

## 2. TINJAUAN TEORI

### 2.1 Dewasa Muda

#### 2.1.1 Perkembangan Dewasa Muda

Perkembangan dewasa dibagi menjadi tiga yaitu, dewasa muda (*young adulthood*) dengan usia berkisar antara 20 sampai 40 tahun. Dewasa menengah (*middle adulthood*) dengan usia berkisar antara 40 sampai 65 tahun dan dewasa akhir (*late adulthood*) dengan usia mulai 65 tahun keatas (Papalia, 2004).

Saat seseorang memasuki usia dewasa muda, ia mengalami perubahan dalam hidupnya. Pada usia ini merupakan transisi terpenting dalam hidup manusia, dimana remaja mulai tumbuh dan berkembang menjadi orang dewasa. Menurut Papalia (2004), semua tahap perkembangan memiliki tugas perkembangan. Begitu juga dalam tahap perkembangan dewasa muda. Ada beberapa tugas perkembangan dewasa muda, yaitu (Turner & Helms, 1995) :

1. Mencari dan memilih pasangan hidup;
2. Belajar menyesuaikan diri dan hidup secara harmonis dengan pasangan;
3. Mulai membentuk keluarga dan memulai peran baru sebagai orangtua;
4. Membesarkan anak dan memenuhi kebutuhan mereka;
5. Belajar menata rumah tangga dan memikul tanggung jawab;
6. Mengembangkan karir atau melanjutkan pendidikan;
7. Memenuhi tanggung jawab sebagai warga negara;
8. Menemukan kelompok sosial yang sesuai.

Dari tugas perkembangan diatas terlihat bahwa tugas terpenting dari dewasa muda adalah untuk membentuk hubungan intim yang dekat dengan orang lain. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Erikson, dimana permasalahan utama individu yang berada dalam tahap perkembangan dewasa muda adalah *intimacy versus isolation*. Pada tahap ini, individu berusaha untuk membuat komitmen pribadi dan dalam dengan orang lain, jika tidak berhasil maka ia dapat mengalami isolasi dan tenggelam dalam dirinya sendiri (Papalia, 2004).

### 2.1.2 Dewasa Muda Lajang

*Single* atau lajang dapat diartikan sebagai jalan hidup atau sebuah ketetapan dalam pikiran. Lajang adalah tidak terikat dan tidak bergantung pada orang lain. Lajang tidak memiliki komitmen pada hubungan jangka panjang dengan orang dewasa lain, dan mereka juga tidak bergantung pada orang lain dalam masalah keuangan mereka. Ini adalah karakteristik dasar menjadi Lajang. Ada pula karakteristik lain seperti hidup sendiri dan memiliki pekerjaan (Brehm, 1992)

Dengan menjadi lajang, mereka memiliki banyak keuntungan, termasuk di dalamnya memiliki waktu untuk membuat keputusan atas diri, dapat mengembangkan sumber pribadi untuk mencapai tujuan, kebebasan untuk membuat keputusan yang mandiri, dapat mengejar keinginan, kesempatan untuk menjelajahi tempat baru dan hal baru, dan ketersediaan privasi (Santrock, 2003). Menurut Austrom & Hanel (1985 dalam Papalia, 2004), beberapa orang tetap melajang karena ingin bebas untuk mengambil resiko, lebih bereksperimen dan melakukan perubahan, seperti pindah ke negara lain, mengejar karir, mempertinggi tingkat pendidikan mereka atau melakukan pekerjaan yang kreatif tanpa harus khawatir berdampak pada orang lain. Beberapa yang lain hidup melajang karena menyukai kebebasan seksual, beberapa yang lain menganggap gaya hidup seperti ini menarik, beberapa hanya karena suka hidup sendiri, dan beberapa menunda atau menghindari pernikahan karena takut akan berakhir pada perceraian. Kebanyakan dari mereka tidak merasakan kesepian, mereka memiliki kesibukan dan aktif dalam pekerjaan, mereka juga merasa *secure* tentang diri mereka sendiri (Cargan, Spurlock dalam Papalia, 2004).

Sedangkan masalah yang terjadi pada orang dewasa lajang adalah fokus terhadap *intimate relationship* pada orang dewasa lain, menghadapi rasa kesepian, dan menemukan tempat di masyarakat yang lebih berorientasi pada pernikahan. Banyak orang dewasa lajang merasa kebebasan personal sebagai keuntungan paling besar dari menjadi lajang. Biasanya ini dapat dilihat dari gaya hidup mereka yang mewah dan menyenangkan. Akan tetapi ketika mereka mencapai usia 30 tahun, tekanan untuk menetap dan menikah akan meningkat. Jika wanita ingin membesarkan

anak, dia akan merasa lebih terdesak ketika mencapai usia 30 tahun. Inilah ketika banyak orang dewasa yang membuat keputusan secara sadar untuk menikah atau tidak. Banyak dari dewasa lajang diatas 30 tahun merasa bahwa menikah tidak lebih penting dari memiliki rumah ataupun properti lainnya. Banyak orang merasa tidak perlu terburu-buru untuk menikah, ketika hal itu terjadi maka hal itu akan terjadi (Santrock, 2003)

## 2.2 *Intimacy*

*Intimacy* adalah afeksi yang kuat, berkomitmen dan saling berbagi dalam hubungan intelektual, fisik dan emosional dengan orang lain. *Intimacy* adalah kebalikan dari isolasi emosional, yang mana memiliki resiko tinggi untuk mengalami gangguan fisik dan emosional (Brown; Ladbroke dalam wiliams, 2006). *Intimacy* adalah pengalaman yang ditandai oleh adanya kedekatan, kelekatan dan komunikasi (dalam Papalia, 2004) yang mungkin disertai atau tanpa melibatkan kontak seksual.

Sebagai salah satu komponen dari teori triangular cintanya, Stenberg (1988) mendefinisikan *intimacy* sebagai suatu perasaan dalam hubungan cinta yang menekankan adanya kedekatan, keterikatan dan keterhubungan serta yang mendorong terciptanya kehangatan. *Intimacy* merupakan aspek emosional dari cinta, yang termasuk di dalamnya kedekatan, sharing, komunikasi dan dukungan (Stenberg dalam Duffy & Atwater, 2005). Salah satu unsur penting dalam *intimacy* adalah *self-disclosure*, memberikan informasi penting secara terbuka mengenai diri sendiri dan pada orang lain (Collins & Miller dalam Papalia, 2004). Seseorang menjadi intim dan tetap intim melalui keterbukaan, berespon kepada kebutuhan orang lain dan saling menghargai dan menerima antara kedua belah pihak (Harvey & Omarzu; Reis & Patrick dalam Papalia 2004).

Bagarozzi (2001) memandang *intimacy* sebagai suatu kebutuhan dasar manusia. Ia mengatakan bahwa *intimacy* merupakan hubungan pribadi yang dekat, mendalam dan melibatkan afeksi atau cinta dengan seseorang, yang diikuti pengetahuan dan pemahaman yang mendalam terhadap orang tersebut serta melibatkan pengungkapan pikiran maupun perasaan. Selanjutnya Bagarozzi (2001),

menambahkan bahwa *intimacy* mengandung sejumlah komponen yang saling berhubungan. Ia mengidentifikasi komponen tersebut menjadi sembilan komponen atau dimensi, yaitu: *emotional intimacy*, *psychological intimacy*, *intellectual intimacy*, *sexual intimacy*, *physical (nonsexual) intimacy*, *spiritual intimacy*, *aesthetic intimacy*, *social and recreational intimacy*, dan *temporal intimacy*.

Menurut Brehm (1992) salah satu cara untuk mendapatkan *intimacy* adalah dengan membina *intimate relationship* (hubungan intim). *Intimate relationship* adalah hubungan antara dua orang yang di dalamnya mencakup pemenuhan kebutuhan-kebutuhan untuk mengungkapkan perasaan, saling percaya, membahas hal-hal praktis, saling menolong dan rasa aman.

Menurut Roy Baumeister dan Mark Leary (1995 dalam Miller, Pearlman & Brehm, 2007), jika kita ingin berfungsi secara normal, kita membutuhkan interaksi yang sering dan menyenangkan dengan pasangan intim dalam hubungan yang penuh perhatian dan bertahan lama. Itu merupakan sebuah *need to belong* manusia dalam mencari hubungan dekat. Pentingnya *need to belong* dalam suatu hubungan menandakan pentingnya “kontak sosial secara regular dengan orang-orang yang membuat kita merasa terhubung” (Baumeister & Leary dalam Miller, Pearlman & Brehm, 2007). Untuk memenuhi kebutuhan tersebut, kita didorong untuk dapat memiliki dan mempertahankan hubungan yang dekat dengan orang lain; kita memerlukan interaksi dan kerukunan dengan orang yang mengenal dan perhatian terhadap kita. Pentingnya *need to belong* ini merupakan alasan kenapa berada dalam kesendirian untuk waktu yang lama akan menjadi sangat stres (Schachter dalam Miller, Pearlman & Brehm, 2007).

Dari berbagai definisi yang *intimacy* yang dijelaskan diatas, maka peneliti memfokuskan pada teori *intimacy* yang diungkapkan oleh Bagarozzi, yaitu *intimacy* adalah kebutuhan dasar seseorang untuk memiliki hubungan personal yang dekat dan penuh kasih sayang dengan orang lain, yang untuk mewujudkannya memerlukan pengetahuan atau pemahaman yang mendalam terhadap orang lain tersebut, yang juga merupakan ekspresi aktif dari pikiran dan perasaannya.

### 2.2.2 Peran gender dalam konsep *intimacy*

*Intimacy* dapat menjadi sama pentingnya bagi pria dan wanita. Namun bagi wanita, *intimacy* secara umum ditujukan pada kebahagiaan dalam hubungan yang dibina, misalnya dalam hubungan di mana wanita berperan sebagai pasangan seorang teman pria, sebagai istri, atau sebagai seorang ibu. Sedangkan bagi pria, *intimacy* tidak memiliki hubungan yang kuat dengan kepuasan mereka dalam hubungan pribadi (Goleman dalam Duffy & Atwater, 2005).

Menurut Brehm (1992), *Intimacy* lebih penting bagi para wanita dibandingkan bagi para pria. Wanita lebih memberi arti emosional pada hubungan intim, lebih hati-hati dalam membentuk hubungan intim, serta lebih terpengaruh terhadap hal-hal yang berkaitan dengan hubungan intim. Hal ini dapat merefleksikan sosialisasi yang secara tradisional memberi penekanan pada peran wanita dalam mencintai dan mengasuh orang lain yang lebih besar daripada pria.

### 2.2.3 Dimensi *Intimacy*

Bagarozzi (2001) mengidentifikasi sembilan dimensi atau komponen dari *intimacy*, yaitu emosional, psikologis, intelektual, seksual, fisik (non-seksual), spiritual, estetika, sosial dan rekreasional, serta temporal.

#### 1. *Intimacy* Emosional

Kebutuhan untuk berkomunikasi dan *sharing* dengan pasangan tentang perasaannya, baik positif (bahagia, senang, bangga, girang, kegairahan) maupun negatif (sedih, tidak bahagia, frustrasi, takut, marah, bersalah, rasa malu, kesepian, bosan, lelah, dan depresi). Agar *intimacy* emosional dapat dicapai, harus ada sedikit larangan atau keterbatasan dalam mengekspresikan perasaan. Pasangan dapat mengekspresikan kebahagiaan dan rasa senang tapi tidak kegirangan yang berlebihan, atau pasangan dapat menunjukkan dirinya terganggu dan frustrasi tapi bukan rasa marah. Sama halnya dengan seseorang dapat mengekspresikan kesedihan, tapi depresi dan kemurungan dibatasi.

#### 2. *Intimacy* Psikologis

Kebutuhan untuk berkomunikasi, *sharing* dan terhubung dengan manusia lain dengan secara signifikan dan personal membuka diri tentang kepribadian asli seseorang dan bagaimana diri yang ada didalamnya. *Intimacy* psikologis meliputi kebutuhan untuk berbagi dan mengekspresikan harapan, mimpi, fantasi, aspirasi dan rencana untuk masa depan seperti membagi ketakutan, kekhawatiran, keraguan, rasa tidak aman, masalah dan konflik inner dengan pasangan. *Intimacy* psikologis dapat tercapai dengan adanya kepercayaan dari pasangan. Adanya kepercayaan, membuat dirinya merasa aman untuk berbagi dan menceritakan apa yang ada dalam dirinya pada pasangannya.

### 3. *Intimacy* Intelektual

*Intimacy* intelektual adalah kebutuhan seseorang untuk berkomunikasi dan membagi ide-ide yang penting, pikiran/gagasan, dan keyakinan (*belief*) dengan pasangan. Komponen kritis dari *intimacy* intelektual adalah *role taking*, yaitu kemampuan untuk melihat dunia melalui pandangan pasangan, merasakan apa yang pasangan rasakan dari sudut pandangnya yang unik, dan memutarbalikkan perspektif sehingga ia dapat melihat dirinya sebagai seseorang yang dilihat oleh pasangannya. Aspek emosional yang berhubungan dengan *role taking* adalah empati. Empati merupakan kemampuan untuk memposisikan diri pada posisi pasangan, merasakan apa yang pasangan rasakan, tetapi tidak mengidentifikasi diri atau bersimpati pada pasangan. Empati terhadap perasaan pasangan dapat dianggap sebagai *meta-emotion*, yaitu respon emosi perhatian (*caring*) mengenai perasaan pasangan. Jika empati dirasakan dan diekspresikan dalam sebuah hubungan, maka dapat memperkaya dimensi *intimacy emotional*. *Intimacy* yang sesungguhnya dapat berkembang dengan adanya kemampuan empati dan *role taking* ini, di mana kedua kemampuan didasari oleh adanya saling percaya (*mutual trust*) dan rasa hormat (*respect*).

### 4. *Intimacy* Seksual

*Intimacy* seksual merupakan kebutuhan untuk mengkomunikasikan, membagi, dan mengekspresikan pikiran, perasaan, keinginan, serta fantasi sensual dan seksual dengan pasangan. Komponen *intimacy* ini meliputi berbagi pengalaman dan kegiatan erotis bersama serta kebutuhan dan keinginan untuk terlibat dalam kegiatan yang melibatkan kedekatan fisik dan kontak tubuh, seperti sentuhan yang bertujuan untuk menstimulasi, menggairahkan, menyenangkan, dan memuaskan secara seksual baik bagi orang yang melakukan maupun yang menerima kegiatan tersebut. *Sexual intimacy* dapat mengarah kepada *intercourse* atau orgasme bagi salah satu atau kedua pasangan, namun bisa juga tidak.

#### 5. *Intimacy* Fisik (Non-Seksual)

*Intimacy* fisik adalah kebutuhan seseorang untuk memiliki kedekatan fisik dengan pasangannya. Kedekatan fisik pada tipe ini berbeda dengan *physical intimacy* yang berkaitan dengan *sexual arousal*. *Intimacy* ini dapat diekspresikan dengan sentuhan sederhana, atau dapat juga termasuk kontak tubuh yang berdekatan seperti berpelukan. Yang termasuk *intimacy* fisik adalah pengalaman berpegangan tangan, berbaring berdekatan, menari dengan pasangan dan sentuhan-sentuhan non-seksual. Ciuman yang bukan merupakan pembukaan hubungan seksual, tidur dengan pasangan, berjalan berpegangan tangan, memberikan pijatan pada pasangan, dan sebagainya, merupakan semua bagian dari *intimacy* ini.

#### 6. *Intimacy* Spiritual

*Intimacy* Spiritual adalah kebutuhan untuk berbagi tentang pikiran, perasaan, kepercayaan, dan pengalaman-pengalaman kepada pasangan tentang agama, eksistensi di bidang supernatural dan spiritual, kepercayaan-kepercayaan dan nilai-nilai moral, makna dari eksistensi, kehidupan setelah kematian, hubungan dengan Tuhan atau kekuasaan yang lebih tinggi, hubungan dengan alam, dan sebuah tempat di kosmos. Spiritualitas bisa

berhubungan atau tidak berhubungan dengan agama atau praktik ritual lainnya. Spiritualitas benar-benar sangat berhubungan dengan urusan pribadi. Spiritualitas meliputi partisipasi dalam kegiatan-kegiatan religius atau spiritual, ritual-ritual, atau perayaan-perayaan, bersama dengan pasangan.

*Intimacy* spiritual diantara dua orang bukanlah mengharuskan mereka menganut atau mempercayai kepercayaan yang sama untuk mendapatkan pengalaman-pengalaman *intimacy* yang sesungguhnya. Hal yang terpenting adalah keterbukaan yang tulus terhadap kepercayaan spiritual orang lain, perasaan, dan pengalaman-pengalaman, serta menghormati dunia spiritual orang lain. Hal ini seperti yang terjadi pada seluruh dimensi *intimacy*, yaitu bahwa penerimaan tanpa penilaian terhadap sudut pandang orang lain adalah hal yang esensial.

#### 7. *Intimacy* Estetika

*Intimacy* Estetika adalah kebutuhan dan hasrat untuk berbagi dengan pasangan mengenai perasaan, pikiran, persepsi, kepercayaan, dan pengalaman yang berhubungan dengan hal-hal personal yang mendebarkan hati, atau ilham yang mempesonakan karena keindahan sesuatu. Keindahan alam, baik yang sederhana (misalnya sebuah kepingan salju) maupun yang kompleks (misalnya kosmos) dapat membentuk dasar bagi beberapa pengalaman *intimacy* estetika. Musik, puisi, literatur, lukisan, patung, arsitektur, dan seuruh bentuk ekspresi seni dapat digunakan sebagai media dalam berbagi estetika. Di dalam *intimacy* estetika, keindahan dari pengalaman dibagi demi kepentingan keindahan itu sendiri. Pengalaman estetika adalah murni sebuah pengalaman. Pengalaman estetika tidak digunakan sebagai pengantar untuk pengalaman *intimacy* jenis lainnya, dan juga tidak digunakan sebagai pelengkap jenis lain dari ekspresi *intimacy*.

#### 8. *Intimacy* Sosial dan Rekreasional

*Intimacy* Sosial dan Rekreasional merupakan kebutuhan untuk berada dalam aktivitas dan pengalaman yang penuh kesenangan bersama pasangan. *Intimacy* ini meliputi aktivitas dan pengalaman seperti: bertukar cerita lucu dan lelucon; berbagi pengalaman sehari-hari dan mendiskusikan peristiwa-peristiwa terkini; berbagi makanan, *snack*, dan penyegaran; berlatih olahraga bersama; memainkan olahraga dan *games* bersama; berbagi hobi/minat; menari/berdansa bersama untuk kesenangan; berkebun; berlayar (*boating*); rekreasi bersama, dan lain-lain. *Intimacy* ini dapat pula meliputi aktivitas dan interaksi dengan teman dan anggota keluarga lainnya.

### 9. *Intimacy* Temporal

*Intimacy* temporal melibatkan seberapa banyak waktu yang mau dihabiskan oleh seseorang dengan pasangannya, untuk melakukan kegiatan penuh keintiman dalam kehidupan sehari-hari. Jumlah waktu yang seseorang butuhkan dalam sehari untuk dihabiskan bersama pasangan dalam kegiatan yang penuh keintiman, berbeda antara seorang dengan yang lainnya. Demikian juga dengan jenis kegiatan yang dilakukannya untuk merasa intim dengan pasangannya, berbeda dari orang ke orang. Bagi beberapa individu, 15 atau 20 menit dalam sehari bisa saja cukup. Namun bagi individu lainnya, 2 atau 3 jam dalam sehari bisa saja terlihat terlalu sedikit.

## 2.3 Faktor yang mempengaruhi kemampuan membina hubungan intim

### 2.3.1 *Attachment style* dengan orang tua

Menurut Miller, Pearlman & Brehm (2007), hubungan romantis berhubungan dengan sejarah dan pengalaman yang kita bawa dari kecil, orientasi global terhadap pendekatan ini dikenal dengan *attachment style*. *Attachment style* adalah cara yang biasa dilakukan seseorang saat terlibat dengan orang lain (Duffy & Atwater, 2005). Cara seseorang untuk memulai hubungan yang dekat, sebagaimana pandangan mereka terhadap cinta, dapat menjadi suatu refleksi dari perkembangan personalnya. Oleh karena itu, *attachment style* dengan orangtua juga mempengaruhi *attachment*

*style* dengan pasangan romantis (Hazan & Shaver dalam Duffy & Atwater, 2005). Menurut Santrock (2003), *intimacy* yang terjadi pada orang dewasa merupakan manifestasi dari hubungan attachment yang terjadi pada masa anak-anak..

Serangkaian studi yang dilakukan oleh Hazan dan Shaver (dalam Duffy & Atwater, 2005) menunjukkan persamaan antara hubungan romantis seseorang, kepercayaan terhadap cinta dan jenis *attachment* yang terbentuk dengan orangtua pada masa anak-anak. Peneliti melakukan polling terhadap 120 orang dewasa dan 108 mahasiswa. Pertanyaan yang diajukan dalam penelitian tersebut meliputi bagaimana biasanya mereka memulai hubungan yang dekat, pengalaman romantis yang penting, kepercayaan tentang cinta, dan hubungan mereka dengan orangtua pada masa anak-anak. Berdasarkan respon-respon yang diberikan, Hazan dan Shaver (dalam Duffy & Atwater, 2005) mengklasifikasikan setiap individu ke dalam salah satu dari tiga golongan berikut ini :

#### 1. *Secure attachment*

Individu dengan *attachment style* ini cenderung mudah untuk menjalin hubungan dengan orang lain dan sudah siap untuk mengembangkan hubungan yang berdasarkan kepercayaan. Individu ini menganggap orangtuanya selalu ada saat dibutuhkan, mengasuh dan mengasahi dirinya. Individu ini menikmati segala proteksi yang diberikan oleh orangtuanya dan akan merasa nyaman untuk mengandalkan orang lain. Mereka belajar bahwa orang lain sangat dapat dipercaya yang merupakan merupakan sumber dari keamanan dan kebaikan yang mereka dapatkan dari orangtua (Miller, Pearlman & Brehm, 2007).

Individu melihat orangtua mereka sebagai orangtua yang mencintai, responsif dan hangat (Duffy & Atwater, 2005). Dalam menjalin persahabatan dan hubungan intim dengan orang lain, mereka tidak mengalami kesulitan. Mereka tidak menolak untuk tergantung dengan orang lain atau orang lain bergantung dengan mereka, dan mereka tidak khawatir akan ditinggalkan atau dipenuhi secara emosi oleh orang lain (Williams, 2006). Hubungan cinta yang dijalannya biasanya cenderung bertahan lebih lama daripada individu yang memiliki *insecure*

*attachment style*. Banyak dari mereka merasa bahwa hubungan cinta yang romantis tidak akan pernah hilang.

## 2. *Avoidant attachment*

Seseorang dengan *attachment style* ini merasa sulit ketika ada orang yang terlalu dekat dengan mereka. Hal ini terjadi karena ketakutan mereka terhadap *intimacy*, mereka memiliki kesulitan dalam mempercayai dan bergantung pada orang lain dan lebih mudah cemburu terhadap pasangan. Mereka memiliki gambaran yang sinis terhadap cinta dan tidak mempercayai adanya cinta romantis dalam kehidupan nyata. Mereka sulit untuk menemukan seseorang yang dapat membuatnya jatuh cinta dan hubungan romantis yang dialaminya jarang yang berlangsung lama (Duffy & Atwater, 2005).

Individu dewasa yang termasuk dalam golongan ini menilai orangtua mereka agak keras atau kasar, menganggap bahwa ibu mereka bukanlah orang yang mudah untuk disukai, jika tidak menolak mereka dan memandang ayah mereka sebagai orang yang kurang perhatian (Duffy & Atwater, 2005). Mereka merasa ditolak dengan kurangnya perhatian dan perlakuan keras yang diberikan oleh orangtua mereka. Mereka belajar bahwa sedikit hal baik yang didapatkan jika bergantung dengan orang lain dan mereka akan menjauhkan diri dengan menggunakan *attachment style* ini (Miller, Pearlman & Brehm, 2007).

## 3. *Anxious-ambivalent attachment*

Individu-individu yang memiliki *attachment style* ini biasanya memiliki keinginan untuk memperoleh tingkat kedekatan yang tinggi, dimana banyak pasangan tidak dapat memberikannya. Mereka sering merasa khawatir akan adanya kemungkinan pasangan mereka akan meninggalkan mereka. Individu-individu ini seringkali mengalami perasaan emosional yang ekstrim dan cenderung untuk merasakan kecemburuan dalam hubungan mereka. Mereka merasa mudah untuk jatuh cinta namun sulit untuk menemukan cinta sejati (Duffy & Atwater, 2005).

Mereka memiliki penilaian terhadap orangtua yang bercampur antara kedekatan dan penolakan (Duffy & Atwater, 2005). Mereka menganggap orangtua yang tidak dapat diprediksi atau tidak konsisten. Orangtua mereka terkadang hangat dan perhatian pada waktu tertentu dan pada waktu lain cemas, bingung atau tidak berada ditempat ketika orang diperlukan. Ketidakyakinan mereka kapan orangtua atau *caregiver* akan datang, membuat anak menjadi cemas dan menunjukkan kebutuhan yang lebih akan adanya seseorang untuk berada di dekat mereka (Miller, Pearlman & Brehm, 2007).

### 2.3.2 *Self-esteem*

Anak lahir tanpa memiliki adanya *sense of self* dan hal ini akan berkembang secara bertahap dengan adanya pengalaman dengan orang tua, saudara kandung dan orang lain. Peran interaksi sosial merupakan aspek sentral terhadap berkembangnya *self* seseorang (Baldwin, Cooley, Mead dalam Cassidy, 1990). Salah satu aspek dari interaksi sosial yang telah dianggap relevan dalam pembentukan *self* adalah interaksi awal dengan *principal caregiver* dalam hal ini orangtua. (Bowlby, Sroufe, in press, Stern, Sullivan dalam Cassidy, 1990). Bowlby (dalam Cassidy, 1990) menambahkan bahwa selama perkembangannya, anak akan berpikir sesuai dengan bagaimana perlakuan orangtua pada dirinya. Anak yang dicintai dan dinilai berharga akan merasa dirinya dicintai, berharga dan spesial yang akhirnya akan membuatnya memiliki *self-esteem* yang tinggi. Sedangkan jika anak ditinggalkan atau ditolak, ia akan merasa tidak berharga dan tidak bernilai dan akhirnya akan memiliki *self-esteem* yang rendah.

*Self-esteem* adalah evaluasi pribadi terhadap diri yang menghasilkan perasaan berharga. Ketika seseorang menilai dirinya positif dan menyenangkan, *self-esteem* dirinya akan tinggi dan jika dia meragukan dirinya sendiri, maka *self-esteem* dirinya akan rendah (Miller, Pearlman & Brehm, 2007). Individu yang memiliki *self-esteem* tinggi umumnya merasa puas dengan dirinya dan menilai diri lebih positif (Baumstein, Tice & Hutton dalam Duffy & Atwater, 2005). Di lain pihak, individu dengan *self-esteem* rendah mempunyai perasaan cemas, keraguan terhadap diri dan

memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih rendah (Duffy & Atwater, 2005). Orang yang memiliki *self-esteem* tinggi secara umum lebih sehat dan bahagia dibandingkan orang yang memiliki *self-esteem* rendah (Miller, Pearlman & Brehm, 2007).

Individu dengan *self-esteem* tinggi mampu menerima diri sendiri dan orang lain termasuk orang-orang yang berbeda pendapat dengannya dan menikmati hubungan yang memuaskan dengan orang lain. Mereka juga dapat diharapkan untuk mengerjakan kewajiban-kewajibannya dengan lebih baik, bekerja keras dan cenderung sukses dalam berkarir. Dalam menghadapi keberhasilan, ia sering kali mengatribusikan diri dengan kemampuan yang dimilikinya. Sedangkan dalam menghadapi kegagalan, ia membiarkan lingkungannya menginterpretasi kegagalan yang dimilikinya. Akibatnya individu dengan *self-esteem* tinggi memiliki kepercayaan diri dan evaluasi yang realistis terhadap kekuatan-kekuatan maupun kelebihan yang dimiliki. Di pihak berlawanan individu yang memiliki *self-esteem* rendah biasanya terlalu sensitif terhadap penolakan sosial dan sering kali merendahkan orang lain dengan kritik dan menjauhkan dirinya dari mereka (Duffy & Atwater, 2005).

*Self-esteem* dipengaruhi oleh adanya *significant others* yang berada dalam perkembangan individu. Orangtua, peer group ataupun pasangan dapat berkontribusi dalam pembentukan *self-esteem* individu. *Self-esteem* juga dipengaruhi oleh kegagalan dan keberhasilan yang dialami. Sebaliknya persepsi terhadap keberhasilan dan kegagalan tersebut juga dipengaruhi oleh *self-esteem*. Dengan demikian, *self-esteem* akhirnya berpengaruh pada kemampuan individu menjalin hubungan intim. Individu dengan *self-esteem* tinggi, merasa kompeten, dicintai dan layak untuk memperoleh kebahagiaan, mempunyai kesempatan baik untuk menjalin hubungan intim dengan pasangan. Pada individu dengan *self-esteem* rendah kurang berhasil dalam hubungan romantis karena tidak memiliki ketrampilan sosial yang baik sehingga sulit untuk mengawali dan mempertahankan hubungan dengan orang lain (Kenneth, Karen & Dion, dalam Bird & Menville, 1994).

*Self-esteem* berkaitan erat dengan konsep dirinya. Konsep diri (*self-concept*) merupakan keseluruhan kesan atau kesadaran yang dimiliki mengenai diri sendiri.

*Self-concept* juga memiliki pengaruh yang kuat, yang berdampak terhadap bagaimana kita mempersepsikan sesuatu, menilai dan berperilaku. Secara umum, menurut Duffy & Atwater (2005), konsep diri terbagi menjadi *body image*, *self image*, *ideal self* dan *social selves*. *Body image* didefinisikan sebagai gambaran mental yang dibentuk seorang individu terhadap tubuhnya sendiri. *Self-image* adalah gambaran mengenai bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri, dengan segala pikirannya mengenai diri sendiri. *Ideal self* adalah gambaran diri yang diinginkan, termasuk aspirasi, modal ideal dan nilai-nilai. *Social selves* mengarah pada pengertian kesan yang ditangkap orang lain mengenai seseorang. Ini adalah bagaimana seseorang berpikir bagaimana orang lain melihat dirinya, walaupun mungkin tidak terlalu akurat dalam merepresentasikan apa yang orang lain lihat. Persepsi seseorang mengenai bagaimana orang lain melihat dirinya, akan sangat mempengaruhi bagaimana ia melihat dirinya sendiri.

#### **2.4. Dinamika teori**

Hubungan romantis berhubungan dengan sejarah dan pengalaman yang kita bawa dari kecil, orientasi global terhadap pendekatan ini dikenal dengan *attachment style* (Miller, Pearlman & Brehm, 2007). *Attachment style* adalah cara yang biasa dilakukan seseorang saat terlibat dengan orang lain (Duffy & Atwater, 2005). Cara seseorang untuk memulai hubungan yang dekat, sebagaimana pandangan mereka terhadap cinta, dapat menjadi suatu refleksi dari perkembangan personalnya terutama dengan orangtua. Hazan dan Shaver (dalam Duffy & Atwater, 2005) mengklasifikasikan setiap individu ke dalam salah satu golongan *attachment style*, yaitu *secure attachment*, *anxious-ambivalent attachment* dan *avoidant attachment*.

Interaksi awal dengan orangtua ini juga berhubungan dengan pembentukan *self* (Bowlby, Sroufe, in press, Stern, Sullivan dalam Cassidy, 1990). Bowlby (dalam Cassidy, 1990) menambahkan bahwa selama perkembangannya, anak akan berpikir sesuai dengan bagaimana perlakuan orangtua pada dirinya. Anak yang dicintai dan dinilai berharga akan merasa dirinya dicintai, berharga dan spesial yang akhirnya akan membuatnya memiliki *self-esteem* yang tinggi. Sedangkan jika anak

ditinggalkan atau ditolak, ia akan merasa tidak berharga dan tidak bernilai dan akhirnya akan memiliki *self-esteem* yang rendah. *Self-esteem* adalah evaluasi pribadi terhadap diri yang menghasilkan perasaan berharga (Miller, Pearlman & Brehm, 2007). Dari hasil studi longitudinal dari Sroufe dan Egeland, juga ditemukan bahwa anak yang memiliki *secure attachment* pada waktu kecil akan memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi daripada anak yang memiliki *insecure attachment* (Sroufe dalam Cassidy, 1990).

*Self-esteem* akhirnya berpengaruh pada kemampuan individu menjalin hubungan intim. Individu dengan *self-esteem* tinggi, merasa kompeten, dicintai dan layak untuk memperoleh kebahagiaan, mempunyai kesempatan baik untuk menjalin hubungan intim dengan pasangan. Pada individu dengan *self-esteem* rendah kurang berhasil dalam hubungan romantis karena tidak memiliki ketrampilan sosial yang baik sehingga sulit untuk mengawali dan mempertahankan hubungan dengan orang lain (Kenneth, Karen & Dion, dalam Bird & Menville, 1994).

Kemampuan seseorang dalam menjalin hubungan intim ini akan berpengaruh pada terpenuhinya intimacy, terutama pada seseorang yang berada dalam tahap perkembangan dewasa muda. Bagarozzi (2001) memandang *intimacy* sebagai suatu kebutuhan dasar manusia. Ia mengatakan bahwa *intimacy* merupakan hubungan pribadi yang dekat, mendalam dan melibatkan afeksi atau cinta dengan seseorang, yang diikuti pengetahuan dan pemahaman yang mendalam terhadap orang tersebut serta melibatkan pengungkapan pikiran maupun perasaan. Selanjutnya Bagarozzi (2001), menambahkan bahwa *intimacy* mengandung sejumlah komponen yang saling berhubungan. Ia mengidentifikasi komponen tersebut menjadi sembilan komponen atau dimensi, yaitu: *emotional intimacy*, *psychological intimacy*, *intellectual intimacy*, *sexual intimacy*, *physical (nonsexual) intimacy*, *spiritual intimacy*, *aesthetic intimacy*, *social and recreational intimacy*, dan *temporal intimacy*.

Salah satu tugas perkembangan dewasa muda menurut Harvinghurst (dalam Turner & Helms, 1995), adalah menikah dan membentuk keluarga. Individu yang tidak menjalankan tugas perkembangannya akan merasa ada yang kurang pada dirinya. Akan tetapi pada individu dengan *insecure attachment* dan *self-esteem* yang

rendah membuat individu kesulitan dalam menjalankan tugas perkembangannya tersebut. Sehingga walaupun individu memiliki keinginan akan terpenuhinya *intimacy*, dengan kemampuan menjalin hubungan intim yang rendah membuatnya tetap sulit dalam membentuk hubungan intim dan meneruskannya dalam pernikahan. Apalagi ketika individu mencapai usia 30 tahun, tekanan untuk menetap dan menikah akan meningkat. Jika wanita ingin membesarkan anak, dia akan merasa lebih terdesak ketika mencapai usia 30 tahun. Inilah ketika banyak individu membuat keputusan secara sadar untuk menikah atau untuk hidup lajang dimana dalam hal ini, tidak lagi memprioritaskan pernikahan sebagai tugas utama dan memiliki fokus perhatian pada hal lain di luar pernikahan.

