki 2 aspek menurut Bruno (dalam Wahyu, 2004) yaitu aspek penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial sebagai berikut :

a. Penyesuaian pribadi

Penyesuaian pribadi adalah kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai ubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Ia menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak objektif sesuai dengan kondisi dirinya tersebut. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci. Selanjutnya adanya perasaan lari dari kenyataan atau tanggung jawab, dongkol, kecewa, atau tidak percaya pada kondisi dirinya. kehidupan kejiwaanya ditandai dengan tidak adanya kegoncangan atau kecemasan yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya. Sebaliknya kegagalan penyesuaian pribadi ditandai dengan keguncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya, sebagai akibat adanya gap antara individu dengan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungan. Gap inilah yang menjadi sumber terjadinya konflik yang kemudian terwujud dalam rasa takut dan kecemasan, sehingga untuk meredakannya individu harus melakukan penyesuaian pribadi.

b. Penyesuaian Sosial

Setiap individu hidup di dalam masyarakat. Di dalamnya terdapat proses saling mempengaruhi satu sama lain silih berganti. Dari proses inilah timbul suatu

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

pola kebudayaan dan tingkah laku sesuai dengan sejumlah aturan, hukum, adat, dan nilai-nilai yang mereka patuhi, demi untuk mencapai penyelesaian bagi persoalan-persoalan hidup sehari-hari. Dalam bidang ilmu psikologi sosial, proses ini dikenal dengan proses penyesuaian sosial. Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan tersebut mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah, teman atau masyarakat luas secara umum. Dalam hal ini individu dan masyarakat sebenarnya sama-sama memberikan dampak bagi komunitas.

Individu menyerap berbagai informasi, budaya dan adat istiadat yang ada, sementara komunitas (masyarakat) di perkaya oleh eksistensi atau karya yang diberikan oleh individu. Apa yang diserap atau dipelajari individu dalam proses interaksi dengan masyarakat masih belum cukup untuk menyempurnakan penyesuaian sosial yang memungkinkan individu untuk mencapai penyesuaian pribadi dan sosial dengan cukup baik. Proses berikutnya yang harus dilakukan individu dalam penyesuaian sosial adalah kemauan untuk mematuhi norma-norma dan peraturan sosial kemasyarakatan. Setiap masyarakat biasanya memiliki aturan yang tersusun dengan sejumlah ketentuan dan norma atau nilai-nilai tertentu yang mengatur hubungan individu dengan kelompok (Lewin, 1996). Dalam Proses penyesuaian sosial, individu mulai berkenalan dengan kaidah-kaidah dan peraturan-peraturan tersebut lalu mematuhinya sehingga menjadi bagian dari pembentukan jiwa sosial pada dirinya dan menjadi pola tingkah laku kelompok.

Kedua hal tersebut merupakan proses pertumbuhan kemampuan individu dalam rangka penyesuaian sosial untuk menahan dan mengendalikan diri. Pertumbuhan kemampuan ketika mengalami proses penyesuaian sosial, berfungsi seperti pengawas yang mengatur kehidupan sosial dan kejiwaan. Boleh jadi hal inilah yang dikatakan Freud sebagai hati nurani (super ego), yang berusaha mengendalikan kehidupan individu dari segi penerimaan dan kerelaannya terhadap beberapa pola perilaku yang disukai dan diterima oleh masyarakat, serta menolak dan menjauhi hal-hal yang tidak diterima oleh masyarakat.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Diri

Drajat (1998) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah :

a. Frustrasi (Tekanan Perasaan)

Frustrasi adalah suatu proses yang menyebabkan seseorang merasa akan adanya hambatan terhadap tidak terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan atau menyangka bahwa akan terjadi sesuatu yang menghalangi keinginannya.

b. Konflik (Pertentangan Batin)

Konflik atau pertentangan batin adalah terdapatnya dua macam dorongan atau lebih yang berlawanan atau bertentangan satu sama lain dan tidak mungkin terpenuhi dalam waktu yang sama.

c. Kecemasan

Kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur yang terjadi ketika seseorang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).

Gunarsa (2000) membagi faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri menjadi tiga kelompok yaitu :

1. Penyesuaian diri dipengaruhi oleh hal-hal yang diperoleh dari kelahiran. Kesukaran dalam penyesuaian ini diakibatkan karena sikap yang pemalu, pendiam, sukar mengemukakan pendapat dan tidak banyak bicara tetapi oleh latihan yang terus menerus dan bimbingan yang teratur, sifat ini dapat dipengaruhi sehingga penyesuaiannya akan lebih baik.
2. Penyesuaian diri dan kebutuhan pribadi tingkah laku ini pada dasarnya kebutuhannya relatif sama, tetapi juga dapat berbeda-beda. Hal ini disebabkan karena mekanisme persepsi seseorang terhadap kebutuhannya, sehingga mempengaruhi caranya bertingkah laku dan menyesuaikan diri terhadap objeknya atau tujuannya.
3. Penyesuaian diri pada pembentukan kebiasaan dalam perkembangannya, seorang individu menuntut lingkungan untuk membantu memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, yang mengakibatkan pada suatu hubungan antara keinginan dan kepuasan. Disini ada individu yang sulit memisahkan hubungan antara keinginan dengan kepuasan, dan setiap keinginan harus memperoleh kepuasan seketika, seolah-olah sulit untuk menunda keinginannya.

4. Ciri-ciri Penyesuaian Diri

Schneider (dalam Wahyu, 2004) mengemukakan bahwa penyesuaian diri yang baik adalah seseorang yang dapat berespon matang, bermanfaat, efisien dan memuaskan. Ciri-ciri penyesuaian diri yang normal adalah sebagai berikut :

a. Tidak ada emosi yang berlebihan

Penyesuaian diri yang baik dan normal yang ditandai dengan adanya emosi yang tidak berlebihan atau tidak adanya gangguan dalam emosinya. Individu yang mengendalikan emosinya dengan baik dapat mengatasi situasi dengan berhasil. Sebaliknya individu yang kurang tanggap atau terlalu berlebihan dalam menghadapi situasi atau masalah yang dihadapinya tidak dapat mengendalikan emosinya dengan baik akan mengarahkan kepada penyesuaian diri yang buruk.

b. Tidak ada mekanisme psikologis yang berlebihan

Artinya individu dapat memberi reaksi secara normal terhadap situasi yang dihadapinya.

c. Tidak ada perasaan frustrasi

Adanya perasaan frustrasi membuat individu mengalami kesulitan untuk bereaksi secara normal terhadap situasi yang dihadapinya. Jika individu mengalami frustrasi maka akan sulit untuk mengolah pemikiran, perasaan motif atau tingkah lakunya secara efisien dalam menghadapi situasi yang dihadapinya. Individu yang normal adalah individu yang mampu mengolah baik pikiran dan perasaan sehingga menemukan cara yang tepat untuk menyelesaikan masalahnya, tanpa menimbulkan frustrasi.

d. Mempertimbangkan masalah secara rasional

Pertimbangan rasional tidak dapat berjalan dengan baik jika disertai dengan emosi yang berlebihan, sehingga individu mengarahkan dirinya. Kemampuan dasar yang penting bagi individu adalah berfikir tentang masalahnya, konflik, frustrasi dan mempertimbangkan pikiran serta tingkah lakunya untuk mengatasi kesulitan yang dialaminya. Individu yang tidak mampu memecahkan masalah secara rasional, maka akan mengalami kesulitan dalam penyesuaian dirinya.

e. Kemampuan untuk belajar

Proses penyesuaian diri yang normal yang ditandai oleh sejumlah perkembangan yang berhubungan dengan cara individu menyelesaikan situasi yang menimbulkan konflik, frustrasi maupun stress. Mulai belajar secara terus menerus individu dapat mengembangkan kualitas dirinya terutama menghadapi tuntutan sehari-hari.

f. Kemampuan memanfaatkan pengalaman masa lalu

Di dalam proses perkembangan manusia ada kesediaan individu untuk belajar dari pengalamannya, dan kemampuan memanfaatkan pengalaman dengan baik, kemampuan ini merupakan hal yang paling penting bagi tercapainya penyesuaian diri yang normal. Jika individu tidak mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu ia akan mengalami kesulitan dalam situasi yang sama.

g. Bersikap realistis dan objektif

Sikap yang realistis dan objektif didasari oleh proses belajar adanya pemanfaatan pengalaman masa lalu dan pikiran yang rasional. Dengan cara

individu dapat menilai situasi atau kekurangan yang dimilikinya secara objektif. Adanya kegagalan menilai kualitas diri tidak terlepas dari adanya prasangka buruk sehingga akan mempersulit individu dalam bereaksi rasional terhadap tuntutan dari situasi yang dihadapinya.

5. Pembentukan Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri yang baik selalu ingin diraih setiap orang, tidak akan dapat tercapai, kecuali bila kehidupan orang tersebut benar-benar terhindar dari tekanan, kegoncangan, dan ketegangan jiwa yang bermacam-macam, dan orang tersebut mampu untuk menghadapi kesukaran dengan cara objektif serta berpengaruh bagi kehidupannya, serta menikmati kehidupannya dengan stabil, tenang, merasa senang, tertarik untuk bekerja, dan berprestasi.

Hartono (1999) mengatakan bahwa pembentukan diri dibentuk oleh beberapa hal diantaranya adalah :

1. Fisik

Kondisi fisik individu yang sehat dan normal akan memudahkan individu untuk mengadakan komunikasi dan penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya, hal ini disebabkan adanya kesiapan fisik dalam melakukan proses penyesuaian diri sebab jika kondisi fisik yang kurang sehat akan menghambat dalam proses penyesuaian diri akibatnya tidak dapat mengadaptasikan diri kepada semua keadaan lingkungan.

2. Psikologis

Keadaan kejiwaan atau psikis individu yang kurang siap mengadakan kontak dengan lingkungannya akan mempengaruhi pembentukan penyesuaian diri individu yang mengakibatkan individu mengalami hambatan atau kegagalan dalam penyesuaian dirinya.

3. Moral

Moral yang di bentuk pada masa kanak-kanak dan pola asuh orang tua membawa pada suatu keadaan kemampuan pembentukan penyesuaian diri. Dengan adanya kesiapan moral maka individu mampu menyesuaikan diri dengan norma-norma yang ada di lingkungannya.

B. Kelekatan

1. Pengertian Kelekatan

Kelekatan (*attachment*) pertama kali dikembangkan oleh Bowlby pada tahun 1958 yang mengatakan bahwa bayi mendemonstrasikan kelekatan mereka kepada ibunya melalui beberapa tipe perilaku seperti menghisap, mengikuti, menangis, dan tersenyum (Santrock, 2003). Ainsworth (dalam Collin, 1996) mengatakan kelekatan (*attachment*) merupakan ikatan emosional yang terus menerus ditandai dengan kecenderungan untuk mencari dan memantapkan kedekatan terhadap tokoh tertentu, khususnya ketika sedang berada dalam kondisi yang menekan.

Herbert (dalam Mar'at 2006) mengatakan kelekatan (*attachment*) mengacu pada ikatan antara dua orang individu atau lebih, sifatnya adalah hubungan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

psikologis yang diskriminatif dan spesifik, serta mengikat seseorang dengan orang lain dalam rentang waktu dan ruang tertentu. Myers (dalam Mar'at 2006) mengatakan tidak ada tingkah laku sosial yang lebih mencolok dibanding dengan kekuatan ini, dan perasaan saling cinta antara bayi dan ibu ini disebut dengan kelekatan (*attachment*).

Jadi, dari penjelasan para ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kelekatan (*attachment*) merupakan suatu ikatan afeksi yang kuat dan bertahan dalam waktu yang lama terhadap figur tertentu yang ditandai oleh adanya keinginan untuk mencari dan memelihara kedekatan dengan figur tersebut terutama pada saat-saat yang menekan untuk mendapatkan rasa aman dan nyaman.

2. Perkembangan Kelekatan

Beberapa tahapan perkembangan hubungan kelekatan dapat dilihat pada masa bayi/anak-anak serta remaja/dewasa.

a. Kelekatan masa bayi/ anak-anak

Bowlby dikutip dari Bartholomew & Horowitz menjabarkan konsep kelekatan sebagai sebuah mekanisme bertahan hidup berbasis evolusi yang dimiliki oleh seorang bayi untuk mendapatkan perlindungan dan perawatan dari para pengasuh. Bowlby menduga bahwa sistem kelekatan dibuat untuk menjaga kedekatan bayi dengan pengasuh pada saat ada bahaya atau ancaman. Kualitas kelekatan pada masa awal bayi akan menjadi akar derajat kepercayaan anak terhadap *figure* lekat sebagai sumber rasa aman. Pada masa anak-anak, *figure*

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

lekat utama yang paling berperan biasanya ibu sebagai seorang pengasuh. Interaksi yang intens antara ibu dan anak biasanya dimulai saat proses pemberian ASI (air susu ibu). Melalui proses pemberian ASI diharapkan akan berkembang kelekatan dan tingkah laku lekat, karena dalam proses ini terjadi kontak fisik yang disertai upaya untuk membangun hubungan psikologis antara ibu dan anak. Kelekatan akan terjadi pada semua bayi yang normal.

Menurut para ahli, kelekatan yang kuat akan memberikan dasar perkembangan emosi dan sosial yang sehat dalam masa kanak-kanak selanjutnya. Akan tetapi jika terjadi gangguan dalam proses kelekatan ini, diduga akan menimbulkan persoalan-persoalan dalam perkembangan sosial anak selanjutnya. Kelekatan merupakan sebuah kecenderungan untuk menciptakan ikatan afeksi yang kuat dalam berhubungan, oleh karena itu gaya kelekatan dapat berubah mengikuti hubungan kelekatan yang tercipta antara anak dengan para pengasuh lainnya.

b. Kelekatan masa remaja/dewasa

Collins mengatakan bahwa teori kelekatan orang remaja/dewasa awal dimulai dengan asumsi bahwa individu pada semua usia memiliki sistem kelekatan perlakuan yang kuat, yang selanjutnya akan dapat diaktivasi oleh respon terhadap peristiwa yang mengancamnya sebagai fungsi pertahanan hidup. Model mental dari kelekatan sebagai skema kognitif, afeksi, dan motivasi yang berisi tidak hanya pengetahuan tentang hubungan kelekatan dan memori episodik tetapi juga struktur dan tendensi aksi. Sekali model mental tersebut berkembang, model tersebut akan beroperasi dalam sistem kesadaran dan memainkan peranan penting

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

dalam membentuk kognisi, afeksi, dan perilaku dalam konteks yang relevan dengan kelekatan. Dalam Perspektif kognitif, sesuatu yang menentukan informasi sosial akan diperhatikan, diorganisasi, dan diingat kembali, yang disebut dengan skema.

Skema ini memungkinkan orang mengevaluasi atribut secara individual dan melakukan kategori sosial. Skema mempunyai peran penting dalam persepsi diri dan proses kategori sosial karena dengan skema tersebut mengarahkan perhatian terhadap informasi sosial yang relevan, mengarahkan struktur untuk dievaluasi, dan membantu mengakses kategori-kategori dalam memori. Skema memberikan cara yang efisien dalam memahami diri dan lingkungan. Skema akan membentuk *implicit personality theory* yang selanjutnya akan mengarahkan harapan, persepsi, dan perilaku terhadap diri dan orang lain, bahkan mempengaruhi bagaimana seseorang memandang orang lain, bagaimana memperlakukannya, dan apa yang diingat tentang mereka. Kelekatan pada masa remaja maupun dewasa merupakan kesinambungan (*continuity*) dari ikatan yang dikembangkan oleh anak dengan pengasuh selama masa awal kehidupan dan akan terus berlanjut sepanjang rentang kehidupan.

Santrock juga mengatakan pada masa remaja, figure lekat yang banyak memainkan peran penting adalah teman dan orang tua. Kesinambungan kelekatan tersebut di jelaskan dengan adanya model mental diri (*internal working model*). Adapun penjelasan mengenai konsep ini adalah, “*Internal*”: karena disimpan dalam pikiran; “*working*” : karena membimbing persepsi dan perilaku dan “*model*” : karena mencerminkan representasi kognitif dari pengalaman dalam

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

membina hubungan. Anak akan menyimpan pengetahuannya mengenai suatu hubungan, khususnya pengetahuan mengenai keamanan dan bahaya. Model ini selanjutnya akan menggiring mereka dalam interaksi di masa yang akan datang (masa remaja / dewasa). Interaksi interpersonal dihasilkan dan diinterpretasikan berdasarkan gambaran mental yang dimiliki seorang anak. Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa perkembangan kelekatan berlangsung pada masa awal kelahiran dan cenderung menetap sampai sepanjang rentang kehidupan seseorang.

3. Jenis-jenis Gaya Kelekatan (*attachment*)

Menurut Bowlby dan Ainsworth (dalam Santrock, 2003), menyebutkan gaya kelekatan terbagi ke dalam dua kelompok besar yaitu kelekatan aman dan kelekatan tidak aman. Adapun indikator dari tiap variasi gaya kelekatan adalah sebagai berikut :

a. Gaya kelekatan aman

Adapun ciri-ciri gaya kelekatan aman yaitu mempunyai model mental diri sebagai orang berharga, penuh dorongan, dan mengembangkan model mental orang lain sebagai orang yang bersahabat, dipercaya, responsif, dan penuh kasih sayang. Berkembangnya model mental ini memberikan pengaruh yang positif terhadap kompetensi sosial. Pada masa remaja/dewasa, gaya kelekatan aman akan mengembangkan pandangan yang positif terhadap diri dan orang lain. Hal ini terlihat pada karakteristik di bawah ini :

1. Memiliki kepercayaan ketika berhubungan dengan orang lain, yaitu individu mampu menjalin keakraban dengan orang lain maupun orang baru sekalipun. Hal ini ditandai dengan sikap yang mudah akrab pada siapapun, tidak khawatir bila ada orang lain yang mendekatinya dan senantiasa memandang orang lain dengan pandangan yang positif.
2. Memiliki konsep diri yang bagus, yaitu pemahaman individu terhadap dirinya sendiri dan orang lain. Indikasi bahwa individu memiliki konsep diri yang bagus adalah mengembangkan sikap yang penuh percaya diri, mampu mandiri, berpikir realistis akan kemampuan yang dimiliki dan berusaha mencapai hasil yang sebaik mungkin.
3. Merasa nyaman untuk berbagi perasaan dengan orang lain, yaitu individu memiliki kemampuan untuk mengungkapkan perasaan dan pemikiran apa saja yang ada dalam dirinya. Hal ini meliputi kemampuan untuk berbagi cerita atau pengalaman, kemampuan untuk mendengar orang lain, dan siap menerima masukan dari siapapun.
4. Peduli dengan siapapun, yaitu individu memiliki jiwa yang responsif dan mampu memberikan bantuan kepada orang lain.

b. Gaya Kelakatan Aman

Orang dengan gaya kelekatan tidak aman mempunyai ciri-ciri model mental sebagai orang yang kurang perhatian, kurang percaya diri, merasa kurang berharga, memandang orang lain mempunyai komitmen rendah dalam hubungan interpersonal, kurang asertif dan merasa tidak dicintai orang lain. Pada masa

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

remaja gaya tidak kelekatan aman akan menimbulkan pandangan yang negatif terhadap diri dan orang lain. Hal ini terlihat pada karakteristik di bawah ini :

1. Susah menjalin hubungan yang akrab yaitu individu terlihat susah menjalin hubungan pertemanan yang akrab dengan orang lain dimana biasanya individu merasa tidak nyaman jika berdekatan dengan orang lain, termasuk pribadi yang senang menyendiri dan sulit mempercayai orang lain secara menyeluruh.
2. Keterlibatan emosinya rendah saat berhubungan sosial, yaitu dalam menjalin hubungan sosial, yaitu dalam menjalin hubungan sosial individu hanya melibatkan sosial

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Gaya Kelekatan

Menurut Erikson (dalam Nikmatu, 2010), faktor-faktor penyebab gangguan kelekatan adalah :

- a. Perpisahan yang tiba-tiba antara anak dengan pengasuh utama atau orang tua

Perpisahan traumatik bagi anak bisa berupa : kematian orang tua, orang tua dirawat di rumah sakit dalam jangka waktu lama, atau anak yang harus hidup tanpa orang tua karena sebab-sebab lain.

- b. Penyiksaan emosional atau penyiksaan fisik

Sistem pendidikan yang tradisional yang sering kali menggunakan cara hukuman (baik fisik maupun emosional) untuk mendidik atau mendisiplin anak, orang tua sering bersikap menjaga jarak dan bahkan ada yang membangun *image* menakutkan agar anak hormat dan patuh pada mereka.

Padahal cara ini justru membuat anak tumbuh menjadi pribadi yang penakut,

mudah berkecil hati dan tidak percaya diri. Anak akan merasa bukan siapa-siapa atau tidak bisa berbuat apa-apa tanpa orang tua.

c. Pengasuh yang tidak stabil

Pengasuhan yang melibatkan terlalu banyak orang, bergantian, tidak menetap oleh satu atau dua orang tua menyebabkan ketidakstabilan yang dirasakan anak, baik dalam hal ukuran cinta kasih, perhatian, dan kepekaan respon terhadap kebutuhan anak. Anak akan menjadi sulit membangun kelekatan emosional yang stabil karena pengasuhnya selalu berganti-ganti tiap waktu. Situasi ini kelak mempengaruhi kemampuannya menyesuaikan diri karena anak cenderung mudah cemas dan percaya diri. (merasa kurang ada dukungan emosional).

d. Sering berpindah tempat atau domisili

Seringnya berpindah tempat membuat proses penyesuaian diri anak menjadi sulit, terutama bagi seorang balita. Situasi ini akan menjadi lebih berat baginya jika orang tua tidak memberikan rasa aman dengan mendampingi mereka dan mau mengerti atas sikap atau perilaku anak yang mungkin saja aneh akibat dari rasa tidak nyaman saat harus menghadapi orang baru. Tanpa kelekatan yang stabil, reaksi negative anak akhirnya menjadi bagian pola tingkah laku yang sulit di atasi.

e. Ketidakkonsistenan cara pengasuhan

Banyak orang tua tidak konsisten dalam mendidik anak, ketidakpastian sikap orang tua membuat anak sulit membangun kelekatan tidak hanya secara emosional tetapi juga secara fisik. Sikap orang tua yang tidak dapat diprediksi

membuat anak bingung, tidak yakin, sulit mempercayai dan patuh pada orang tua.

f. Problem psikologis yang dialami orang tua atau pengasuh utama

Orang tua yang mengalami problem emosional atau psikologis sudah tentu membawa pengaruh yang kurang baik bagi anak. Hambatan psikologis, misalnya gangguan jiwa, depresi atau problem stres yang sedang dialami orang tua tidak hanya membuat anak tidak bisa berkomunikasi yang baik dengan orang tua, tetapi juga membuat orang tua kurang peka terhadap kebutuhan dan masalah anak.

g. Problem neorologis / syaraf

Adakalanya gangguan syaraf yang dialami anak bisa mempengaruhi proses persepsi atau pemrosesan informasi anak tersebut, sehingga ia tidak dapat merasakan adanya perhatian yang diarahkan padanya.

5. Manfaat dan Fungsi Hubungan Kelekatan

Kelekatan (*attachment*) mamberikan banyak manfaat bagi individu, seperti menumbuhkan perasaan *trust* dalam interksi sosial di masa depan dan menumbuhkan perasaan mampu (Blatt, 1996). Secara umum kelekatan (*attachment*) memiliki empat fungsi utama (Davies, 1999), yaitu :

a. Memberikan rasa aman.

Saat individu berada dalam suasana penuh tekanan, kehadiran figur kelekatan (*attachment*) dapat memulihkan perasaan individu kembali kepada perasaan aman.

b. Mengatur keadaan perasaan (*regulation of affect and arousal*).

Arousal adalah perubahan keadaan subjektif seseorang yang disertai reaksi fisiologis tertentu. Apabila peningkatan *arousal* tidak diikuti dengan *relief* (pengurangan rasa takut, cemas, atau sakit) maka individu rentan untuk mengalami stres. Kemampuan figur kelekatan (*attachment*) untuk membaca perubahan keadaan individu dapat membantu mengatur *arousal* dari individu yang bersangkutan

c. Sebagai saluran ekspresi dan komunikasi.

Kelekatan (*attachment*) yang terjalin antara individu dengan figur kelekatan (*attachment*-nya) dapat berfungsi sebagai wahana untuk berekspresi, berbagai pengalaman, dan menceritakan perasaan.

d. Sebagai dasar untuk melakukan eksplorasi kepada lingkungan sekitar.

Kelekatan (*attachment*) dan perilaku eksploratif bekerja secara bersamaan. Individu yang mendapatkan *secure attachment* akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi untuk mengeksplorasi lingkungan sekitarnya atau pun suasana yang baru karena individu percaya bahwa figur kelekatan (*attachment*) sungguh-sungguh bertanggung jawab apabila terjadi sesuatu atas dirinya.

Simpson (Langer, 2004) menyebutkan manfaat lain dari kelekatan (*attachment*), yaitu dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam membina hubungan dengan orang lain, seperti aspek kepuasan, kedekatan, dan kemampuan mencintai pasangan. Kelekatan (*attachment*) sangat membantu individu dalam menginterpretasi, memahami, dan mengatasi perasaan emosi yang negatif selama ia berada dalam situasi yang menekan.

C. REMAJA

1. Pengertian Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata bendanya *adolescentia* yang berarti remaja yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa.” Bangsa primitif memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode-periode lain dalam rentang kehidupan, anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi. (Hurlock, 1999) Istilah *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Pandangan ini diungkapkan oleh Piaget (dalam Hurlock, 1999) dengan mengatakan :

Secara psikologis, masa remaja adalah usia di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkatan orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Dalam masyarakat industrial modern, perjalanan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa ditandai dengan periode transisi panjang yang dikenal sebagai

masa remaja. Remaja umumnya ditandai dengan dimulainya pubertas, proses menuju ke kematangan seksual, atau kesuburan (kemampuan untuk bereproduksi).

Masa remaja dimulai dari usia 11 atau 12 tahun sampai akhir dari masa remaja atau awal usia dua puluhan, dan adanya perubahan yang saling bergantung dengan semua bidang perkembangan. Jadi, remaja adalah transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang memerlukan perubahan dalam fisik, kognitif, dan psikososial (Papalia, 2004). Masa remaja, menurut Mappiare (1982) berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir.

2. Pembagian Fase Remaja

Setelah kita meninjau tahapan perkembangan individu secara umum sejak lahir, adalah bagaimana tahap-tahap perkembangan dalam periode remaja itu sendiri. Dari zaman Aristoteles sampai G.S. Hall sudah ada kesepakatan tentang adanya kurun usia tertentu yang merupakan peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, tetapi bagaimana proses itu terjadi dalam kurun usia termaksud belum ada penjelasannya. Untuk itu, salah satu penulis yang telah mencoba menerangkan tahap-tahap perkembangan dalam kurun usia remaja adalah Blos (1962). Blos yang penganut aliran psikoanalisa berpendapat bahwa perkembangan pada hakikatnya adalah usaha penyesuaian diri (*coping*), yaitu untuk secara aktif

mengatasi “stress” dan mencari jalan keluar baru dari berbagai masalah. Dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, ada 3 tahap perkembangan remaja:

a. Remaja awal (*early adolescence*)

Seorang remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis. Dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis, ia sudah berfantasi erotik. Kepekaan yang berlebih-lebihan ini ditambah dengan berkurangnya kendali terhadap “ego” menyebabkan para remaja awal ini sulit mengerti dan dimengerti orang dewasa.

b. Remaja madya (*middle adolescence*)

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Ia senang kalau banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan “*narcistic*”, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang punya sifat-sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu ia berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana: peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialis dan sebagainya. Remaja pria harus membebaskan diri dari *Oedipus Complex* (perasaan cinta pada ibu sendiri pada masa kanak-kanak) dengan mempererat hubungan dengan kawan-kawan dari lain jenis.

c. Remaja akhir (*late adolescence*)

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian 5 hal, yaitu:

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

- 1) Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- 2) Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman- pengalaman baru.
- 3) Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- 4) Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- 5) Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*).

Menurut Anna & Moretti (2000), remaja dibagi dalam tiga episode usia yaitu:

- a. Remaja awal yaitu usia 13 – 14 tahun
- b. Remaja tengah yaitu usia 15 – 18 tahun
- c. Remaja akhir yaitu usia 19 tahun

Dalam buku *Child & Adolescent Development*, Owens membagi usia remaja menjadi 3 (tiga) fase juga, yaitu:

1. Remaja awal yang dikarakteristikkan dengan masa pubertas dan perubahan fisik lainnya yang biasanya terjadi pada usia 10 sampai 13 tahun
2. Remaja tengah, dikarakteristikkan sebagai masa menyelesaikan isu identitas yang biasanya terjadi pada usia 14 sampai 16 tahun
3. Remaja akhir, ditandai dengan masa transisi ke dewasa dan biasanya terjadi pada usia 17 sampai 20 tahun.

3. Tugas-tugas Perkembangan Masa Remaja

Tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Hurlock (1991) adalah berusaha:

- a. Mampu menerima keadaan fisiknya
- b. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis
- d. Mencapai kemandirian emosional
- e. Mencapai kemandirian ekonomi
- f. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat
- g. Memahami dan mengintegrasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua
- h. Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa
- i. Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan
- j. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga

4. Ciri-ciri Masa Remaja

Seperti halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya

dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut akan diterangkan secara singkat di bawah ini:

- a. Masa remaja sebagai periode yang penting
- b. Masa remaja sebagai periode peralihan
- c. Masa remaja sebagai periode perubahan
- d. Masa remaja sebagai usia bermasalah
- e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas
- f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan
- g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis
- h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa



D. Penyesuaian Diri Ditinjau Dari Gaya Kelekatan Pada Mahasiswa

Dalam kaitannya dengan kelekatan, apabila figure lekat atau pengganti selalu memberikan respon positif pada saat-saat yang dibutuhkan, maka anak akan mempunyai keyakinan atau model mental diri sebagai orang yang dapat dipercaya, penuh perhatian dan memandang diri secara positif dan dihargai. Sehingga *selfschema* dan *personschema* akan berkembang secara positif. Mc Cartney dan Dearting (1998) menyatakan bahwa pengalaman awal akan menggiring dan menentukan perilaku dan perasaan melalui *internal working model*. Anak akan menyimpan pengetahuannya mengenai suatu hubungan, khususnya pengetahuan mengenai keamanan dan bahaya.

Model ini selanjutnya akan menggiring mereka dalam penyesuaian diri yang baik dalam interaksi sosialnya di masa yang akan datang. Interaksi

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

interpersonal dihasilkan dan diinterpretasikan berdasarkan gambaran mental yang dimiliki seorang anak. Model ini diasumsikan bekerja di luar sadar pengetahuan anak yang didapatkannya dari interaksi dengan pengasuh, khususnya ibu. Anak yang memiliki orang tua yang mencintai dan dapat memenuhi kebutuhannya akan mengembangkan model hubungan yang positif yang didasarkan pada rasa percaya (*trust*). Selanjutnya secara simultan anak akan mengembangkan model yang paralel dalam dirinya. Model ini selanjutnya akan digeneralisasikan anak dari orang tua pada orang lain, Misalnya pada pengajar atau teman sebaya.

Anak akan berpendapat bahwa pengajar dan teman adalah orang yang dapat dipercaya. Sebaliknya anak yang memiliki pengasuh yang tidak menyenangkan akan mengembangkan kecurigaan (*mistrust*) dan tumbuh sebagai anak yang pencemas dan kurang mampu menjalin hubungan sosial. Menurut Bowlby yang dikutip dari Bretherton (1997) menyebutkan bahwa *internal working model* dan figur lekat saling melengkapi serta saling menggambarkan dua sisi hubungan tersebut. Berdasarkan kualitas hubungan anak dengan pengasuh, maka anak akan mengembangkan konstruksi mental atau *internal working model* mengenai diri dan orang lain yang akan menjadi prototip dalam hubungan sosial.

Seorang anak yang diasuh dengan kehangatan, sensitifitas dan responsifitas akan mengembangkan *internal working model* yang positif pada orang tua dan diri sendiri. *Internal working model* merupakan hasil interpretasi pengalaman yang terus-menerus dan interaksinya dengan figur lekat. Dari *internal working model* inilah akan membentuk kelekatan aman dan kelekatan tidak aman.

Pengalaman kelekatan merupakan sumber informasi untuk belajar mengenai diri mereka sendiri.

Individu yang mempunyai kelekatan aman mempunyai harga diri lebih tinggi dibandingkan dengan mereka dalam kelompok kelekatan tidak aman. Hasil penelitian Mikulincer merinci lebih detail tentang struktur *self*. Kelompok gaya kelekatan yang berbeda tidak hanya berpengaruh pada pandangan yang positif terhadap diri tetapi juga dimensi struktur diri yang berbeda. Individu dengan kelekatan aman menekankan pentingnya hubungan kelekatan yang hangat dalam perkembangan yang positif, koheren serta struktur diri yang diorganisasikan dengan baik. Mereka akan mendeskripsikan diri dengan cara positif dan skema diri yang terintegrasi.

Penelitian Collins dan Read (1990) mengatakan bahwa individu dengan kelekatan aman akan lebih percaya diri dalam situasi sosial dan menjadi lebih asertif serta dalam memandang orang lain pun juga lebih positif dan altruistik. Barrett dan Holmes mengatakan bahwa individu dengan kelekatan tidak aman akan berbeda dalam melakukan interpretasi yaitu menghindar dan cemas akan menginterpretasikan situasi sosial yang ambigu dengan perspektif mengancam dirinya, kebingungan, kuatir, dan depresi. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kelekatan merupakan salah satu sumber adanya perbedaan tentang penyesuaian diri seseorang. Kemampuan penyesuaian diri seseorang yang baik ditandai dengan kemampuan penyesuaian diri terhadap kelompok, mampu bekerjasama dengan orang lain, lebih menghargai orang, memiliki kepuasan pribadi, memiliki kepercayaan diri relatif bagus dan menunjukkan sikap yang

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

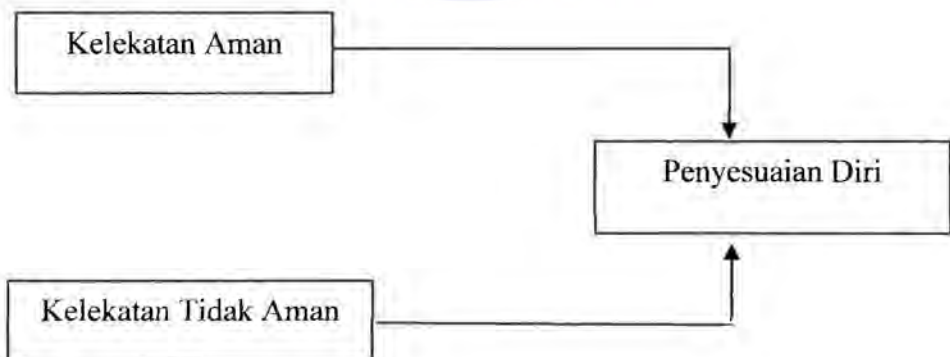
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

menyenangkan pada orang lain. Dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri yang baik akan dimiliki oleh mereka yang mempunyai kelekatan aman.

Hal ini disebabkan seorang yang memiliki kelekatan aman akan cenderung menilai diri dan lingkungan luarnya secara positif, sehingga akan semakin mempermudah proses penyesuaian diri seseorang dalam lingkungan yang baru. Demikian juga sebaliknya, seseorang akan relatif mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri jika dari ciri kelekatan tidak aman. Hal ini dikarenakan mereka akan mengembangkan konsep diri yang negatif baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap lingkungan luarnya dan hal ini akan menghambat proses penyesuaian diri seseorang. Dapat dikatakan bahwa kelekatan seseorang sangat erat kaitannya dengan proses penyesuaian diri yang terjadi di samping beberapa faktor pemicu yang lain.

D. Kerangka Konseptual



E. Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu ada perbedaan penyesuaian diri pada mahasiswa yang memiliki kelekatan aman dan kelekatan tidak aman. Dengan asumsi mahasiswa dengan kelekatan aman memiliki penyesuaian diri yang lebih baik dibandingkan mahasiswa dengan kelekatan tidak aman.



BAB III

METODE PENELITIAN

Satu unsur penting suatu penelitian ilmiah adalah adanya suatu metode tertentu yang digunakan memecahkan persoalan yang dihadapi sehingga hasil yang diperoleh akan dapat dipertanggung jawabkan. Atas dasar hal ini, maka dalam bab ini akan diuraikan mengenai : (A) Tipe Penelitian, (B) Identifikasi Variabel Penelitian, (C) Definisi Operasional Variabel Penelitian, (D) Subjek Penelitian, (E) Teknik Pengumpulan Data, (F) Validitas dan Reabilitas Alat Ukur, (G) Metode Analisis Data.

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif , maksudnya bahwa dalam menganalisis data dengan menggunakan angka-angka, rumus, atau model matematis berdasarkan permasalahan dan tujuan yang ingin dicapai. Menurut Neuman (2003), prosedur yang biasa digunakan dalam penelitian kuantitatif ada tiga, yaitu : eksperimen, survei, dan *content analysis*. Berdasarkan klasifikasi yang dikemukakan Neuman (2003) tersebut, tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian survei karena yang ingin dilakukan adalah melakukan studi identifikasi terhadap suatu masalah.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Untuk menguji hipotesis penelitian, terlebih dahulu diidentifikasi variabel-variabel yang menjadi pusat perhatian dalam penelitian ini yaitu :

1. Variabel Terikat : Penyesuaian Diri
2. Variabel Bebas : Gaya Kelekatan
 - Kelekatan Aman
 - Kelekatan Tidak Aman
3. Variabel Kontrol : Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Stambuk 2012

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Definisi operasional merupakan semacam petunjuk pelaksanaan dalam mengukur suatu variabel. Adapun definisi operasional variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penyesuaian sosial

Penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam menjalin hubungan dengan orang lain, maupun dengan lingkungannya sehingga tercapai suatu hubungan yang serasi antara dirinya sendiri dengan lingkungan yang ditandai dengan penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial, yang diukur dengan skala penyesuaian diri.

2. Gaya Kelekatan

Gaya kelekatan adalah afeksi yang kuat yang ditujukan pada individu tertentu (figur lekat, dalam hal ini orang tua), bersifat resiprokal, dan relatif bertahan secara terus menerus, yang ditandai dengan keinginan untuk memelihara kedekatan hubungan dengan individu lain yang terdiri atas kelekatan aman dan kelekatan tidak aman.

Kelekatan aman adalah gaya kelekatan dengan karakteristik anak yang memandang dirinya positif, dimana dia adalah individu yang berharga, dicintai, disayang dan juga dia memandang orang lain itu dapat diandalkan ketika dibutuhkan, dapat dipercaya. Individu yang *secure* tidak khawatir akan kedekatan yang terbentuk dengan orang lain dan dia juga tidak khawatir kalau orang lain akan meninggalkannya.

Kelekatan tidak aman adalah gaya kelekatan dengan karakteristik anak takut dekat dengan orang lain, takut untuk terlibat dalam situasi yang banyak orang. Dia merasa orang lain tidak bisa diandalkan dan juga merasa dirinya bukanlah orang yang berharga.

D. Populasi Dan Sampel

Menurut Arikunto (1989), populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang dikenai generalisasi hasil penelitian. Menurut Hadi (1990), populasi adalah semua individu untuk siapa kenyataan-kenyataan yang diperoleh dari sampel itu hendak digeneralisasikan. Populasi dibatasi dengan sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai satu sifat yang sama. Jadi populasi

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

adalah keseluruhan subjek penelitian yang mempunyai persamaan sifat yang akan dikenai generalisasi dari hasil penelitian. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area stambuk 2012 yang berjumlah 436 orang.

Sampel adalah sebagian dari populasi atau wakil populasi yang diteliti dan sedikitnya memiliki satu sifat yang sama (Hadi, 1990). Hasil penelitian dari sampel diharapkan dapat di generalisasikan kepada seluruh populasi. Jadi sampel yang diambil pada penelitian ini berjumlah 83 orang. Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah pemilihan subjek berdasarkan ciri atau sifat tertentu.

E. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian mempunyai tujuan mengungkap fakta mengenai variabel yang akan diteliti sehingga perlu menggunakan metode yang efisien dan akurat untuk mencapai tujuan yang akan diketahui. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode skala yang berbentuk angket yaitu dengan cara menyebarkan angket dengan menggunakan daftar pernyataan yang telah dipersiapkan dan disusun sedemikian rupa sehingga responden dapat mengisi dengan mudah.

Berkaitan dengan teknik penelitian diatas, maka peneliti menggunakan dua macam skala, yaitu skala penyesuain diri dan skala gaya kelekatan.

1. Skala penyesuaian diri

Penyusunan skala penyesuaian diri mengacu pada teori yang dikemukakan Scheneider (dalam Wahyu, 2004) yaitu aspek penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Penilaian yang diberikan kepada masing-masing jawaban subjek pada setiap item adalah untuk item yang favourable, jawaban Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 4, jawaban Sesuai (S) mendapat nilai 3, jawaban Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai 2, dan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat nilai 1. Untuk item yang unfavourable maka penilain yang diberikan sebaliknya, jawaban Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 1, jawaban Sesuai (S) mendapat nilai 2, jawaban Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai 3, dan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat nilai 4.

2. Skala gaya kelekatan

Skala gaya kelekatan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia berdasarkan *Attachment Style Questionnaire* dari Feeney, Noller, dan Hanrahan (dalam Eliza, 2008) yang terdiri dari 5 aspek yaitu keyakinan (*confidence*), rasa tidak senang (*discomfort with closeness*), persahabatan sebagai yang sekunder (*relationship as secondary*), perlunya persetujuan (*need for approval*), dan keasyikan (*preoccupation*). Dari kelima subskala tersebut, Feeney dkk memformulasikannya ke dalam 2 *cluster adult attachment*, yaitu gaya kelekatan aman (*secure attachment*) dan gaya kelekatan tidak aman (*insecure attachment*). Penilaian yang diberikan kepada masing-masing jawaban subjek pada setiap item adalah untuk item favourable

yaitu jawaban Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 4, jawaban Sesuai (S) mendapat

nilai 3, jawaban Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai 2, dan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat nilai 1. Untuk item yang unfavourable maka penilain yang diberikan sebaliknya, jawaban Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 1, jawaban Sesuai (S) mendapat nilai 2, jawaban Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai 3, dan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat nilai 4.

F. Validitas dan Reliabilitas

Validitas dan reliabilitas merupakan dua hal yang saling berkaitan dan sangat berperan dalam menentukan kualitas suatu alat ukur karena sejauh mana kepercayaan dapat diberikan pada kesimpulan suatu penelitian tergantung antara lain pada validitas dan reliabilitas alat ukurnya.

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas juga diartikan sebagai suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Pada umumnya untuk penelitian-penelitian di bidang ilmu pendidikan digunakan taraf signifikansi 0,05 atau 0,01. Apakah suatu koefisien validitas dianggap memuaskan atau tidak, penilaiannya dikembalikan kepada pihak pemakai skala atau kepada mereka yang berkepentingan dalam penggunaan hasil ukur skala yang bersangkutan. Kesahihan item tiap-tiap skala gaya kelekatan dan penyesuaian sosial menggunakan taraf signifikansi $p < 0,05$.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 22/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)22/8/24

Jadi dari semua item dianggap sah adalah item yang mempunyai angka peluang ralat p tidak lebih dari 5% ($p < 0,05$). Adapun untuk mengukur kesahihan suatu skala dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan validitas kontrak (*validitas internal*) dengan teknik korelasi *product moment* dari *Pearson* menggunakan program statistik *SPSS 16.0 for windows*.

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N(\sum X^2) - (\sum X)^2][N(\sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

R_{xy} = koefisien korelasi product moment

N = jumlah subyek

x = jumlah skor aitem

y = jumlah skor total

Standart pengukuran yang digunakan untuk menentukan validitas item berdasarkan pada pendapat Saifuddin Azwar bahwa suatu item dikatakan valid apabila *koefisien korelasi aitem total* (r_{ix}) $> 0,30$. Namun, apabila jumlah item yang valid ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat menurunkan sedikit kriteria dari 0,30 menjadi 0,25 atau 0,20. Adapun standart yang digunakan oleh peneliti untuk menentukan validitas item pada skala gaya kelekatan adalah 0,20 dan pada skala penyesuaian sosial adalah 0,30.

2. Reliabilitas

Azwar (2000) menyatakan istilah reliabilitas sering disamakan dengan *consistency*, *stability*, dan *dependability*, yang pada prinsipnya menunjukkan

sejauhmana hasil pengukuran dapat dipercaya. Implikasinya hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pengukuran terhadap beberapa subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama selama aspek yang diukur dalam diri subjek belum berubah. Reliabilitas alat ukur diperlukan untuk melihat sampai sejauhmana pengukuran itu dapat memberikan hasil yang relatif tidak berbeda jika dilakukan pengukuran kembali pada subjek yang sama (Azwar,2000). Teknik yang digunakan untuk menentukan reliabilitas angket dalam penelitian ini adalah analisis varians model Hoyt, yang rumusnya sebagai berikut:

$$rtt = 1 - \frac{M_{kis}}{M_{ks}}$$

Keterangan :

rtt = Reliabilitas alat ukur.

M_{kis} = Mean kuadrat interaksi sistem X subjek.

M_{ks} = Mean kuadrat antara subjek.

1 = bilangan konstanta.

G. Metode Analisa Data

Pemilihan teknik analisa data dalam penelitian harus disesuaikan dengan tujuan penelitian itu sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana penyesuaian diri ditinjau dari gaya kelekatan pada mahasiswa Fakultas

Psikologi Universitas Medan Area, maka teknik analisa data yang digunakan adalah teknik analisa Varian 1 jalur.

Rumusnya :

A	
A1	A2
X	X

Keterangan :

A : jenis gaya kelekatan

A1 : kelekatan aman

A2 : kelekatan tidak aman

X : penyesuaian diri

Sebelum dilakukan analisa data dengan menggunakan teknik analisa varian 1 jalur maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data-data penelitian, yaitu :

- a. Uji normalitas sebaran, yaitu untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi berdasarkan prinsip kurve normal.
- b. Uji lineritas, yaitu untuk melihat apakah data dari variabel bebas memiliki hubungn dengan data dari variabel tergantung.

BAB V

P E N U T U P

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. Terdapat perbedaan penyesuaian diri yang signifikan ditinjau dari gaya kelekatan. Hasil ini diketahui dengan melihat nilai atau koefisien perbedaan Anava $F = 3,973$ dengan koefisien signifikansi $0,050$. Hal ini berarti nilai signifikansi yang diperoleh sama dengan $0,050$. Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan yang berbunyi ada perbedaan penyesuaian diri ditinjau dari gaya kelekatan, diterima.
2. Selanjutnya dengan melihat nilai rata-rata diketahui bahwa mahasiswa yang bergaya kelekatan aman memiliki penyesuaian diri yang lebih baik dengan nilai rata-rata $93,234$ dibandingkan dengan mahasiswa yang bergaya kelekatan tidak aman dengan nilai rata-rata $88,388$.
3. Secara umum, para mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area memiliki penyesuaian diri yang tergolong rendah, sebab mean/nilai rata-rata hipotetik $>$ mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi SD sebesar $11,172$. Mean atau nilai rata-rata empirik yang diperoleh adalah $91,132$ sedangkan mean hipotetiknya adalah 110 .

B. Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain :

1. Saran Kepada Pihak Universitas

Berpedoman pada hasil penelitian di atas yang menyatakan bahwa para mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang tergolong rendah, maka disarankan kepada pihak Universitas, terutama pada pihak Fakultas agar lebih berupaya mendukung kegiatan mahasiswa, misalnya pada saat siswa atau sekolah mengadakan kegiatan yang menuntut kerja sama. Hal ini sangat penting sebab kegiatan yang dilakukan di sekolah menggambarkan hubungan sosial. Jadi kepada siswa yang kurang mampu mengadakan sosialisasi, para guru hendaknya melakukan pendekatan dan memotivasi siswa untuk bersosialisasi.

2. Saran Kepada Subyek Penelitian

Dalam kehidupan rumah tangga yang akan dibentuk mahasiswa kelak, peneliti mengharapkan agar mahasiswa dapat mengembangkan gaya kelekatan yang aman terhadap anaknya. Hal ini perlu dilakukan karena melihat begitu pentingnya kualitas kelekatan orang tua dengan anak dalam pembentukan kepribadian yang optimal pada diri anak, salah satunya adalah memiliki tingkat penyesuaian diri yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi revisi V. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- _____. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin . 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. 2008. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baradja, A. (2005). *Psikologi perkembangan : Tahapan-tahapan dan aspek-aspeknya*. Jakarta : Studia Press.
- Bretherton, Inge. 1992. The Origins of Attachment Theory: *John Bowlby and Mary Ainsworth*. *Developmental Psychology*, 28, 759-775. (online),(www.Psychology.sunysb.edu/attachment/online/inge_origins.pdf, diakses 9 April 2012).
- Belsky, J. (1988). *Infancy, childhood and adolescence : Clinical implication of attachment*. Lawrence Erlbaum Associate.
- Blatt, S. J. (1996). *Representational structures in psychopatology, development and vulnerabilites in close relationships*. New Jersey : Erlbaum.
- Cicchetti, D. & Linch, M. (1995). *Failure in expectable environment and their impact on individual development : The case of child maltreatment psychopatology. Risk disorder and adaptation. Volume 2*. Halaman 32-71. John Willey and Sons Inc.
- Cicchetti, D & Toth, S.L., (1995). *Developmental psychopatology and disorder of affect : Developmental psychopatology. Risk disorder and adaptation. Volume 2*. Halaman 369-420. John Willey and Sons Inc.
- Collin, V. L. (1996). *Human attachment*. USA : McGraw Hill.
- Collins, N. L. & Feeney, B. C. (2004). Working models of attachment shape perceptions of social support : Evidence from experimental and observational studies. *Journal of Personality and Social Psychology*. Volume 87, 363-383.

- Crowell, J. A., Treboux, D., & Waters, E. (2002). Stability of attachment representations: The transition to marriage. *Journal of Developmental Psychology*. Volume 38, 467-479
- Cassidy, Jude, & Shaver, P.R (Eds.). 2002. *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*, (Online), (<http://book.google.co.id>, diakses pada 7 April 2012)
- Chaplin, C.P. 1989. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali.
- Daradjat, Zakiah. 1982. *Kesehatan Mental*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Davies, D. (1999). *Child development : A practitioner's guide*. New York : The Guildford Press.
- Durkin, K. (1995). *Developmental Social Psychology*. Massachussets : Blackwell Publisher Inc.
- Ervika, Eka. 2005. *Kelekatan (Attachment) Pada Anak*. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Gunarsa, S. 1982. *Dasar dan Teori Perkembangan Anak*. Jakarta: BPK. Gunung Mulia.
- Hagley, A.M. 2008. *Perseptions of Past and Present Attachment Relationship. Tesis: The Ohio University at Newark*, (online), ([http:// biblioteca. Universia.net/htmlbura/ficha/params/id/36824498.html](http://biblioteca.Universia.net/htmlbura/ficha/params/id/36824498.html), diakses pada 31 Maret 2012).
- Hetherington & Parke. (1999). *Chid psychology : A cntemporary view point* (4th ed). USA : Mcgraww-Hill College Companies, Inc.
- Helmi, A.F. 1999. *Gaya Kelekatan dan Konsep Diri*. Jurnal Psikologi no.1, 917. Universitas Gajah Mada.
- . 1999. *Gaya Kelekatan dan Kemarahan..* Jurnal Psikologi Tahun XXVI no.2,6577. Universitas Gajah Mada
- Helmi,A.F, 2004. *Model Teoretik Gaya Kelekatan, Atribusi, Respon Emosi dan Perilaku Marah*. Jurnal Psikologi universitas Gajah Mada.
- Hurlock,E.B.1999. *Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan Edisi V*. Jakarta. Erlangga.
- L'Abate, L. & Michael, A. M. 1987.*Hand Book Of Sosial Skill. Training and Research*. New York: John Wiley and Sons.