
PERBEDAAN TINGKAT HARGA DIRI DITINJAU BERDASARKAN *ADULT ATTACHMENT STYLE* PADA *EMERGING ADULTHOOD*

Velicia Aprilia Nur Qolby, Primatia Yogi Wulandari

Universitas Airlangga

Email: Veliciaaprilianurqolby@gmail.com, primatia.yogi@psikologi.unair.ac.id

Abstract

This research aims to find out whether there are differences in levels of self-esteem when viewed based on adult attachment style. Adult attachment style is the tendency to be attached to a significant other, which has four types, namely 1) secure, 2) fearful, 3) preoccupied, 4) dismissive. The research was conducted in emerging adulthood with an age range of 18 to 25 years, with a total of 100 subjects. Consisting of 80 women and 20 men. The measuring instrument used in this research consists of two scales, namely the RSES measuring instrument to measure the level of self-esteem adapted by Awar (2017) and the ASQ measuring instrument to determine the type of attachment adapted by Fitriana (2016), a reliability test and a validity test were used. on this scale. Data analysis was carried out using non-parametric methods, namely kruskal-wallis, post-hoc, and chi-square using SPSS version 25 software. The results of the study showed that there were differences in levels of self-esteem based on adult attachment style. Secure has a high level of self-esteem, preoccupied and dismissive has a medium level of self-esteem, and fearful has a low level of self-esteem. In this research, gender is one of the influential factors in influencing the level of self-esteem.

Keyword: *Emerging Adulthood, Self-esteem, Adult attachment style*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat harga diri apabila ditinjau berdasarkan *adult attachment style*. *Adult attachment style* merupakan kecenderungan kelekatan pada *significant other*, dimana memiliki empat tipe yakni 1) *secure*, 2) *fearful*, 3) *preoccupied*, 4) *dismissive*. Penelitian dilakukan pada *emerging adulthood* yang memiliki rentang usia 18 hingga 25 tahun, dengan jumlah subjek 100 orang. Terdiri dari 80 orang perempuan dan 20 orang laki-laki. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari dua skala yakni alat ukur RSES untuk mengukur tingkat harga diri yang diadaptasi oleh Awar (2017) dan alat ukur ASQ untuk menentukan tipe *attachment* yang diadaptasi oleh Fitriana (2016), dilakukan uji reliabilitas dan uji validitas terpakai pada skala ini. Analisis data dilakukan dengan metode non parametrik, yakni *kruskal-wallis*, *post-hoc*, dan *chi-square* menggunakan software SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat harga diri ditinjau berdasarkan *adult attachment style*. Tingkat harga diri tinggi dimiliki oleh *secure*, tingkat harga diri sedang dimiliki oleh *preoccupied* dan *dismissive*, tingkat harga diri rendah dimiliki oleh *fearful*. Pada penelitian ini, jenis kelamin menjadi salah satu faktor yang berpengaruh dalam mempengaruhi tingkat harga diri.

Kata Kunci: *Emerging Adulthood*, Harga Diri, *Adult Attachment Style*

Diserahkan: 20-10-2023;

Diterima: 05-11-2023;

Diterbitkan: 20-11-2023

PENDAHULUAN

Emerging Adulthood merupakan masa transisi dari remaja menjadi dewasa yang berada pada rentang usia 18 hingga 25 tahun. Masa ini ditandai dengan jiwa penuh eksplorasi, ketidakstabilan, berfokus pada diri sendiri, merasa di fase pertengahan, dan penuh dengan berbagai kemungkinan (Arnett, 2015). Karakteristik lain yang menandai masa *emerging adulthood* adalah individu memiliki kemampuan kognitif berada di tingkat remaja, yang dibuktikan dengan kemampuan penalaran, pemrosesan informasi, dan pengambilan keputusan yang berkembang (Santrock, 2018).

Pada tahap ini individu memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi dengan baik, salah satunya adalah memiliki harga diri yang tinggi, dimana harga diri menjadi bagian penting karena berhubungan dengan kehidupan masa *emerging adulthood*. Harga diri ditemukan berhubungan dengan prestasi kerja, yang mana harga diri yang tinggi dapat membantu individu dalam evaluasi diri terkait bakat dan potensi yang harus mereka kembangkan (Magusson & Nermo, 2018). Harga diri juga ditemukan membantu individu dalam menjalin hubungan yang bersifat intim dengan orang lain (Marpaung & Rozali, 2021).

Emerging adulthood harusnya memiliki tingkat harga diri yang tinggi yang membuktikan bahwa kehidupan individu bersifat produktif (Arnett, 2015). Kondisi yang sesungguhnya masih banyak individu pada masa *emerging adulthood* yang memiliki harga diri rendah. Penelitian Syahrina (2022) pada 230 responden membuktikan bahwa 59% mengalami masalah harga diri yang rendah. Hasil *preliminary study* yang dilakukan di lapangan mendukung penelitian sebelumnya, dimana 18% mengalami tingkat harga diri rendah dan 74% masih berada di tingkat sedang dimana hal ini masih harus ditingkatkan.

Rosenberg (1965) menyatakan bahwa harga diri adalah evaluasi subjektif yang dilakukan seorang individu. Harga diri yang tinggi ditandai dengan adanya dua aspek utama dalam diri, yakni penerimaan diri (*self acceptance*) dan penghargaan diri (*self respect*). Penerimaan diri terkait dengan cara individu dalam menerima kelebihan dan kekurangan yang ada dalam dirinya dan mencoba membentuk hal positif dari sebuah kekurangan. Penghargaan diri merupakan bagaimana cara individu dalam memandang dirinya berharga dengan tidak menganggap dirinya buruk juga lebih dari orang lain (Rosenberg, 1965).

Harga diri dipengaruhi oleh banyak faktor dimana setidaknya dalam penelitian ini terdapat tiga faktor. Pertama, yakni dukungan keluarga, yang berkaitan dengan pemberian dukungan baik secara materi maupun moral yang membantu individu dalam berproses pada masa *emerging adulthood* sehingga ketersediaannya memunculkan rasa berharga di dalam dirinya (Aprilianto dkk., 2021). Faktor berikutnya yakni *social comparison*, yakni

proses individu dalam membandingkan kehidupannya dengan orang lain (Hasananti & Avianti, 2020). Proses ini mempengaruhi evaluasi diri individu yang akan berperan dalam tingkat harga diri. Pada penelitian ini, penulis mengangkat faktor ketiga, yakni *adult attachment style*, atau kecenderungan kelekatan dengan orang terdekat yang terjalin saat masa *emerging adulthood*, hal ini terkait dengan salah satu tugas perkembangan dewasa awal yakni menjalin hubungan yang intim dengan orang lain (Erikson 1968; Santrock, 2018).

Adult attachment style merupakan pengembangan konsep dari Bowlby yang dilakukan oleh Bartholomew (1991) yang membagi *attachment* menjadi empat tipe yakni *secure*, *fearful*, *preoccupied*, dan *dismissive*. *Secure* mewakili pandangan positif terhadap diri dan orang lain yang dibuktikan dengan rasa percaya bahwa dirinya layak dicintai dan hubungan yang sehat dalam relasi dengan orang lain. *Fearful* merujuk pada pandangan negatif baik terhadap dirinya maupun kepada orang lain, hubungan yang terjalin selalu dilandasi dengan ketakutan akan pengkhianatan dan rasa sakit disertai adanya rasa tidak layak dicintai. *Preoccupied attachment* menandai pandangan negatif kepada diri sendiri dan pandangan positif kepada orang lain, membuat individu memiliki tingkat ketergantungan yang tinggi dalam menjalin hubungan. *Dismissive attachment* memiliki karakteristik pandangan yang positif kepada diri sendiri namun memiliki pandangan negatif terhadap orang lain, membuat individu memiliki tingkat kemandirian yang tinggi dalam berelasi (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Setiap *attachment* memiliki dinamika yang berbeda terhadap harga diri. Penelitian Shiang Ang dan Jin Sin (2021) mengemukakan bahwa harga diri memiliki hubungan positif terhadap tingkat harga diri. Hal ini disebabkan individu dengan *secure attachment* memiliki rasa layak dicintai dan memiliki rasa percaya terhadap kehadiran *significant other* serta lebih mudah dalam mengungkapkan kebutuhannya. Hal ini berdampak pada keberhasilan hubungan yang dijalin sehingga dapat menghasilkan evaluasi diri yang positif yang dapat meningkatkan rasa berharga pada diri. *Fearful attachment* dan *preoccupied attachment* memiliki hubungan yang negatif dengan harga diri, yakni ketika adanya dominasi *attachment* pada jenis tersebut yang terjadi sebaliknya, yakni tingkat harga diri justru rendah (Chen dkk., 2020).

Ketidakkonsistenan justru terjadi pada *dismissive attachment* dimana pada studi pertama ditemukan memiliki hubungan yang positif dengan harga diri yang tinggi (Collins dan Read, 1990; Mikulincer & Shaver, 2016). Hal ini berbeda dengan studi lain yang menyatakan bahwa *dismissive attachment* memiliki hubungan yang negatif dengan harga diri yang rendah (Chui dan Leung, 2016). Individu dengan *dismissive attachment* memiliki kemandirian yang baik namun tidak didukung dengan rasa percaya terhadap *significant other* (Bartholomew dan Horowitz, 1991). Individu dengan tipe kelekatan ini memiliki kemandirian yang menjadi aspek yang bersifat positif, sehingga apabila didukung dengan adanya rasa bangga terhadap hasil hidup yang dapat dicapai sendiri menghasilkan evaluasi yang dapat meningkatkan harga diri (Collins dan Read, 1990; Mikulincer & Shaver, 2016). Adapun Chui dan Leung (2016) juga menekankan adanya kemandirian pada individu dengan tipe kelekatan *dismissive*. Hanya saja, penelitian ini

berfokus pada adanya perasaan tidak layak dicintai dalam diri individu dan tidak didukung oleh perasaan positif pencapaian diri. Kondisi tersebut menimbulkan harga diri yang rendah.

Penelitian-penelitian di atas telah menggambarkan hubungan dan pengaruh antara *adult attachment* dan harga diri pada masa *emerging adulthood*. Hanya saja, ada ketidakkonsistenan dari hasil penelitian-penelitian tersebut. Hal ini penting untuk diteliti karena individu dengan *attachment* yang berbeda memiliki dinamika terhadap harga diri yang juga berbeda pula, dimana kedua variabel ini penting bagi masa *emerging adulthood* karena terkait dengan tugas perkembangan pokok yakni menjalin hubungan dengan orang lain.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode pengambilan data bersifat *cross sectional* yang dilakukan dalam satu waktu dengan menggunakan metode *surei*. Jumlah responden ditentukan menggunakan *software g-power* yang disesuaikan dengan jenis penelitian dan mendapatkan hasil minimum 96 orang yang dikenakan menjadi 100 orang dengan kriteria responden pada rentang umur *emerging adulthood* yakni 18 hingga 25 tahun.

Skala yang digunakan terdiri dari dua skala yakni RSES yang diadaptasi oleh Azwar (2017) untuk mengukur tingkat harga diri dan ASQ yang diadaptasi oleh Fitriana (2016) dalam menentukan *adult attachment style*. Penelitian ini menggunakan *software SPSS* untuk menganalisa data dengan metode non parametrik, yakni *kruskal-wallis*, *post-hoc*, dan *chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang telah didapatkan diketahui bahwa terdapat perbedaan tingkat harga diri apabila ditinjau dari *adult attachment style*. Setiap *attachment* memiliki proses internalisasi terhadap diri sendiri dan terhadap orang lain yang berbeda, dimana hal tersebut mempengaruhi individu dalam berinteraksi dengan orang lain. Pada proses evaluasi diri, inilah yang digunakan dalam menilai bagaimana rasa berharga di dalam dirinya, sehingga menentukan tingkat harga diri (Griffin & Bartholomew, 1994)

Setiap *attachment* memiliki mekanisme yang berbeda terhadap harga diri. Pada penelitian ini penulis menemukan bahwa tingkat harga diri tinggi diantara keempat tipe dimiliki oleh *secure attachment*. Sesuai dengan penelitian Passanisi dkk. (2017) dimana harga diri yang tinggi memiliki hubungan dengan *secure attachment*. Individu dengan *secure attachment* memiliki pandangan diri yang baik terhadap dirinya dan orang lain, yang menjadi kemudahan dalam menjalin interaksi dengan orang lain karena adanya rasa aman dan kepercayaan, sehingga pengungkapan kebutuhan khusus terhadap *significant other* dapat terjalin baik. Proses evaluasi diri menjadi lebih positif sehingga meningkatkan harga diri.

Tingkat harga diri rendah mayoritas dimiliki *fearful attachment*. Sesuai dengan Sechi dkk., (2020) bahwa individu dengan *fearful attachment* memiliki karakteristik

pandangan diri yang negatif terhadap dirinya dan tidak percaya dengan orang lain yang disertai rasa takut disakiti. Hal ini membuat individu selalu mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain, seperti rasa takut ditinggal yang membuat mereka enggan mengungkapkan kebutuhannya kepada *significant other*. Hubungan ini kerap menimbulkan individu merasa tidak dicintai. Individu pun merasa gagal dalam menjalani tugas perkembangannya sehingga berdampak pada tingkat harga diri rendah.

Pada *preoccupied attachment* justru mayoritas responden memiliki tingkat harga diri di tingkat sedang. Herbert (1991) menjelaskan mengenai karakteristik yang dimiliki oleh individu dengan *preoccupied attachment* selalu menginginkan hubungan dengan kedekatan yang sangat intim (Yuliani & Fitria, 2017). Dilihat dari karakteristik, individu dengan *preoccupied attachment* selalu merasa takut ditinggal, sehingga terdapat indikasi mereka melakukan apapun agar tetap fokus pada hubungannya dan mempertahankan hubungannya.

Pada *dismissive attachment* ditemukan bahwa hasil penelitian sesuai dengan (Collins dan Read, 1990; Mikulincer & Shaver, 2016), dimana individu dengan *dismissive attachment* memiliki hubungan positif dengan harga diri, mereka memang disebutkan memiliki internalisasi diri yang baik pada kemandirian sehingga meskipun tidak didukung dengan kehadiran *significant other*, mereka yang memiliki kesadaran bahwa dengan diri mereka sendiri dapat mencapai kesuksesan. Dalam proses evaluasi diri, ini membuat evaluasi positif yang dapat meningkatkan harga diri.

Penelitian Khairunnisa (2021) sejalan dengan penelitian ini bahwa harga diri tinggi dimiliki oleh perempuan. Hal ini terjadi karena dalam kehidupan sosial, perempuan lebih banyak dituntut dan berusaha menampilkan yang terbaik. Jumlah responden yang tidak seimbang yakni 1:4 dengan mayoritas perempuan turut menjadikan hasil ini berperan. Hasil tambahan lainnya sejalan dengan Salsabilla dkk., (2022) dimana hasil pada penelitian ini menunjukkan tidak terdapat perbedaan diantara semua jenjang pendidikan. Ditinjau dari usia, penelitian ini juga mengungkap bahwa tidak ada perbedaan tingkat harga diri ditinjau dari usia pada *emerging adulthood* yang mana tidak sesuai dengan penelitian Robins dkk., (2002) dimana pada penelitian ini harga diri bersifat progresif pada *emerging adulthood*. Pada penelitian Robins dkk., (2002) pengambilan data tingkat harga diri dilakukan dengan metode longitudinal sedangkan pada peneliti *cross sectional*.

KESIMPULAN

Terdapat perbedaan tingkat harga diri apabila ditinjau dari keempat *attachment*. *Secure attachment* memiliki keterkaitan dengan harga diri tinggi, *fearful attachment* terkait dengan harga diri rendah, *preoccupied attachment* terkait dengan harga diri sedang, dan *dismissive attachment* juga terkait dengan harga diri sedang.

BIBLIOGRAFI

- Ang, C.-S., & Sin, A. B.-J. (2021). Retrospective reports of perceived 'guan' parenting: relationships to adult attachment styles, emotion regulation, and self-esteem. *The Journal of Genetic Psychology*, 163-173. doi:<https://doi.org/10.1080/00221325.2021.1903831>
- Aprilianto, E., Lumadi, S. A., & Handian, F. I. (2021). Family social support and the self-esteem of breast cancer patients. *Journal of Public Health Research*, 2234.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood*. New York: Oxford University Press.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 226-244.
- Chen, W.-W., Xu, G., Wang, Z., & Mak, M. C. (2022). Unhappy us, unhappy me, unhappy life: the role of self-esteem in the relation between adult attachment styles and mental health. *Current Psychology*, 837-846. doi:<https://doi.org/10.1007/s12144-019-00594-2>
- Chui, W.-Y., & Leung, M.-T. (2016). Adult attachment internal working model of self and other in chinese culture: measured by the attachment style questionnaire — short form (ASQ-SF) by confirmatory factor analysis (CFA) and item response theory (IRT). *Personality and Individual Differences*, 55-64. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2016.02.068>
- Fitriana, T. S., & Fitria, N. (2016). Validation of attachment styles quostinonnaire in indonesian culture. *International Conference on Health and Well-Being*, 70-83.
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 430-445.
- Hasanati, U., & Aviani, Y. I. (2020). Hubungan social comparison dengan self-esteem pada pengguna instagram. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 2391-2399.
- Hasian, B. J., & Ariela, J. (2020). Peran attachment terhadap self-esteem pada dewasa muda diselingkuhi. *Humanitas*, 267-282.
- Khairunnisa. (2021). *Perbedaan self Eeteem ditinjau berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa di UIN ar-raniry banda aceh*. Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Magnusson, C., & Nermo, M. (2018). From childhood to young adulthood: the importance of self-esteem during childhood for occupational achievements among young men and women. *Journal of Youth Studies*. doi:<https://doi.org/10.1080/13676261.2018.1468876>
- Marpaung, Y. A., & Rozali, Y. A. (2021). Pengaruh self-esteem terhadap romantic jealousy pada individu dewasa awal. *JCA Psikologi*, 274-283.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood structure, dynamics, and change*. New York: The Guilford Press.
- Passanisi, A., Gervasi, A. M., Madonia, C., Guzzo, G., & Greco, D. (2015). Attachment, self-esteem and shame in emerging adulthood. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 342-346.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. New Jersey: Princeton University Press.
- Santrock, J. W. (2018). *A topical approach to lifespan development*. New York: McGraw-Hill Education.

- Sechi, C., Vismara, L., Brennstuhi, M. J., Tarquinio, C., & Lucarelli, L. (2020). Adult attachment styles, self-esteem, and quality of life in women with fibromyalgia. *Health Psychology Open*, 1-8. doi:<https://doi.org/10.1177/2055102920947921>
- Syahrina, A., & Kurniasari, L. (2022). Hubungan self-esteem dan sikap overthinking dengan kekerasan dalam pacaran pada mahasiswa UMKT. *Borneo Student Research*, 2900-2905.
- Yang, Ph.D, T.-C. (2017). The long-term effects of self-esteem on depression: the roles of alcohol and substance uses during young adulthood. *HHS Public Access*, 429-446.
- Yuliani, A., & Fitria, N. (2017). Peran preoccupied attachment style terhadap kecenderungan mengalami stockholm syndrome pada perempuan dewasa awal. *Psychopathic*, 275-288.

First publication right:

Jurnal Syntax Fusion: Jurnal Nasional Indonesia

This article is licensed under:

