

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian Kelekatan Orang Tua

Istilah kelekatan (*attachment*) pertama kali dikemukakan oleh seorang psikolog dari Inggris yang bernama John Bowlby pada tahun 1985, yang kemudian diformulasikan dengan lebih lengkap oleh Mary Ainsworth. Kelekatan merupakan suatu ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak lewat interaksinya dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya yaitu orang tua.

Newman mengatakan bahwa kelekatan adalah suatu proses yang berkembang secara spesifik, yaitu ikatan emosi positif yang terbentuk pada orang lain. Kelekatan dikembangkan pada individu yang berada pada masa bayi yang membentuk hubungan kelekatan dengan pengasuhnya (orang tua), dimana ibu lebih cenderung berperan menjadi pengasuh utama bayi.

Kelekatan adalah istilah keseluruhan yang mengacu pada keadaan dan kualitas kelekatan individu, ini dapat dibagi menjadi kelekatan aman dan kelekatan tidak aman. Merasa terikat berarti merasa aman dan terjamin, begitu pula sebaliknya, orang yang memiliki keterikatan yang tidak aman mungkin memiliki campuran perasaan terhadap sosok kelekatan mereka seperti cinta dan ketergantungan yang kuat, ketakutan akan penolakan, lekas marah, dan kewaspadaan.

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa kelekatan adalah suatu proses yang berkembang secara spesifik meliputi ikatan emosional yang kuat dan dikembangkan oleh anak melalui interaksinya dengan sosok figur lekatnya sejak masa bayi.

B. Aspek-aspek Kelekatan Orang Tua

Aspek kelekatan pada orang tua dapat diukur berdasarkan dimensi kelekatan dalam *Inventory Parent and Peer Attachment (IPPA)*, Armsden dan Greenberg menjelaskan terdapat tiga aspek kelekatan yaitu:¹⁷

1. Kepercayaan (*Trust*) adalah kepercayaan antara anak terhadap orang tua yang mengarah kepada rasa saling memahami dan menghormati kebutuhan dan keinginan anak. Pada usia remaja orang tua tetap mengontrol apa yang dilakukan anak ketika di sekolah maupun pergaulan remaja secara berlebihan.
2. Komunikasi (*Communication*) adalah komunikasi anak terhadap orang tua yang mengarah kepada komunikasi verbal dan keterlibatan anak pada orang tua. Di usia remaja orang tua mampu merespon dengan baik keadaan emosional yang sedang dialami remaja dengan adanya kepedulian, kekhawatiran, komunikasi yang baik sehingga mampu membuat remaja menjadi terbuka dalam menceritakan setiap permasalahan yang dihadapinya.
3. Keterasingan (*Alienation*) adalah pengasingan dari orang tua yang mengarah kepada perasaan anak yang terhalang, kemarahan, dan

¹⁷ Armsden & Greenberg, "The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Well-Being in Adolescence", *Journal of Youth and Adolescence*, 16 (1987),5.

pengalaman ketidak dekatan dengan orang tua. Pengasingan ini terjadi jika orang tua kurang tanggap pada remaja serta tidak memberikan kepercayaan terhadap apa yang telah dilakukan remaja.

C. Faktor Yang Mempengaruhi Pola Kelekatan

Colin menjelaskan pola-pola kelekatan dipengaruhi oleh beberapa hal sebagai berikut:¹⁸

1. Tokoh Pengasuh

Kepribadian dari pengasuh utama dapat menentukan atau mempengaruhi pola kelekatan pada anak. Pengasuh yang menderita penyakit mental atau gangguan kepribadian mungkin mengasuh dan merespon bayi dengan cara yang menyimpang, kemudian bayi akan mengembangkan penjaan, mengubah atau melakukan penyimpangan dari perilaku kelekatan.

2. Faktor Demografis

Jenis kelamin bayi maupun golongan sosial, status ekonomi mempengaruhi pola kelekatan terhadap ibu. Pada kasus *anxious attachment* kepada ibu lebih banyak dialami daripada mereka yang berada di tingkat ekonomi yang lebih baik karena keluarga dalam kemiskinan sering mengalami berbagai masalah.

3. Pengguna Obat-obatan dan Alkohol

Ibu yang menggunakan alkohol atau obat-obatan saat masa kehamilan akan menimbulkan efek jangka panjang yang tidak dapat diubah pada bayi

¹⁸SARI, Suci Lia; DEVIANTI, Rika; NUR'AINI, SAFITRI. *Kelekatan Orangtua untuk Pembentukan Karakter Anak*, (Educational guidance and counseling development journal, 2018), 1.1: 16-31.

sehingga orang tua yang kecanduan alkohol maupun obat-obatan akan berpengaruh banyak efek yang tidak diinginkan pada anak.

4. Kelahiran *prematur* dan penyakit dini

Bayi yang *prematur* cenderung menunjukkan koordinasi motorik yang lemah, lebih sedikit menangis, lebih mudah marah dan sulit merasakan kenyamanan.

5. Dukungan Sosial

Dukungan sosial dari ibu memberikan kontribusi yang penting untuk kualitas kelekatan anak pada ibu.

Menurut Bowlby kelekatan memiliki nilai keberlangsungan hidup yang tidak hanya fisik saja, Bowlby meyakini bahwa kelekatan memberikan hubungan psikologis antar sesama manusia. Beliau juga meyakini bahwa ikatan paling awal yang terbentuk antara anak dengan orang-orang yang telah mengasuh mereka memiliki dampak pada pembentukan hubungan yang berkelanjutan sepanjang hidupnya. Sebuah hubungan kelekatan dapat didefinisikan dengan adanya tiga figur utama, yaitu:¹⁹

1. Kedekatan mencari sosok yang disukai

Teori kelekatan menerima keunggulan ibu sebagai pengasuh utama, tetapi sosok ayah juga mungkin menjadi figur kelekatan utama jika mereka memberikan sebagian besar pengasuhan anak.

2. Efek ‘basis aman’

¹⁹Jeremy Holmes, *John Bowlby & Attachment Theory* (Taylor dan Francis e-Library: Routledge, 2001), 68-72.

Mary Ainsworth pertama kali menggunakan frase ‘markas aman’ untuk menggambarkan suasana yang diciptakan oleh figur kelekatan untuk orang terikat. Seperti contoh ketika anak dalam bahaya anak akan berpegang teguh pada figur kelekatanannya.

3. Protes pemisahan

Bowlby mengidentifikasi protes sebagai respon utama yang dihasilkan pada anak-anak dengan pemisahan dari orang tua mereka. Menangis, menjerit, berteriak, menggigit, menendang, berperilaku buruk merupakan respon normal terhadap ancaman ikatan keterikatan dan mungkin memiliki fungsi mencoba memulihkannya dengan menghukum pengasuh dari mencegah pemisahan lebih lanjut.

D. Bentuk-bentuk Kelekatan Orang Tua

Ainsworth menyusun situasi aneh di akhir tahun 1950-an sebagai studinya tentang interaksi ibu pada anak di tahun pertama kehidupan, dia melakukan eksperimen seorang ibu dan anak berusia satu tahun dengan memperkenalkan ruang bermain, kemudian memisahkan ibunya dengan meninggalkan anak itu sendiri selama tiga menit, lalu mempersatukan ibu dengan anak tersebut. Seluruh prosedur tersebut direkam kemudian dinilai dengan video yang berfokus pada respon anak terhadap perpisahan dan penyatuan kembali. Tujuannya adalah untuk mengetahui perbedaan individu ketika menghadapi tekanan perpisahan. Respon utama tersebut merupakan bentuk-bentuk kelekatan yang terbagi menjadi beberapa bagian yaitu:

1. Kelekatan aman (*Secure attachment*)

Anak-anak ini terkadang tertekan dengan adanya perpisahan, namun ketika dipersatukan kembali mereka akan menyapa orang tua mereka, menerima kenyamanan, dan kemudian kembali bermain dengan gembira atau merasa puas. Dalam kelekatan ini sosok figur lekat konsisten dalam memberikan kebutuhan anak dan kasih sayang.

2. Kelekatan tidak aman - menghindar (*Avoidant attachment*)

Anak-anak ini menunjukkan tanda-tanda kesusahan ketika berpisah, dan mengabaikan ibu ketika bersatu kembali, pada kesempatan kedua akan menjadi pemicu stres yang lebih besar sehingga lebih waspada dan terhambat dalam permainan mereka. Dalam kelekatan ini sosok figur lekat memiliki jarak atau tidak mempunyai kedekatan dengan anak dan tidak membangun keterlibatannya dengan kebutuhan anak.

3. Kelekatan tidak aman – tahan (*Ambivalent attachment*)

Anak-anak ini merasa sangat tertekan ketika berpisah dan sulit ditenangkan. Mereka mencari figur lekatnya, tetapi kemudian melawan dengan menendang, berbalik, menggeliat, memukul mainan yang ditawarkan, terus berganti-ganti antara marah dan kelekatan pada figur lekatnya sehingga eksplorasinya terhambat. Dalam kelekatan ini sosok figur lekat tidak konsisten yang terkadang sensitive terhadap anak namun terkadang juga menelantarkan dan tidak memenuhi kebutuhan anak.

4. Kelekatan tidak aman – tidak teratur (*Disorganized attachment*)

Anak-anak ini akan menunjukkan berbagai perilaku bingung termasuk membeku atau gerakan stereotip saat bersatu dengan figur lekat mereka. Dalam kelekatan ini sosok figur lekat mempunyai perilaku yang tidak

tentu, kadang ekstrem pasif, dan kadang menakutkan sehingga membuat anak frustrasi, depresi, berperilaku pasif dan tidak responsif.²⁰

Kelekatan bayi pada figur lekatnya memiliki berbagai macam dinamika, pada masa bayi variabel seperti depresi ibu, perilaku antisosial, pekerjaan ibu, cara mengasuh anak memiliki lebih banyak pengaruh dalam memprediksi kestabilan dan perubahan kelekatan pada masa bayi. Selain itu terdapat faktor eksternal yang dapat mempengaruhi kelekatan seorang anak pada figur lekatnya seperti peristiwa kehidupan negatif dan faktor-faktor yang berhubungan dengan perkawinan seperti kepuasan hubungan akan mempengaruhi kestabilan maupun perubahan selama periode perkembangan. Pada masa remaja faktor-faktor yang mempengaruhi kelekatan adalah identitas dan komunikasi dalam interaksi dengan keluarga, peristiwa negatif dengan orang tua, dan mengalami depresi karena di masa ini variabel koping, kesejahteraan hidup, tekanan lingkungan, bekerjasama untuk mempertahankan atau memodifikasi hubungan kelekatan dengan orang tua mempengaruhi kestabilan dan perubahan kelekatan dengan orang tua.²¹

Kelekatan pada orang tua memainkan peran penting dalam perkembangan anak. Hubungan yang sehat antara anak dan orang tua tidak hanya memberi rasa aman tetapi juga memberikan pertumbuhan sosial dan emosional anak. Dengan memahami aspek-aspek ini, kita dapat lebih menghargai pentingnya peran orang tua dalam bentuk karakter dan perilaku anak di masa depan.

²⁰Julia Maria van Tiel, *Perkembangan Sosial Emosional Anak Gifted* (Jakarta: Prenada, 2019), 75.

²¹Ahmad Saifuddin, *Psikologi Umum Dasar* (Jakarta: Kencana, 2022), 281.

Santrock menjelaskan bahwa kedekatan remaja dengan orang tua dapat membantu terbentuknya kompetensi sosial dan keberadaan remaja secara umum, serta mempengaruhi harga diri, kematangan emosional dan kesehatan fisik sehingga kenyamanan yang terjalin dengan orang tua akan menimbulkan kepuasan bagi remaja yang akan berpengaruh terhadap terbentuknya harga diri yang tinggi.

Orang tua memiliki peran masing-masing pada fungsi keluarga, remaja kemungkinan untuk memilih salah satu dari orang-orang yang ada dalam keluarga sebagai figur lekatnya. Namun keberadaan seorang ibu menempati peringkat pertama dalam figur kelekatan karena sosok ibu lebih sering berinteraksi dengan anak sejak kecil dan berfungsi sebagai orang yang memenuhi kebutuhan dan memberikan rasa nyaman.

Intensitas waktu bertemu dan kepuasan terhadap orang tua serta lingkungan yang mampu memenuhi kebutuhan anak merupakan faktor kelekatan antara orang tua dan anak. Dalam hal ini, kelekatan orang tua pada anak memegang peranan yang cukup penting dalam komponen afektif kesejahteraan subjektif anak karena orang tua merupakan lingkungan tempat anak berkembang, menghabiskan waktu lebih banyak dengan anak.²² Hasil riset menunjukkan bahwa kelekatan orang tua memiliki keterkaitan yang erat dengan kesejahteraan psikologis anak dan remaja. Bahkan dalam kondisi berkebutuhan khusus, disabilitas atau tidak ternyata kelekatan orang tua memiliki peran penting dalam kesejahteraan psikologis mereka.

²²Lestari & Bawono, *Kaitan antara Kelekatan Orang Tua dengan Kesejahteraan Subjektif pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19*, (In Seminar Nasional Psikologi UM, 2022) (pp. 1-17).

Penelitian telah menunjukkan bahwa kelekatan yang aman dan nyaman dengan orang tua memiliki dampak positif signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Individu yang memiliki hubungan emosional kuat dengan orang tuanya cenderung memiliki harga diri yang lebih tinggi, penyesuaian emosional yang lebih baik, dan kesehatan mental yang lebih baik. Kelekatan yang aman juga membantu remaja dalam menghadapi stres dan tantangan transisional dari masa kanak-kanak ke masa dewasa tanpa mengalami kecemasan atau depresi.