

DINAMIKA POLA ASUH DAN GAYA KETERIKATAN PADA INDIVIDU DEWASA AWAL

Nadia Nashwa Kamila¹, Raja Oloan Tumanggor²

^{1,2} Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta

¹nadia.705220177@stu.untar.ac.id, ²rajat@fpsi.untar.ac.id,

ABSTRACT

The parenting styles a person experiences during childhood often contribute to the formation of attachment styles as they enter early adulthood. This study aims to examine the relationship between parenting styles and attachment styles in early adulthood. The background of this research is based on attachment theory, which explains that parenting styles experienced during development play a crucial role in shaping interpersonal relationships in adulthood. This study employed a quantitative approach with a survey method. Participants were young adults selected using judgment sampling, i.e., selection based on research criteria. The instruments used were the Parenting Authority Questionnaire (PAQ) to measure parenting styles and The Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R) to measure attachment styles. Data were analyzed using Spearman's correlation test and age-specific t-tests. The results showed a significant positive relationship between parenting styles and attachment styles in early adulthood ($p = .002$; $r = .147$). Dimensional analysis found that authoritarian parenting was positively associated with insecure attachment, while authoritative parenting was negatively associated with insecure attachment. A significant positive relationship was found between parenting styles and attachment-related anxiety, but no significant relationship was found between parenting styles and attachment-related avoidance. The results of the t-test showed that there was no difference in perceptions of parenting styles across age groups, but there was a significant difference in attachment styles in the early adulthood age group.

Keywords: *parenting styles, attachment styles, early adulthood, attachment anxiety, interpersonal relationships*

ABSTRAK

Pola asuh yang diterima seseorang sejak masa kanak-kanak sering kali berkontribusi pada terbentuknya gaya keterikatan ketika memasuki fase dewasa awal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dengan gaya keterikatan pada dewasa awal. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada teori keterikatan yang menjelaskan bahwa pola pengasuhan yang didapatkan pada masa tumbuh kembang, berperan penting dalam membentuk hubungan interpersonal di masa dewasa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Partisipan penelitian merupakan individu dewasa awal yang dipilih menggunakan judgment sampling, yaitu pemilihan sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan pada penelitian. Instrumen yang digunakan adalah Parenting Authority Questionnaire (PAQ) untuk mengukur pola asuh orang tua dan The Experiences in Close Relationship-Revised (ECR-R) untuk mengukur gaya keterikatan. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman dan uji beda berdasarkan kelompok usia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat

hubungan positif yang signifikan antara pola asuh orang tua dan gaya keterikatan pada dewasa awal ($p = .002$; $r = .147$). Analisis per dimensi ditemukan bahwa pola asuh otoriter berhubungan positif dengan keterikatan tidak aman, sedangkan pola asuh otoritatif berhubungan negatif dengan keterikatan tidak aman. Ditemukan hubungan positif signifikan antara pola asuh dan attachment-related anxiety, namun tidak terdapat hubungan signifikan antara pola asuh dan attachment-related avoidance. Hasil uji beda menunjukkan bahwa persepsi kelompok usia tidak memiliki perbedaan terhadap pola asuh, tetapi gaya keterikatan memiliki perbedaan yang signifikan pada kelompok usia dewasa awal.

Kata Kunci: pola asuh, gaya keterikatan, dewasa awal, kecemasan keterikatan, hubungan interpersonal

A. Pendahuluan

Setiap orang pasti akan bertumbuh dan berkembang dalam kehidupan mereka sejak mereka lahir ke dunia. Perkembangan seseorang dalam kehidupan tentu berpengaruh pada berbagai aspek, baik itu aspek internal maupun aspek eksternal. Sebuah aspek eksternal yang sangat mempengaruhi perkembangan seseorang yakni peran keluarga. Keluarga adalah lingkungan sosial pertama yang akan ditemukan sedari seseorang lahir, terutama orang tua.

Pembentukan sikap, sifat, moral, dan pendidikan anak merupakan dasar yang didapatkan anak melalui keluarga yang akan membantu mereka dalam menyesuaikan diri, dan menjadi dasar dalam proses berkembang mereka di kemudian hari (Ariyanti, 2016 dalam Elminah et al., 2022). Peran orang tua pada

perkembangan anak yaitu bagaimana mereka menerapkan cara pola asuh yang mereka gunakan agar membantu perkembangan anak. Pola asuh merupakan hubungan timbal balik antara orang tua dan anak, bersama peran orang tua memberikan pendidikan, arahan, dan rasa aman dengan tujuan mempersiapkan anak menjadi pribadi dewasa yang sesuai pada nilai serta norma masyarakat (Mano, 2022).

Pola asuh orang tua adalah suatu proses yang pasti terjadi dan akan terus ada pada hubungan diantara orang tua dengan anak mereka pada berbagai situasi dan tempat (Sanchez et al., 2021 dalam Hurrin'in & Supriyanto, 2024). Dengan melakukan penerapan pada pola asuh yang menjadi pendukung perkembangan anak dengan keseluruhan meliputi aspek fisik, emosional, sosial, serta spiritual,

orang tua dapat menciptakan lingkungan yang memungkinkan anak berkembang pesat dan mencapai potensi maksimalnya (Sukiman et al., 2017 dalam Lestarina et al., 2024).

Baumrind (1971) mengatakan pola asuh dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu pola asuh authoritative (demokratis), pola asuh authoritarian (otoriter), beserta pola asuh permissive (permisif) (dalam Papalia & Martorell, 2017). Pola asuh orang tua dapat menimbulkan dampak positif maupun negatif, tergantung bagaimana pola tersebut diterapkan kepada anak. Ketika pola asuh orang tua berlangsung secara tepat, hal ini biasanya memberikan pengaruh yang baik bagi perkembangan dan pertumbuhan anak dalam jangka panjang.

Sebaliknya, pola asuh orang tua yang kurang sesuai dapat menghasilkan dampak yang merugikan, baik pada masa kini maupun di masa mendatang. Anak yang dibesarkan dengan pola asuh orang tua yang hangat umumnya lebih mampu mengekspresikan diri dengan bebas dan terhindar dari perasaan tertekan (Hurrin'in & Supriyanto, 2024). Pola asuh orang tua yang diterima sejak masa kanak-kanak

berperan besar dalam membentuk keterikatan anak dengan orang tua maupun dengan figur signifikan lainnya.

Melalui teori attachment yang diperkenalkan oleh John Bowlby (1969), dijelaskan bahwa bayi secara naluriah membangun hubungan dengan orang dewasa sejak awal kehidupannya sebagai bentuk perlindungan dari ancaman, serta sebagai dasar untuk belajar berinteraksi dan mengenali dunia yang belum ia pahami (dalam Jingtai, 2023). Orang tua menjadi sosok pertama yang hadir dalam kehidupan bayi, sehingga hubungan awal inilah yang mulai mengarahkan pola keterikatan anak ke depannya.

Mary Ainsworth (1978) mendeskripsikan gaya keterikatan sebagai ikatan emosional yang kuat dan bertahan lama antara individu dengan orang terdekatnya (dalam Danahfatin & Rizka, 2024). Ia mengklasifikasikan gaya keterikatan ke dalam tiga kategori, yaitu secure attachment, ambivalent attachment, dan avoidant attachment (dalam Danahfatin & Rizka, 2024). Pada ambivalent/anxiety attachment, seseorang menunjukkan ketergantungan emosional yang

tinggi, namun di sisi lain merasa bahwa orang-orang di sekitarnya tidak benar-benar menginginkan hubungan dekat dengan mereka.

Sementara itu, pada avoidant attachment, individu cenderung menghindari kedekatan emosional dan mengalami kesulitan untuk mempercayai orang lain, serta merasa tidak nyaman dalam hubungan yang bersifat intim (Bayrami et al., 2012 dalam Momeni et al., 2022).

Dari tiga jenis gaya keterikatan tersebut, secure attachment style dipandang sebagai bentuk keterikatan yang paling adaptif. Menurut Sable (2007 dalam Momeni et al., 2022), secure attachment muncul ketika seseorang tumbuh dalam hubungan yang hangat, responsif, dan positif dengan orang tua, sehingga individu tersebut lebih mudah menumbuhkan pandangan optimis mengenai diri sendiri maupun orang lain.

Bila merujuk pada teori gaya keterikatan, dapat dipahami bahwa pola asuh orang tua tidak hanya memberi pengaruh sesaat, tetapi membawa dampak jangka panjang yang dapat bertahan hingga dewasa. Pola asuh tersebut menjadi dasar bagaimana seseorang membangun relasi, merespons kedekatan

emosional, serta menghadapi dinamika hubungan interpersonal sepanjang hidupnya.

Periode transisi dari masa remaja menuju fase dewasa merupakan salah satu tahap perkembangan yang paling menentukan bagi setiap individu. Memasuki usia dewasa awal, seseorang mulai berhadapan dengan realitas kehidupan yang sesungguhnya dan dituntut untuk menavigasi berbagai perubahan penting. Fase ini kerap dianggap sebagai tahap yang penuh dinamika karena individu harus mulai membuat keputusan besar, menyesuaikan diri dengan cepat terhadap situasi yang baru, serta menjalin hubungan sosial yang lebih matang.

Arnett (2006) menyatakan bahwa ciri utama seseorang yang telah memasuki kedewasaan adalah kemampuan untuk bertanggung jawab atas diri sendiri, membuat keputusan secara mandiri, serta mencapai kemandirian finansial (dalam Papalia & Martorell, 2017). Berbagai tekanan yang muncul pada masa dewasa awal sering kali memunculkan kondisi yang dikenal sebagai quarter life crisis. Pada tahap ini, individu mulai diarahkan untuk menata karier,

memulai hubungan yang lebih serius, hingga mempertimbangkan pembentukan keluarga.

Kementerian Kesehatan juga menggambarkan bahwa munculnya quarter life crisis dapat dipicu oleh beberapa hal, seperti keharusan memilih jalur karier, pengalaman hidup mandiri untuk pertama kalinya, hingga kebutuhan mengambil keputusan jangka panjang yang membawa konsekuensi besar bagi masa depan (Tempo.co, 2024).

Peneliti mewawancarai tiga orang yang berada pada usia dewasa awal untuk menggali pengalaman mereka terkait pola asuh orang tua dalam keluarga. Salah satu narasumber, DN, menggambarkan bahwa ia dibesarkan dengan pola asuh demokratis. DN merasa orang tuanya memberikan ruang baginya untuk mengungkapkan pendapat, namun tetap menetapkan aturan keluarga yang harus dipatuhi. Meski DN beberapa kali melanggar aturan tersebut dan sempat membuat orang tuanya marah, pada akhirnya orang tuanya menyesuaikan aturan tersebut agar lebih fleksibel dan menjadi titik tengah bagi kedua belah pihak.

Menurut DN, keseimbangan antara dukungan emosional dan

batasan yang diterapkan membuatnya merasa nyaman, sehingga ia jarang melakukan pelanggaran karena aturan yang ada tidak terasa memberatkan. Dalam menghadapi keputusan besar, DN biasanya meminta arahan dari orang tuanya, terutama ketika ia merasa belum mampu memutuskannya sendiri. DN juga tidak mengalami hambatan dalam membangun relasi dengan orang lain dan lebih memilih menyesuaikan gaya komunikasinya dengan lawan bicara. Ia merasa lebih mudah untuk terbuka kepada orang tuanya, meskipun ia tetap dapat bercerita dengan teman-temannya tanpa merasa kesulitan (komunikasi personal dengan DN).

Narasumber AR menceritakan bahwa ia dibesarkan dalam pola asuh otoriter. Menurut AR, ia jarang sekali mendapat ruang untuk menyampaikan pandangan pribadi karena pendapat yang ia utarakan hampir selalu dianggap kurang tepat atau langsung dibantah oleh orang tuanya. AR juga tidak pernah berani melanggar aturan keluarga sebab rasa takut terhadap konsekuensi dari orang tuanya sangat besar. Sejak kecil hingga memasuki usia dewasa, AR merasakan bahwa orang tuanya

lebih menekankan aspek kedisiplinan, baik dalam urusan sepele maupun hal besar seperti pendidikan. AR menuturkan salah satu pengalamannya ketika ingin memilih jurusan kuliah sesuai minatnya.

Namun, keinginannya ditolak dan orang tuanya justru mengarahkan AR untuk mengambil jurusan yang mereka anggap terbaik. Situasi ini membuat AR sering kebingungan saat harus menentukan pilihan, karena keputusan orang tuanya selalu menjadi yang paling dominan. Dampak yang dirasakannya adalah tumbuhnya rasa tidak percaya diri dalam menjalankan berbagai aktivitas yang sebenarnya ingin ia lakukan. Dalam hubungan sosial, AR mengakui bahwa dirinya sulit membangun kedekatan emosional bila orang lain tidak menunjukkan ketertarikan terlebih dahulu.

Sebaliknya, bila pihak lain terlihat cukup terbuka, AR dapat dengan cepat menjalin hubungan yang lebih dekat. AR merasa lebih nyaman jika orang lain mengambil langkah awal dalam interaksi. Meskipun ia mampu menyampaikan perasaannya kepada orang terdekat yang benar-benar ia percaya, proses tersebut membutuhkan keberanian

besar dan tidak dapat dilakukan dengan mudah (komunikasi personal dengan AR).

Narasumber LA menggambarkan masa tumbuh kembangnya yang berada dalam pola asuh permisif. Menurut LA, orang tuanya memberikan keleluasaan yang sangat besar dalam mengekspresikan pendapat. Bahkan, dalam beberapa situasi penting, LA diberikan kesempatan untuk menentukan pilihan sendiri tanpa banyak campur tangan. Saat LA melakukan pelanggaran terhadap aturan keluarga, respons orang tuanya biasanya hanya berupa teguran ringan, tanpa hukuman atau konsekuensi yang tegas. LA menilai bahwa sebagai anak laki-laki, ia mendapatkan kepercayaan dan kebebasan yang cukup besar dari orang tuanya. LA mengungkapkan bahwa ia tidak mengalami hambatan berarti dalam pengambilan keputusan karena tidak pernah merasa dikekang.

Bagi orang tuanya, pilihan apapun yang LA ambil dianggap sebagai hal terbaik selama itu membuatnya merasa nyaman. LA menceritakan salah satu pengalamannya ketika ia ingin pindah kampus karena merasa kurang cocok dengan kampus

sebelumnya. Orang tua LA menyetujui permintaan tersebut dengan penuh dukungan, meskipun keputusan itu membuat LA harus memulai perkuliahan dari awal dan memperpanjang masa studinya. Dalam kehidupan sosial, LA tidak kesulitan menjalin relasi, terutama dalam lingkup pertemanan, namun ia cenderung selektif dalam memilih orang yang ingin ia dekati.

Berbeda halnya dengan hubungan romantis, LA mengakui bahwa ia cukup kesulitan memulai hubungan asmara karena sering merasa ragu dan bingung dalam mengambil langkah pertama. LA juga menyebut dirinya sebagai pribadi yang cenderung tertutup. Baginya, mengutarakan perasaan bukanlah hal sederhana, melainkan proses yang membutuhkan pertimbangan matang dan rasa tanggung jawab yang besar (komunikasi personal dengan LA).

Dari hasil wawancara pada tiga narasumber yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa setiap pola asuh tentu memiliki dampak yang berbeda-beda. Seperti narasumber DN yang bisa bebas berekspresi, baik dengan orang tuanya maupun dengan orang-orang disekitarnya. DN bisa berkomunikasi dengan baik dan tidak

merasa ada kesulitan dalam kehidupan bersosial.

Lain hal dengan narasumber AR, AR menjadi individu yang serba takut dan ragu karena pola asuh otoriter membuat AR kurang percaya diri. Berbeda dengan narasumber LA yang cenderung bebas melakukan apa saja dan bisa menentukan apa saja yang diinginkan tanpa merasa takut orang tua tidak mendukung keputusan yang diambil, sehingga LA menjadi pribadi yang lebih bebas dan mengikuti keinginannya sendiri.

Peneliti menetapkan dewasa awal sebagai subjek penelitian karena pada fase perkembangan ini individu berada pada masa transisi yang sarat tuntutan, sehingga mereka sangat membutuhkan dukungan dari lingkungan terdekat. Berbagai tekanan yang muncul terutama terkait tugas perkembangan dewasa awal mendorong mereka untuk mencari dukungan sosial agar mampu mengelola beban emosional yang muncul. Dukungan tersebut berperan penting dalam membantu individu menenangkan diri, menjaga stabilitas emosi, serta mengurangi reaksi-reaksi negatif (Wijaya & Saprowi, 2022 dalam Afifah et al., 2025).

Dengan memahami bagaimana pola asuh orang tua berhubungan dengan gaya keterikatan pada dewasa awal, penelitian ini diharapkan dapat membantu dewasa awal mengenali pola hubungan mereka, meningkatkan kemampuan adaptasi, dan mengembangkan keterampilan sosial yang positif dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian yang dilakukan oleh Inriani (2019) sebelumnya menyoroti keterkaitan antara pola asuh orang tua dan gaya kelekatan pada remaja awal. Ia menemukan bahwa bentuk kelekatan pada tahap perkembangan tersebut tidak hanya terbangun melalui hubungan dengan orang tua, tetapi juga lewat interaksi dengan teman sebaya maupun individu lain di sekitar remaja. Menariknya, hasil uji hipotesis dalam studi tersebut memperlihatkan banyak temuan yang tidak signifikan, sehingga berbeda dari berbagai penelitian lain yang meneliti topik serupa.

Studi lain oleh Elan dan Handayani (2023) menegaskan pentingnya pola asuh orang tua dalam membentuk karakter anak sejak usia dini. Mereka menjelaskan bahwa keberhasilan seorang anak tidak hanya ditentukan oleh lembaga

pendidikan formal, tetapi juga oleh lingkungan keluarga dan komunitas terdekat yang ikut memengaruhi proses belajar serta perkembangan awal anak.

Adapun penelitian yang dilakukan Hurrin'in dan Supriyanto (2024) mengkaji hubungan antara pola asuh orang tua dan toleransi pada mahasiswa. Mengacu pada pandangan Allport (dalam Cuadrado et al., 2021), mereka menjelaskan bahwa pendidikan yang diterima individu, kemampuan berempati, serta pengalaman masa kecil merupakan faktor-faktor yang dapat membentuk tingkat toleransi seseorang.

Alasan pemilihan judul penelitian ini didasarkan pada belum ditemukannya kajian yang secara langsung mengaitkan pola asuh orang tua dengan gaya keterikatan pada kelompok dewasa awal. Sebagian besar penelitian terdahulu yang menyoroti kedua variabel tersebut umumnya berfokus pada anak usia dini atau remaja awal, sehingga kelompok dewasa awal masih jarang dijadikan sasaran kajian.

Selain itu, penelitian sebelumnya lebih banyak memadukan pola asuh orang tua dengan variabel lain, seperti kecerdasan emosi, penyesuaian diri,

maupun berbagai aspek perkembangan personal lainnya. Hingga saat ini, belum tersedia penelitian yang menelaah secara spesifik bagaimana jenis pola asuh orang tua berhubungan dengan gaya keterikatan pada individu yang berada di tahap dewasa awal padahal fase ini merupakan masa transisi yang sarat tuntutan dan menuntut kualitas hubungan keterikatan yang adaptif dan sehat.

Kekosongan kajian tersebut menjadi celah penelitian yang ingin diisi oleh peneliti, sehingga penelitian ini secara khusus diarahkan untuk menguji kedua variabel tersebut dalam konteks dewasa awal. Oleh karena itu rumusan masalah pada penelitian ini apakah terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan gaya keterikatan pada dewasa awal?

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif korelasional. Data penelitian akan diperoleh melalui formulir Google Form yang diisi langsung oleh responden sesuai dengan instrumen yang telah disiapkan. Instrumen yang digunakan terdiri dari Parenting Authority

Questionnaire (PAQ) sebagai alat ukur guna memperoleh pengetahuan terkait jenis pola asuh orang tua yang dialami partisipan, serta The Experience in Close Relationship-Revised (ECR-R) yang dipergunakan menjadi penilai gaya keterikatan yang dimiliki partisipan.

Setting penelitian ini dilakukan pada ruang lingkup individu dewasa awal seperti universitas, dengan Google Form sebagai alat pengumpulan data. Peralatan penelitian dalam hal pengumpulan data menggunakan Google Form dengan tujuan untuk memudahkan partisipan dalam mengisi kuesioner dan bisa dilakukan dimana saja.

Adapun perangkat yang digunakan dalam proses penelitian meliputi: (a) smartphone, laptop, atau komputer sebagai sarana bagi partisipan untuk mengakses dan mengisi kuesioner, (b) Google Form sebagai platform penyebaran instrumen penelitian, (c) berbagai aplikasi komunikasi seperti Line, Whatsapp, Instagram, dan Twitter yang berfungsi untuk menjangkau partisipansesuai dengan kriteria yang telah ditentukan, dan (d) Microsoft Excel beserta perangkat lunak

Statistical Package for the Social Science (SPSS) yang digunakan dalam tahap pengolahan serta analisis data yang diperoleh dari responden.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil statistik deskriptif mengenai pola asuh orang tua pada dewasa awal, jumlah total partisipan yang valid adalah 455. Skor pola asuh orang tua memiliki rentang nilai dengan skor minimum 1.77 dan skor maksimum 3.87. Rata-rata (mean) pola asuh orang tua dewasa awal berada pada angka 2.74 dengan standar deviasi sebesar 0.37. Mean hipotetik pada variabel pola asuh orang tua menunjukkan angka 2.5. Data ini menunjukkan bahwa variasi skor pola asuh orang tua antar partisipan tidak memiliki variasi yang terlalu besar.

Berdasarkan hasil statistik deskriptif mengenai dimensi pola asuh orang tua pada individu dewasa awal, diperoleh hasil bahwa dimensi pola asuh otoritatif memiliki rata-rata tertinggi (3.26). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan mengalami pola asuh otoritatif dari orang tua mereka, yaitu pola asuh yang ditandai dengan kehangatan,

komunikasi yang terbuka, serta pemberian kebebasan yang disertai dengan batasan yang jelas. Sedangkan, dimensi pola asuh otoriter memiliki rata-rata terendah (2.51). Hasil ini membuktikan bahwa pola asuh otoriter jarang dialami oleh partisipan. Pola asuh otoriter merupakan pola asuh yang menekankan kontrol ketat dan kepatuhan tanpa banyak kesempatan untuk berdiskusi, sehingga pola asuh ini lebih jarang dialami oleh individu dewasa awal.

Hasil statistik deskriptif mengenai gaya keterikatan pada individu dewasa awal, jumlah total partisipan yang valid adalah 455. Skor gaya keterikatan memiliki rentang nilai dengan skor minimum 1.19 dan skor maksimum 6.28. Rata-rata (mean) gaya keterikatan dewasa awal berada pada angka 3.42 dengan standar deviasi sebesar 1.301. Mean hipotetik pada variabel gaya keterikatan menunjukkan angka 4. Data ini menunjukkan bahwa variasi skor gaya keterikatan antar partisipan memiliki variasi yang tinggi. Artinya, partisipan dalam penelitian ini memperlihatkan perbedaan yang cukup beragam pada gaya keterikatan mereka.

Berdasarkan hasil statistik deskriptif mengenai dimensi gaya keterikatan pada individu dewasa awal, diperoleh temuan bahwa dimensi attachment-related anxiety scale memiliki nilai rata-rata tertinggi (4.09). Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian partisipan cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dalam hubungan dekat. Individu dengan tingkat attachment-related anxiety scale yang tinggi, biasanya memiliki kekhawatiran yang berlebih terhadap penolakan, kehilangan, atau kurang mendapatkan perhatian dari orang yang dianggap penting. Sementara itu, dimensi attachment-related avoidance scale memiliki rata-rata yang lebih rendah (2.82). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan kurang memiliki kecenderungan menghindar terhadap kedekatan emosional dengan orang terdekat.

Diperoleh juga hasil uji normalitas yang menggunakan Kolmogorov-Smirnov Test. Penggunaan Kolmogorov-Smirnov Test bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi secara normal atau tidak normal. Jika data menunjukkan nilai signifikan lebih dari 0.05 (> 0.05), maka data akan

dinyatakan berdistribusi secara normal. Sebaliknya, jika data menunjukkan nilai signifikan kurang dari 0.05 (< 0.05), maka data akan dinyatakan berdistribusi tidak normal.

Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov Test, menunjukkan nilai signifikansi $< .001$ pada variabel pola asuh orang tua dan gaya keterikatan. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa data pada kedua variabel tidak berdistribusi secara normal.

Dikarenakan data yang berdistribusi tidak normal, maka olah data selanjutnya yaitu uji korelasional akan menggunakan korelasi Spearman yang merupakan uji korelasi nonparametrik.

Uji korelasi menggunakan Spearman's rho memiliki persyaratan bahwa ketika suatu data menunjukkan nilai signifikansi atau p kurang dari 0.05 (< 0.05), maka hasil menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan. Apabila nilai r mendekati angka 1, maka terdapat hubungan positif. Namun apabila nilai r mendekati angka -1, maka terdapat hubungan negatif. Jika nilai r menunjukkan angka 0, maka tidak ada hubungan antara kedua variabel.

Hasil analisis korelasi Spearman's rho dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan positif yang signifikan. Nilai signifikansi menunjukkan angka $p = .002$ dan $r = .147$, artinya ketika pola asuh orang tua yang diterapkan positif, semakin tinggi pula tingkat keterikatan yang dimiliki individu terhadap orang terdekatnya.

Hasil uji korelasi antara dimensi pola asuh orang tua dengan gaya keterikatan memiliki nilai korelasi yang bervariasi. Dimensi pola asuh permisif memiliki nilai korelasi $r = .003$ dengan nilai signifikansi $p = .948$. Dimensi pola asuh permisif tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan gaya keterikatan pada dewasa awal. Dimensi pola asuh otoriter memiliki nilai korelasi $r = .761$ dengan nilai signifikansi $p = <.001$, yang berarti dimensi pola asuh otoriter memiliki hubungan positif yang signifikan dengan gaya keterikatan. Dimensi pola asuh otoritatif memiliki nilai korelasi $r = -.382$ dengan nilai signifikansi $p = <.001$, yang berarti memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan gaya keterikatan. Berdasarkan hasil tersebut, menunjukkan bahwa terdapat

hubungan yang signifikan antara kedua variabel, meskipun kekuatan hubungannya tergolong lemah.

Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa pola asuh orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan gaya keterikatan pada dewasa awal. Hal ini memperkuat teori Bowlby dan Ainsworth yang menjelaskan bahwa pengalaman pengasuhan sejak kecil membentuk pola hubungan emosional yang terbawa hingga dewasa. Pola asuh yang hangat, responsif, dan konsisten membantu individu merasa aman, mempercayai orang lain, serta membangun hubungan dekat secara sehat.

Pada dimensi pola asuh, hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh otoriter berhubungan positif dengan gaya keterikatan tidak aman. Hal ini sejalan dengan penjelasan Prasetya et al. (2023 dalam skripsi) yang menyatakan bahwa pola asuh otoriter dapat menurunkan kepercayaan diri serta menyulitkan individu dalam bersosialisasi, sehingga berpotensi membentuk pola keterikatan yang kurang aman.

Sementara itu, pada pola asuh otoritatif, penelitian ini menemukan hubungan negatif yang signifikan

dengan gaya keterikatan tidak aman. Pola asuh otoritatif yang ditandai dengan kehangatan, komunikasi terbuka, dan batasan yang jelas, cenderung menghasilkan perkembangan emosional positif. Hal ini sejalan dengan Papalia & Martorell (2017) serta temuan Amiro (2019 dalam Kabri et al., 2024) yang menyatakan bahwa pola asuh hangat dan responsif mendukung hubungan interpersonal yang adaptif dalam jangka panjang. Dengan demikian, hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menekankan peran pengasuhan positif dalam membentuk kemampuan individu membangun hubungan yang aman secara emosional.

Namun demikian, penelitian ini menemukan bahwa pola asuh tidak berhubungan signifikan dengan dimensi attachment-related avoidance. Hal ini dapat dijelaskan melalui penjelasan Mikulincer & Shaver (dalam Hasian & Ariela, 2020) bahwa kecenderungan menghindari kedekatan dalam hubungan tidak hanya dipengaruhi pengalaman masa kecil, tetapi juga pengalaman hubungan setelah masa remaja, seperti hubungan romantis, pertemanan, dan penyesuaian diri

selama memasuki dewasa awal. Dengan demikian, aspek avoidance tidak selalu dikaitkan secara langsung dengan pola pengasuhan yang diterima individu.

Pada uji beda berdasarkan usia, penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan persepsi pola asuh antar kelompok dewasa awal. Hal ini dapat dipahami karena pola asuh merupakan pengalaman masa kecil yang sifatnya relatif stabil. Namun, terdapat perbedaan pada gaya keterikatan berdasarkan usia, yang sejalan dengan pandangan Papalia dan Martorell (2017) bahwa keterikatan pada masa dewasa bersifat dinamis dan dapat berubah mengikuti pengalaman baru serta tuntutan perkembangan pada masa dewasa awal.

Jika dibandingkan dengan penelitian terdahulu, hasil penelitian ini memiliki beberapa kesesuaian dan perbedaan. Penelitian Inriani (2019) menemukan hubungan pola asuh dengan kelekatan pada remaja awal, namun dengan hasil yang bervariasi pada beberapa dimensi. Hal ini berbeda dengan penelitian ini yang menemukan hubungan signifikan pada sebagian besar dimensi

keterikatan, kemungkinan karena subjek dewasa awal memiliki pengalaman interpersonal yang lebih kompleks sehingga pola keterikatan lebih terlihat.

Selain itu, penelitian Elan & Handayani (2023) serta Hurrin'in & Supriyanto (2024) sama-sama menekankan bahwa pola asuh mempengaruhi perkembangan sosial dan emosi anak, sehingga mendukung temuan penelitian ini bahwa pengasuhan tetap memiliki dampak jangka panjang hingga individu memasuki dewasa awal.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa pola asuh merupakan dasar yang penting dalam pembentukan gaya keterikatan, namun bukan satu-satunya faktor yang berpengaruh. Pengalaman interpersonal pada masa dewasa awal juga memiliki peran besar dalam membentuk cara individu menjalin hubungan dekat, sehingga keterikatan pada dewasa awal merupakan hasil kombinasi antara pengalaman masa kecil dan pengalaman sosial sepanjang perkembangan.

Kelebihan penelitian ini adalah jumlah partisipan yang besar ($N = 455$) sehingga meningkatkan kekuatan analisis statistik dan

membuat hasil penelitian lebih stabil. Selain itu, seluruh alat ukur yang digunakan memiliki reliabilitas yang baik, sehingga hasil penelitian dapat dianggap konsisten dan dapat diandalkan. Penelitian ini juga secara spesifik mengkaji hubungan pola asuh dengan gaya keterikatan pada dewasa awal, sesuatu yang belum banyak diteliti dalam penelitian sebelumnya yang tercantum dalam skripsi.

Keterbatasan penelitian ini adalah penggunaan instrumen self-report yang mengandalkan ingatan partisipan terhadap pengalaman pola asuh pada masa kecil. Kondisi ini dapat menimbulkan bias ingatan (recall bias), karena persepsi partisipan dapat dipengaruhi pengalaman hidup baru, kondisi emosi saat ini, atau interpretasi subjektif yang berbeda dari kejadian sebenarnya. Oleh karena itu, hasil penelitian perlu diinterpretasikan dengan mempertimbangkan kemungkinan adanya bias persepsi dalam pelaporan pola asuh masa kecil.

D. Kesimpulan

Terdapat hubungan positif yang signifikan antara pola asuh orang tua

dengan gaya keterikatan pada dewasa awal. Hal ini menunjukkan bahwa apabila pola asuh yang diterapkan orang tua mendukung perkembangan secara positif dan sehat, semakin besar kecenderungan individu untuk memiliki gaya keterikatan yang lebih adaptif, meskipun hubungan yang terjadi tergolong lemah. Sebaliknya, apabila jenis pola asuh yang diterapkan kurang mendukung perkembangan individu, maka gaya keterikatan yang terbentuk cenderung tidak aman.

Pada analisis dimensi, pola asuh otoriter menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan dengan gaya keterikatan tidak aman. Berbeda dengan pola asuh otoritatif yang menunjukkan hubungan negatif signifikan dengan gaya keterikatan tidak aman. Pola asuh permisif tidak menunjukkan hubungan. Pada dimensi keterikatan, attachment-related anxiety memiliki hubungan positif signifikan dengan pola asuh orang tua, sedangkan attachment-related avoidance tidak memiliki hubungan signifikan. Uji data tambahan yaitu uji beda menunjukkan hasil bahwa berdasarkan usia, pola asuh orang tua tidak memiliki perbedaan. Namun, pada gaya

keterikatan memiliki perbedaan jika dilihat berdasarkan usia. Berdasarkan hasil penelitian ini, hasil menegaskan bahwa pola asuh orang tua yang diterapkan masa kecil tetap memiliki kontribusi terhadap terbentuknya gaya keterikatan pada masa dewasa awal.

Sebagai saran melalui penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan mix method atau metode campuran untuk memperoleh gambaran yang lebih beragam dan dari berbagai aspek. Untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan alat ukur tambahan atau analisis lanjutan seperti regresi untuk memahami peran pada setiap dimensi pola asuh secara detail. Selain itu, diharapkan penelitian selanjutnya dapat menjelaskan masalah-masalah yang terjadi terkait kedua variabel ini. Dengan demikian penelitian bisa lebih menjelaskan dampak yang dapat timbul apabila tidak memperhatikan kedua variabel ini pada kehidupan individu dewasa awal.

Untuk saran praktis dengan memahami jenis gaya keterikatan yang dimiliki dapat membantu untuk lebih mengenali pola hubungan yang terbentuk dari pengalaman tumbuh kembang masa kecil. Dengan

memahami jenis gaya keterikatan yang dimiliki, individu dapat mulai memperbaiki cara membangun hubungan interpersonal yang lebih aman. Hal ini bisa dilakukan dengan mengembangkan keterampilan dalam membangun hubungan yang lebih sehat, melatih komunikasi yang lebih terbuka, serta meningkatkan self-awareness.

Saran bagi orang tua diharapkan lebih berhati-hati dalam menerapkan komunikasi dalam keluarga. Pola asuh otoritatif terbukti memiliki hubungan yang lebih sehat dengan perkembangan keterikatan anak hingga memasuki usia dewasa. Sebaliknya, pola asuh yang terlalu otoriter atau terlalu permisif perlu dihindari karena dapat menimbulkan kecemasan atau ketidakamanan emosional yang dapat terbawa hingga masa dewasa. Ketika orang tua telah memahami jenis pola asuh mana yang selama ini diterapkan dalam keluarga, dapat memperbaiki cara komunikasi dalam keluarga agar lebih mengarah kepada pola asuh yang lebih aman. Hal ini dapat dilakukan dengan cara lebih memberikan dukungan kepada keputusan yang anak buat, memberikan kontrol yang porsi yang

cukup, serta mencoba memahami isi hati dan pikiran anak.

Bagi lembaga konseling penelitian ini dapat menjadi dasar untuk membuat program psikoedukasi, program persiapan pengasuhan yang sehat kepada anak bagi calon orang tua, serta program kesehatan mental pada dewasa awal. Program ini dapat membantu individu dewasa awal yang memiliki hubungan dekat dengan orang lain untuk lebih memahami pola keterikatan yang mereka miliki, serta mengembangkan relasi interpersonal yang lebih sehat di lingkungan mereka maupun kehidupan pribadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N., Wihartati, W., & Ikhrom. (2025). Dukungan sosial teman sebaya pada dewasa awal yang mengalami quarter- life crisis. *Jurnal Psimawa*, 8, 29–35. http://jurnal.uts.ac.id/index.php/P_SIMAWA
- Arsyad, K. M. (2020). Pola asuh orang tua pada anak usia dini dalam pembentukan perilaku agama dan sosial. *AKTUALITA Jurnal Penelitian Sosial dan Keagamaan*, 10.
- Asrulla, Risnita, Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan sampling (kuantitatif), serta pemilihan informan kunci (kualitatif) dalam pendekatan

- praktis. Jurnal Pendidikan Tambusai, 7.
- Astutik, E. W., Fadilah, I. R., Oktavia, D. M., & Aini, D. K. (2024). Strategi komunikasi efektif untuk membangun pertemanan yang sehat pada mahasiswa baru UIN Walisongo Semarang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 9, 4245-4250. <https://jurnalpengabdianmasyarakatbangsa.com/index.php/jpmba/index>
- Danahfatin, A., & Rizka, C. M. (2024). Pengaruh attachment styles terhadap ketergantungan emosional remaja berpacaran. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 15. <https://journal.paramadina.ac.id/index.php/inquiry/article/view/1031>
- Emerging adulthood defined. (2025, January 8). Lumen Learning. <https://courses.lumenlearning.com/suny-lifespandevelopment/chapter/emerging-adulthood-defined>
- Elizabeth, & Ariela, J. (2020). Forecasting relationship quality of Indonesian newlywed individuals: A quantitative study on the role of attachment. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*. <https://doi.org/10.1080/21507686.2020.1781668>
- Elan, E., & Handayani, S. (2023). Pentingnya peran pola asuh orang tua untuk membentuk karakter anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2951–2960. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.2968>
- Elminah, Hesrawati, E. D., & Syafwandi. (2022). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap perilaku sosial pada anak usia dini. *Jurnal Sosial dan Teknologi (SOSTECH)*, 2.
- Fatimah, Z. (2019). Pengaruh kecerdasan emosi dan pola asuh terhadap adiksi internet pada mahasiswa [Skripsi sarjana, UIN Jakarta]. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/49109>
- Hasian, B. J., & Ariela, J. (2020). Peran attachment terhadap self-esteem pada dewasa muda diselingkuhi. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 4(3), Article 2837. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v4i3.2837>
- Hurri'in, N. M., & Supriyanto. (2024). Hubungan pola asuh orang tua dan toleransi pada mahasiswa. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi (SEMNASPSI)*. <https://ejurnal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/SEMNASPSI/article/view/4150>
- Jingtai, H. (2023). Impact of attachment style and school bullying. *SHS Web of Conferences*, 180, Article 03024. <https://doi.org/10.1051/shsconf/202318003024>
- Kabri, Y., Yati, I., Lie, N., Ardiansyah, A. A., & Triana, M. (2024). Pola asuh orang tua: A systematic literature review (SLR). *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 2(2). <https://doi.org/10.57235/jerumi.v2i2.3416>

- Khoirunnisa, A. F. (2025). Hubungan antara pola asuh otoriter dengan quarter life crisis pada dewasa awal di Kota Semarang [Skripsi sarjana, Universitas Islam Sultan Agung].
<https://repository.unissula.ac.id/id/eprint/39726>
- Krisdhianti, F. E., & Suminar, D. R. (2024). Pengaruh antara attachment styles dengan kecemburuan [Skripsi sarjana, Universitas Airlangga].
https://repository.unair.ac.id/133621/1/Thesis_Febycia%20Eprilie%20Krisdhianti_112011133152.pdf
- Lestarina, N. N. W., Purwantini, D., & Wiguna, Y. (2024). Pola asuh orang tua dan tingkat percaya diri mahasiswa Stikes di Surabaya. *Mahesa: Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan Mental*, 4(7), Article 14637.
<https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i7.14637>
- Lina, A. R. (2024). Pengaruh pola asuh otoriter terhadap pembentukan inner child pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung [Skripsi sarjana, UIN RadenIntan].
<https://repository.radenintan.ac.id/36682/>
- Liu, C., & Rahman, M. N. A. (2022). Relationship between parenting style and sibling conflicts: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.936253>
- Manik, E. P. K. (2024). Pengaruh pola asuh otoriter terhadap kesejahteraan psikologis anak. *Circle: Jurnal Antropologi Budaya*, Article 105.
<http://www.circle-archive.com/index.php/carc/article/view/105/103>
- Mano, H. J. A., & Soetjiningsih, C. H. (2022). Pola asuh otoriter dan kecerdasan emosi remaja di Jayapura. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling*, 13(1).
<https://doi.org/10.23887/jibk.v13i1.42441>
- Momeni, K., Amani, R., Janjani, P., Majzoobi, M. R., Forstmeier, S., & Nosrati, P. (2022). Attachment styles and happiness in the elderly: The mediating role of reminiscence styles. *BMC Geriatrics*.
<https://doi.org/10.1186/s12877-022-03053-z>
- Ningsih, A. S. (2022). Pengaruh pola asuh orang tua dan lingkungan terhadap kemandirian anak pada siswa kelas V di SD Negeri 58/IX Tempino. *Jurnal Pendidikan Tematik DIKDAS*, 7(1), 60–74.
<https://doi.org/10.22437/jptd.v7i1.19535>
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2017). *Experience human development* (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Prasetya, F. F. D., Setiowati, A., & Astuti, B. (2023). Hubungan pola asuh otoriter orang tua dengan sikap insecure pada siswa. *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling)*, 7.
<https://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SNBK/article/view/4665/3526>
- Putri, D. A. (2025). Hubungan pola asuh orang tua dengan kemandirian diri personal hygiene anak usia 3-5 tahun di TK Dharma

Wanita Pati [Skripsi sarjana,
Universitas Islam Sultan
Agung].

https://repository.unissula.ac.id/39231/1/Ilmu%20Keperawatan_30902100054_fullpdf.pdf

Santaguida, E., & Bergamasco, M. (2024). A perspective-based analysis of attachment from prenatal period to second year postnatal life. *Frontiers in Psychology*.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1296242>

Slamet, R., & Wahyuningsih, S. (2022). Validitas dan reliabilitas terhadap instrumen kepuasan kerja. *Aliansi: Jurnal Manajemen & Bisnis*, 51–58.

Tempo.co. (2024, January 8). Mengenal quarter life crisis, ciri-ciri, dan cara menghadapinya.

<https://www.tempo.co/ekonomi/mengenal-quarter-life-crisis-ciri-ciri-dan-cara-menghadapinya-100284>

Wulandri, D., & Batubara, M. (2023). Uji validitas adaptasi konstruk happiness at work pada karyawan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Ilmu Psikologi*, 11(1), 65–71.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i1>

Yunus, A. W. (2023). Hubungan antara attachment style dengan kekerasan pada perempuan dewasa yang telah menikah di Kota Makassar. *Peshum*, 3.
<https://ulilalbabinstitute.id/index.php/PESHUM/article/view/2651>