DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v11i3
P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062

Pengaruh Kelekatan dengan Orang Tua dan Kecerdasan Emosi terhadap Kesejahteraan Psikologis Individu menjalin Hubungan Pacaran

[1]Farah Khalda Kolopaking, [2]Anizar Rahayu
[1]Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I., Jakarta
[1]Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I., Jakarta

E-mail: [1]farahkhalda29@gmail.com, [2]Anizar.rahayu@upi-yai.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kelekatan dengan orang tua dan kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan psikologis individu ketika sedang menjalin hubungan pacaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian adalah individu yang menjalin hubungan pacaran di Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan, dengan jumlah responden sebanyak 200 orang yang diperoleh menggunakan teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala kesejahteraan psikologis berdasarkan teori Ryff, skala kelekatan anak dengan orang tua berdasarkan teori Armsden dan Greenberg, serta skala kecerdasan emosi berdasarkan teori Salovey dan Mayer. Ketiga skala telah melalui uji validitas (uji daya beda item) dan reliabilitas. Analisis data dilakukan menggunakan program JASP dengan *Bivariate Correlation* dan *Multivariate Correlation*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelekatan anak dengan orang tua berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis ($\beta = 0{,}612$; $p < 0{,}001$), sedangkan kecerdasan emosi juga berpengaruh positif dan signifikan ($\beta = 0{,}139$; $p = 0{,}046$). Secara simultan, kedua variabel berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis ($R = 0{,}716$; $R^2 = 0{,}512$; $F = 103{,}860$; $p < 0{,}001$), yang berarti 51,2% variasi kesejahteraan psikologis dijelaskan oleh kedua variabel tersebut, sedangkan 48,8% dijelaskan oleh faktor lain di luar penelitian.

Kata kunci: ***kelekatan anak dengan orang tua, kecerdasan emosi, kesejahteraan psikologis, hubungan pacaran***

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of parental attachment and emotional intelligence on the psychological well-being of individuals in dating relationships. This study employed a quantitative approach with a correlational design. The population consisted of individuals in dating relationships in Tebet District, South Jakarta, with a sample of 200 respondents selected using purposive sampling. Data were collected using a psychological well-being scale based on Ryff's theory, a parental attachment scale based on Armsden and Greenberg's theory, and an emotional intelligence scale based on Salovey and Mayer's theory. All three scales underwent validity and reliability testing. Data were analyzed using JASP through Bivariate Correlation and Multivariate Correlation. The results showed that parental attachment had a positive and significant effect on psychological well-being ($\beta = 0.612$; $p < 0.001$), while emotional intelligence also had a positive and significant effect ($\beta = 0.139$; $p = 0.046$). Simultaneously, both variables significantly affected psychological well-being ($R = 0.716$; $R^2 = 0.512$; $F = 103.860$; $p < 0.001$), explaining 51.2% of the variance, while the remaining 48.8% was explained by other factors outside the study.

Keywords: parental attachment, emotional intelligence, psychological well-being, dating relationships

P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062
DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v11i3

1. PENDAHULUAN

Hubungan pacaran pada individu usia dewasa awal menunjukkan permasalahan yang semakin kompleks. Sebagai bentuk hubungan interpersonal yang melibatkan kedekatan emosi, hubungan pacaran memberi kesempatan memperoleh kasih sayang, dukungan, dan keintiman, namun tidak jarang justru diwarnai konflik, ketidakstabilan, ketidakpercayaan, kecemburuan, serta ketergantungan emosi yang berlebihan. Kondisi ini menunjukkan bahwa keberadaan pasangan tidak dapat dijadikan indikator langsung kondisi psikologis yang baik; yang lebih menentukan adalah kualitas hubungan dan cara individu merespons dinamika di dalamnya (Gomez-Lopez et al., 2019).

Rendahnya kesejahteraan psikologis dalam hubungan pacaran tampak dari meningkatnya perasaan kesepian, kecenderungan *overthinking*, dan kesulitan mengelola konflik dengan pasangan. Data *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS, 2022) mencatat sekitar satu dari tiga remaja dan dewasa awal di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, seperti kecemasan, stres emosi, dan kesepian. Fenomena *toxic relationship* dan ketergantungan emosi juga semakin banyak dibicarakan, khususnya pada usia dewasa awal (18–29 tahun), tahap perkembangan yang menurut Erikson (1963) ditandai konflik psikososial *intimacy vs isolation*, di mana keberhasilan membangun hubungan intim berkontribusi pada kualitas hidup yang lebih baik, sedangkan kegagalannya berisiko menimbulkan kesepian dan isolasi diri.

Ryff (1989) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis bukan sekadar ketiadaan gangguan atau perasaan bahagia semata, melainkan kemampuan individu berfungsi secara positif, yang mencakup penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Dalam konteks hubungan pacaran, individu membutuhkan sumber daya psikologis untuk menjalani hubungan secara sehat. Kelekatan dengan orang tua memberi dasar rasa aman dan kepercayaan dalam membangun hubungan interpersonal (Bowlby, 1969; Armsden & Greenberg, 1987), sedangkan kecerdasan emosi berkaitan dengan kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola pengalaman emosi yang muncul dalam hubungan (Salovey & Mayer, 1990). Kedua faktor ini memiliki karakteristik berbeda namun sama-sama relevan bagi kemampuan individu menjalani hubungan interpersonal secara sehat.

Meskipun demikian, penelitian yang mengkaji kelekatan anak dengan orang tua dan kecerdasan emosi secara bersamaan dalam kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada dewasa awal yang berpacaran masih terbatas — penelitian terdahulu cenderung mengkaji variabel secara terpisah atau berfokus pada populasi remaja maupun pasangan menikah, dan penelitian dalam konteks budaya Indonesia masih relatif sedikit (Yundari & Nurcahyo, 2023). Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh: (1) kelekatan anak dengan orang tua terhadap kesejahteraan psikologis; (2) kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan psikologis; dan (3) kelekatan anak dengan orang tua dan kecerdasan emosi secara bersama-sama terhadap kesejahteraan psikologis individu yang menjalin hubungan pacaran.

2. LANDASAN TEORI

A. Kesejahteraan Psikologis

Ryff (1989) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai kondisi keberfungsian psikologis positif yang

DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v11i3
P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062

tercermin dari kemampuan individu menerima dirinya, membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki otonomi, menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan mengembangkan potensi diri secara berkelanjutan. Berbeda dengan pendekatan Bradburn (1969) yang menekankan keseimbangan afek positif–negatif, atau Ryan dan Deci (2017) yang menyoroti pemenuhan kebutuhan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan, teori Ryff dipilih karena menjelaskan kesejahteraan psikologis secara *eudaimonic* dan lebih komprehensif, mencakup enam dimensi: *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*.

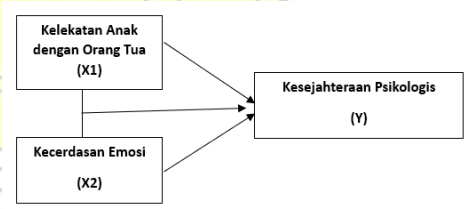
B. Kelekatan Anak dengan Orang Tua

Bowlby (1969) menjelaskan kelekatan sebagai ikatan emosi yang kuat dan bertahan lama antara individu dan figur pengasuh utama, yang membentuk *internal working model* pola keyakinan mengenai diri sendiri dan orang lain yang terbawa hingga hubungan interpersonal dewasa, termasuk hubungan pacaran (Hazan & Shaver, 1987). Penelitian ini menggunakan pendekatan Armsden dan Greenberg (1987) yang mengukur kualitas kelekatan melalui tiga aspek: (1) *trust* (kepercayaan) keyakinan individu bahwa orang tua mampu memberi perhatian dan dukungan; (2) *communication* (komunikasi) keterbukaan menyampaikan pikiran dan perasaan; dan (3) *alienation* (keterasingan) perasaan jauh atau tidak dipahami dalam hubungan dengan orang tua. Ketiga aspek ini dipilih karena lebih spesifik dan relevan menggambarkan kualitas hubungan emosi anak–orang tua yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis dalam konteks hubungan pacaran.

C. Kecerdasan Emosi

Salovey dan Mayer (1990) mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan individu mengenali, menggunakan, memahami, dan mengelola emosi diri maupun orang lain secara efektif, yang terdiri atas empat aspek: (1) *perceiving emotions* (mengenali emosi); (2) *using emotions to facilitate thinking* (menggunakan emosi untuk mendukung proses berpikir); (3) *understanding emotions* (memahami emosi); dan (4) *managing emotions* (mengelola emosi). Model ini dipilih karena memandang kecerdasan emosi sebagai proses pemrosesan informasi emosi yang sistematis, relevan untuk menggambarkan kemampuan individu menghadapi dinamika emosi dalam hubungan pacaran.

D. Kerangka Berpikir



Gambar 1. Kerangka berpikir pengaruh kelekatan anak dengan orang tua (X1) dan kecerdasan emosi (X2) terhadap kesejahteraan psikologis (Y)

Kelekatan anak dengan orang tua (X1) diduga berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis (Y) karena kualitas kelekatan menjadi dasar rasa aman, kepercayaan, dan kemampuan membangun hubungan positif (Ryff, 1989). Kecerdasan emosi (X2) diduga berpengaruh karena kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi mendukung individu menghadapi konflik dan mempertahankan hubungan interpersonal yang positif (Salovey & Mayer, 1990). Secara bersama-sama, kedua variabel diduga saling melengkapi: kelekatan memberi dasar pengalaman emosi dan interpersonal, sedangkan kecerdasan emosi membantu mengelola informasi emosi tersebut dalam menghadapi situasi hubungan pacaran.

P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062
DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v11i3

E. Hipotesis

Ha1: Ada pengaruh kelekatan anak dengan orang tua terhadap kesejahteraan psikologis individu yang menjalin hubungan pacaran.

Ha2: Ada pengaruh kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan psikologis individu yang menjalin hubungan pacaran.

Ha3: Ada pengaruh kelekatan anak dengan orang tua dan kecerdasan emosi secara bersama-sama terhadap kesejahteraan psikologis individu yang menjalin hubungan pacaran.

3. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, terdiri atas satu variabel terikat (kesejahteraan psikologis, Y) dan dua variabel bebas (kelekatan anak dengan orang tua, X1; dan kecerdasan emosi, X2). Populasi penelitian adalah individu yang sedang menjalin hubungan pacaran di Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan. Sampel berjumlah 200 responden yang diperoleh melalui teknik *purposive sampling* (Sugiyono, 2023), dengan kriteria: berdomisili di Kecamatan Tebet; berusia 18–29 tahun; sedang menjalin hubungan pacaran; bersedia menjadi responden; dan memiliki orang tua lengkap.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga skala Likert (empat alternatif jawaban: Tidak Relevan–Relevan) yang disusun berdasarkan aspek masing-masing variabel: skala Kesejahteraan Psikologis mengacu pada teori Ryff (1989), skala Kelekatan Anak dengan Orang Tua mengacu pada teori Armsden dan Greenberg (1987), dan skala Kecerdasan Emosi mengacu pada teori Salovey dan Mayer (1990). Uji daya beda item (kriteria $r \geq 0{,}300$) menggunakan JASP 0.98.1 menghasilkan jumlah item akhir sebagaimana Tabel 1.

Tabel 1. Ringkasan Instrumen Penelitian

Skala	Jumlah Item Akhir	Cronbach's Alpha	Kategori Reliabilitas
Kesejahteraan Psikologis	48 (24 *favorable*, 24 *unfavorable*)	0,930	Sangat reliabel
Kelekatan Anak dengan Orang Tua	24 (12 *favorable*, 12 *unfavorable*)	0,819	Reliabel
Kecerdasan Emosi	32 (16 *favorable*, 16 *unfavorable*)	0,913	Sangat reliabel

Sumber: hasil uji daya beda dan reliabilitas (kriteria Guilford), diolah dari data penelitian

Analisis data dilakukan menggunakan program JASP 0.98.1. *Bivariate Correlation* digunakan untuk menguji hubungan masing-masing variabel bebas (X1 dan X2) secara terpisah dengan kesejahteraan psikologis (Y), sedangkan *Multivariate Correlation* digunakan untuk menguji pengaruh X1 dan X2 secara simultan terhadap Y, termasuk nilai koefisien determinasi (R^2).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Responden

Total 200 responden berpartisipasi dalam penelitian ini. Karakteristik demografis responden disajikan pada Tabel 2.

DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v11i3
P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062

Tabel 2. Karakteristik Demografis Responden (N = 200)

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	89	44,3%
	Perempuan	111	55,7%
Usia	18–20 tahun	28	13,9%
	21–23 tahun	70	34,8%
	24–26 tahun	85	42,3%
	27–29 tahun	18	9,0%
Lama Hubungan	< 6 bulan	36	17,9%
	6 bulan – < 1 tahun	82	40,8%
	1 – < 2 tahun	60	29,9%
	2 – < 3 tahun	15	7,5%
	> 3 tahun	7	3,5%

Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (55,7%), berusia 24–26 tahun (42,3%), dengan durasi hubungan terbanyak pada rentang 6 bulan hingga kurang dari 1 tahun (40,8%). Sebaran usia menunjukkan bahwa responden berada pada tahap perkembangan dewasa awal sebagaimana dikonsepkan Erikson (1963), yaitu masa ketika individu dihadapkan pada tugas perkembangan membangun keintiman versus isolasi. Durasi hubungan yang bervariasi dari kurang dari 6 bulan hingga lebih dari 3 tahun turut menggambarkan keragaman tahap perkembangan hubungan pacaran yang dijalani responden, mulai dari tahap awal pembentukan kepercayaan hingga tahap mempertahankan komitmen jangka panjang.

Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan metode *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* (K-S) dilakukan pada ketiga variabel penelitian. Hasil pengujian disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas (One-Sample Kolmogorov-Smirnov)

Variabel	Statistik K-S	p
Kesejahteraan Psikologis	0,247	< 0,001
Kelekatan Anak dengan Orang Tua	0,192	< 0,001
Kecerdasan Emosi	0,194	< 0,001

Ketiga variabel menunjukkan distribusi data yang tidak normal ($p < 0,05$). Kondisi ini lazim ditemukan pada penelitian dengan instrumen skala psikologis berskala besar (N = 200) dan tidak menghalangi penggunaan analisis korelasi *Pearson* maupun regresi, mengingat uji-uji tersebut relatif *robust* terhadap pelanggaran asumsi normalitas pada ukuran sampel besar (N > 30) sesuai *central limit theorem*.

Uji Kategorisasi

Tingkat kecenderungan skor responden pada setiap variabel dikelompokkan ke dalam tiga kategori (rendah, sedang, tinggi) berdasarkan mean hipotetik (Mi) dan standar deviasi hipotetik (SDi) masing-masing skala. Hasil kategorisasi disajikan pada Tabel 4.

P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062
DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v11i3

Tabel 4. Hasil Uji Kategorisasi Variabel Penelitian

Variabel	Mi	SDi	Kategori	Rentang Skor	f	%
Kesejahteraan Psikologis	120	24	Rendah	X < 96	18	9,0%
			Sedang	96 ≤ X < 144	146	73,0%
			Tinggi	X ≥ 144	36	18,0%
Kelekatan Anak-Orang Tua	60	12	Rendah	X < 48	20	10,0%
			Sedang	48 ≤ X < 72	146	73,0%
			Tinggi	X ≥ 72	34	17,0%
Kecerdasan Emosi	80	16	Rendah	X < 64	18	9,0%
			Sedang	64 ≤ X < 96	148	74,0%
			Tinggi	X ≥ 96	34	17,0%

Ketiga variabel menunjukkan pola distribusi kategori yang serupa: mayoritas responden (73,0%–74,0%) berada pada kategori **sedang**, sementara proporsi kategori tinggi (17,0%–18,0%) sedikit lebih besar dibandingkan kategori rendah (9,0%–10,0%). Pola ini konsisten pada ketiga variabel dan mengindikasikan bahwa secara umum responden memiliki kualitas kelekatan dengan orang tua, kecerdasan emosi, dan kesejahteraan psikologis yang cukup baik, tetapi belum optimal. Kemiripan proporsi antar-variabel ini juga secara deskriptif memberi petunjuk awal adanya keterkaitan di antara ketiganya, yang selanjutnya diuji secara inferensial melalui uji hipotesis.

Uji Hipotesis

Hasil analisis *Bivariate Correlation* dan *Multivariate Correlation* disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Ringkasan Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis	Analisis	Koefisien	R^2	Kontribusi	F	p	Keterangan
Ha1 (X1 → Y)	*Bivariate Correlation*	β = 0,612; R = 0,709	0,502	50,2%	—	< 0,001	Signifikan, Ha1 diterima
Ha2 (X2 → Y)	*Bivariate Correlation*	β = 0,139	0,010	1,0%	—	0,046	Signifikan, Ha2 diterima
Ha3 (X1, X2 → Y)	*Multivariate Correlation*	R = 0,716	0,512	51,2%	103,860	< 0,001	Signifikan, Ha3 diterima

Ketiga hipotesis penelitian diterima. Kelekatan anak dengan orang tua berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis (β = 0,612; R = 0,709; p < 0,001), menjelaskan 50,2% variasinya secara terpisah. Kecerdasan emosi juga berpengaruh positif dan signifikan (β = 0,139; p = 0,046), meskipun kontribusinya jauh lebih kecil, yaitu hanya 1,0%. Ketika dianalisis secara simultan, kedua variabel menjelaskan 51,2% variasi kesejahteraan psikologis (R = 0,716; R^2 = 0,512; F = 103,860; p < 0,001), sedangkan 48,8% sisanya dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar kedua variabel yang diteliti.

Pembahasan

Temuan bahwa kelekatan anak dengan orang tua menjadi prediktor yang jauh lebih dominan (β = 0,612)

DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v11i3
P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062

dibandingkan kecerdasan emosi (β = 0,139) memperkuat teori kelekatan Bowlby (1969) bahwa hubungan emosi yang aman dengan figur pengasuh utama membentuk *internal working model* pola keyakinan mendasar mengenai diri sendiri dan orang lain yang menjadi fondasi bagi seluruh hubungan interpersonal individu di kemudian hari, termasuk hubungan pacaran pada masa dewasa awal (Hazan & Shaver, 1987; Fraley & Shaver, 2000). Individu dengan kepercayaan tinggi, komunikasi terbuka, dan rendahnya perasaan keterasingan terhadap orang tua (Armsden & Greenberg, 1987) tampak lebih mampu menjalankan fungsi psikologis secara positif sejalan dengan konsep *secure base* Ainsworth et al. (1978), di mana orang tua yang responsif menjadi sumber rasa aman yang memungkinkan individu mengeksplorasi hubungan sosial, termasuk relasi romantis, tanpa dibayangi kecemasan berlebihan.

Besarnya kontribusi kelekatan orang tua (50,2%) dalam penelitian ini juga sejalan dengan temuan Sari, Devianti, dan Safitri (2018) yang menegaskan peran sentral kelekatan orang tua dalam pembentukan karakter dan kestabilan psikologis anak, serta penelitian Yundari dan Nurcahyo (2023) pada siswa SMA yang menemukan kelekatan orang tua sebagai prediktor kuat kesejahteraan psikologis. Temuan ini memperluas bukti tersebut ke populasi dewasa awal yang tengah menjalani hubungan romantis, menunjukkan bahwa pengaruh kelekatan orang tua tidak berhenti pada masa remaja, melainkan terus terbawa (*carry-over effect*) ke dalam kualitas relasi interpersonal pada tahap perkembangan berikutnya sebagaimana diprediksi oleh teori *internal working model*.

Pengaruh kecerdasan emosi yang signifikan namun jauh lebih kecil (kontribusi 1,0% secara terpisah) tetap mendukung proposisi Salovey dan Mayer (1990) bahwa kemampuan mengenali, menggunakan, memahami, dan mengelola emosi berperan dalam adaptasi psikologis individu. Goleman (1995) menambahkan bahwa kecerdasan emosi turut menentukan keberhasilan individu dalam membina hubungan sosial melalui empati dan pengendalian dorongan emosi, sementara Bar-On (2006) memandangnya sebagai kemampuan non-kognitif yang mendukung penyesuaian terhadap tekanan lingkungan. Namun demikian, kontribusi kecerdasan emosi yang relatif kecil pada penelitian ini mengindikasikan bahwa dalam konteks hubungan pacaran pada dewasa awal, pengalaman kelekatan yang terbentuk sejak awal kehidupan tampak menjadi determinan yang jauh lebih fundamental dibandingkan kapasitas regulasi emosi yang sifatnya lebih adaptif-situasional. Kondisi ini sedikit berbeda dengan temuan Abbasi, Tabatabaei, Aghamohammadiyan Sharbaf, dan Karshki (2016) pada pasangan menikah yang menemukan kontribusi kecerdasan emosi terhadap kepuasan relasional yang relatif lebih besar perbedaan ini dapat dijelaskan oleh perbedaan tahap dan komitmen hubungan antara pasangan menikah dengan individu yang masih berpacaran, di mana pada hubungan pacaran, rasa aman dari pola kelekatan awal mungkin masih memegang peran yang lebih dominan dibandingkan keterampilan regulasi emosi yang biasanya semakin teruji seiring lamanya dan tingkat komitmen hubungan.

Hasil uji kategorisasi yang menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori sedang untuk ketiga variabel (73,0–74,0%) juga memberikan gambaran yang relevan secara praktis: sebagian besar individu yang menjalin hubungan pacaran di Kecamatan Tebet berada pada kondisi "cukup sejahtera" namun belum mencapai fungsi psikologis yang optimal sebagaimana digambarkan Ryff (1989) dalam keenam dimensinya.

P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062
DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v11i3

Hal ini konsisten dengan pandangan Diener, Suh, Lucas, dan Smith (1999) bahwa kesejahteraan bersifat multidimensional dan dipengaruhi banyak faktor, sehingga kondisi "sedang" yang dominan wajar ditemukan pada populasi umum yang belum menerima intervensi psikologis khusus. Selain itu, temuan Demir (2008) menunjukkan bahwa kualitas hubungan romantis dan karakteristik kepribadian sama-sama menjadi prediktor kebahagiaan pada individu dewasa awal (*emerging adults*), memperkuat argumen bahwa 48,8% variasi kesejahteraan psikologis yang tidak dijelaskan oleh kelekatan orang tua dan kecerdasan emosi dalam penelitian ini kemungkinan berkaitan dengan faktor kepribadian, kualitas hubungan dengan pasangan itu sendiri, dukungan sosial di luar keluarga, maupun faktor kontekstual lain seperti kondisi ekonomi dan religiusitas.

Temuan ini juga relevan dikaitkan dengan hasil Sagone, Commodari, Indiana, dan La Rosa (2023) yang menunjukkan bahwa gaya kelekatan berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis pada dewasa muda lintas status hubungan, memperkuat generalisasi bahwa kualitas kelekatan baik dengan orang tua maupun pasangan merupakan salah satu prediktor lintas konteks bagi fungsi psikologis positif. Sementara itu, dari perspektif *social well-being* Keyes (1998) dan model PERMA Seligman (2011), kesejahteraan psikologis pada kategori sedang yang ditemukan dalam penelitian ini dapat dimaknai bahwa responden telah memiliki modal sosial dan emosi yang cukup (integrasi sosial dan keterlibatan yang wajar), tetapi mungkin belum sepenuhnya mengoptimalkan potensi hubungan pacaran sebagai sarana pertumbuhan pribadi dan pencapaian makna hidup.

Sebagai catatan metodologis yang perlu dipertimbangkan dalam menginterpretasikan hasil di atas: penelitian ini bersifat *cross-sectional* sehingga hanya menggambarkan kondisi responden pada satu titik waktu dan tidak dapat menjelaskan hubungan kausal maupun perubahan kelekatan, kecerdasan emosi, dan kesejahteraan psikologis dari waktu ke waktu; data dikumpulkan melalui kuesioner *self-report* secara daring yang berpotensi menimbulkan bias respons sosial dan variasi pemahaman responden terhadap butir pernyataan; serta cakupan sampel yang terbatas pada satu wilayah (Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan) membatasi generalisasi temuan ke populasi dengan karakteristik demografis maupun budaya yang berbeda.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa kelekatan anak dengan orang tua berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis individu yang menjalin hubungan pacaran semakin tinggi kepercayaan dan komunikasi serta semakin rendah keterasingan dengan orang tua, semakin tinggi kesejahteraan psikologis individu. Kecerdasan emosi juga berpengaruh positif dan signifikan, meskipun kontribusinya lebih kecil dibandingkan kelekatan orang tua. Secara simultan, kelekatan anak dengan orang tua dan kecerdasan emosi berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dan menjelaskan 51,2% variasinya, sedangkan 48,8% sisanya dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I. atas dukungan fasilitas penelitian, kepada Dr. Anizar Rahayu, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing atas arahan selama penyusunan penelitian ini, serta kepada seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam pengisian kuesioner penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Abbasi, A. R., Tabatabaei, S. M., Aghamohammadiyan Sharbaf, H., & Karshki, H. (2016). Relationship of attachment styles and emotional intelligence with marital satisfaction. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences, 10*(3), e2778. https://doi.org/10.17795/ijpbs-2778

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Erlbaum.

Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16*(5), 427–454. https://doi.org/10.1007/BF02202939

Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema, 18*(Suppl.), 13–25.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.

Bradburn, N. M., & Noll, C. E. (1969). *The structure of psychological well-being*. Aldine Publishing Company.

Center for Reproductive Health, University of Queensland, & Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health. (2022). *Indonesia–National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) report*. Center for Reproductive Health.

Demir, M. (2008). Sweetheart, you really make me happy: Romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies, 9*(2), 257–277. https://doi.org/10.1007/s10902-007-9051-8

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*(2), 276–302. https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276

Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed., rev. & enlarged). W. W. Norton.

Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology, 4*(2), 132–154. https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.

Gómez-López, M., Viejo, C., & Ortega-Ruiz, R. (2019). Psychological well-being during adolescence: Stability and association with romantic relationships. *Frontiers in Psychology, 10*, Article 1772. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01772

Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*(3), 511–524. https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511

Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly, 61*(2), 121–140.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(6), 1069–1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Sagone, E., Commodari, E., Indiana, M. L., & La Rosa, V. L. (2023). Exploring the association between attachment style, psychological well-being, and relationship status in young adults and adults—A cross-sectional study. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education, 13*(3), 525–539. https://doi.org/10.3390/ejihpe13030040

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality, 9*(3), 185–211.

Sari, S. L., Devianti, R., & Safitri, N. (2018). Kelekatan orangtua untuk pembentukan karakter anak. *Educational Guidance and Counseling Development Journal, 1*(1), 17–31. https://doi.org/10.24014/egcdj.v1i1.4947

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Ed. 2, Cet. 5). Alfabeta.

Yundari, A. D., & Nurcahyo, F. A. (2023). Peran kelekatan dengan orangtua dan kecerdasan emosional terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMA. *Jurnal Psikologi Udayana, 10*(1), 307–317. https://doi.org/10.24843/JPU.2023.v10.i01.p10