TAKAYA
Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung
Vol 01 No. 01
Juni 2024

Hubungan Antara Kelekatan Dengan Kecemasan Perpisahan Pada Mahasiswa Baru Yang Merantau Di Kota Semarang

[1]Indra Maharsa*, [2]Ruseno Arjanggi

[1]Mahasiswa, Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung
[2]Dosen, Fakultas Psikologi Universitas islam sultan agung

***Corresponding Author:**

ruseno@.unissula.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan terhadap kecemasan perpisahan pada mahasiswa baru yang merantau di Kota Semarang**.** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan responden berjumlah 104 mahasiswa yang merantau di Kota Semarang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala kelekatan yang terdiri dari 17 aitem dengan konsistensi internal 0,893 yang berarti reliabel dan skala kecemasan perpisahan yang terdiri dari 21 aitem dengan konsistensi internal 0,930 yang berarti juga reliabel. Teknik analisis data yang digunakan untuk penelitian ini yaitu *korelasi product moment*. Hasil dari uji hipotesis yang dilakukan menunjukkan adanya hubungan antara kelekatan terhadap kecemasan perpisahan pada mahasiswa baru yang merantau di Kota Semarang memperoleh hasil r -0.916 dengan taraf signifikansi 0,001 (p< 0,05), yang berarti bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kelekatan terhadap kecemasan perpisahan pada mahasiswa baru yang merantau di Kota Semarang.

Kata Kunci : Kelekatan, Kecemasan Perpisahan

Abstract

This study aims to determine the relationship between attachment and separation anxiety in new students who migrate to Semarang City. This study uses a quantitative method with 104 respondents who migrate to Semarang City. The measuring instrument used in this study is an attachment scale consisting of 17 items with an internal consistency of 0.893 which means it is reliable and a separation anxiety scale consisting of 21 items with an internal consistency of 0.930 which means it is also reliable. The data analysis technique used for this study is product moment correlation. The results of the hypothesis test conducted showed a relationship between attachment and separation anxiety in new students who migrate to Semarang City obtained a result of r -0.916 with a significance level of 0.001 (p <0.05), which means that there is a very significant negative relationship between attachment and separation anxiety in new students who migrate to Semarang City.

Keyword : Attachment, Separation Anxiety

1. PENDAHULUAN

Setiap manusia pasti melalui berbagai fase perkembangan, salah satu tahap perkembangan yang harus dilalui manusia adalah menjadi dewasa. Masa remaja menuju dewasa merupakan fase dimana manusia mulai berdikari. Masa peralihan menuju dewasa awal *(emerging adulthood)* merupakan masa transisi perkembangan dari remaja menuju dewasa yang dimulai dari usia 18 tahun hingga 25 tahun. Dalam masa ini, individu mulai melakukan eksplorasi terhadap identitas diri, terutama dalam cinta, pekerjaan, dan cara pandang terhadap dunia (Arini, 2021). Fase remaja seringkali menginginkan perubahan yang terjadi dalam hidupnya, keinginan untuk mandiri dan berdikari (Latifah dkk, 2023). Pada fase masa peralihan menuju dewasa awal *(emerging adulthood)* individu mulai mencoba untuk mengeksplorasi berbagai kesempatan untuk membuat komitmen dalam hidup dan mencoba untuk lebih mandiri dan tidak tergantung dengan orang tua (Dalimunthe, 2023).

Masa perkuliahan merupakan sebuah kesempatan sekaligus sebuah tantangan yang harus dijalani remaja untuk menuju dewasa awal yang dialami oleh seorang mahasiswa (Sya'roni, 2020). Pada kenyataannya mahasiswa seringkali menemui berbagai masalah dalam proses transisi dari siswa menjadi mahasiswa seperti lingkungan pertemanan yang berubah, kebiasaan sehari-hari, apalagi bagi mahasiswa yang merantau untuk kuliah dan terpisah dari rumah serta orang tua membutuhkan penyesuaian yang baik dalam berbahasa (Hutabarat & Nurchayati, 2021). Perpindahan dari lingkungan lama ke lingkungan baru membutuhkan proses adaptasi dari individu yang meliputi adaptasi secara komunikasi, pengendalian stres, dan adaptasi dengan perubahan dan percampuran budaya. Perpindahan tersebut berpotensi menyebabkan berbagai konflik, baik bagi fisik maupun psikologis (Raisa & Astuto, 2021) hal ini yang akan memicu terjadi berbagai gangguan kondisi psikologis seperti kecemasan. Kecemasan adalah ketegangan yang dihasilkan dari ancaman terhadap keamanan, baik yang nyata maupun imajinasi biasa yang dapat menyebabkan gangguan kepribadian lainnya (Nugraha, 2020). Adapun masalah kecemasan psikologis yang dapat disebabkan oleh keadaan ini adalah kecemasan perpisahan. Kecemasan perpisahan yang dialami remaja akan menyebabkan berbagai dampak negatif seperti menurunnya kinerja mahasiswa, gangguan kesehatan fisik dan mental, serta gangguan pada hubungan sosial (Fadilah, 2023).

Kecemasan perpisahan dewasa ditimbulkan akibat dari perpisahan individu dengan orang tua, individu yang belum mampu beradaptasi dengan baik dan memiliki motivasi yang kurang cenderung mengalami kecemasan (Cahyady & Mursyida, 2021). Kecemasan perpisahan tidak hanya dialami oleh anak-anak saja, sebanyak 58 orang (47,2%) dan sebanyak 61 (49,6%) dari 131 individu mengalami kesepian berat yang disebabkan oleh kecemasan perpisahan (Mawarti, Nurlinawati, & Nasution, 203). Tidak hanya itu, kecemasan perpisahan memiliki tingkat tertinggi sebesar 81% dari gangguan kecemasan yang lain (Niman, Tania, & Wijaya, 2022). Faktor penyebab individu mengalami kecemasan akan perpisahan biasanya disebabkan oleh pindah ke lingkungan yang berbeda atau pindah tempat tinggal atau sekolah (Susilowardhani dkk, 2021). Individu juga dapat mengalami kecemasan karena jauh dari orang yang memiliki arti khusus di hidup, seperti orang tua. Kecemasan perpisahan sendiri dapat memberikan dampak yang negatif pada individu, seperti persepsi menyempit, mudah tersinggung, dan lebih sensitif atau emosional (Nisa & Wulandari, 2024). Menurut Semiun, individu yang mengalami kecemasan perpisahan lebih mudah tersinggung dan pemarah. Tidak hanya itu, individu yang mengalami kecemasan perpisahan karena berpisah dengan orang tua menunjukkan perilaku yang kurang bertanggung jawab (Hasan, Madyawati & Astuti, 2023).

Pada masa remaja, individu akan mengalami transisi perkembangan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, yang mengakibatkan perubahan-perubahan secara biologis, kognitif, dan sosio emosional, Salah satu aspek yang harus tercapai dalam masa perkembangan remaja adalah kemandirian. Kemandirian pada remaja lebih bersifat psikologis seperti adanya tanggung jawab, percaya diri, membuat keputusan sendiri, dan kebebasan berperilaku sesuai dengan keinginannya. Hal ini menjadi tugas bagi orang tua untuk dapat menumbuhkan kemandirian pada remaja melalui kelekatan yang baik dalam keluarga.

Kelekatan adalah sebuah hubungan timbal balik yang melibatkan ikatan emosional antara anak dengan pengasuh ataupun orang tua. Kelekatan adalah ikatan emosional timbal balik antara anak dan orang tua, dimana masing-masing berkontribusi terhadap kualitas hubungan kedua pihak tersebut. Kelekatan memiliki nilai adaptif bagi anak, kelekatan lekat dapat memberi kepastian bahwa kebutuhan

fisik, psikologis dan sosial individu akan terpenuhi (Rahmatunnisa, 2091). Kelekatan merupakan interaksi orang tua dengan anak secara langsung berdasarkan cinta kasih dan keterlibatan kedua pihak dalam kegiatan bersama yang memungkinkan terjadinya stimulasi kognitif dan harga diri (Diananda, 2020). Kelekatan membuat anak berinteraksi lebih positif pada orang tua bahkan lingkungan sosial seperti guru dan teman sebaya, serta lebih mampu menyelesaikan konflik (Kalamsari & Ginanjar, 2023). Konsep kelekatan berhubungan dengan konsep *basic trust* yang digagas oleh Erikson, dimana kelekatan aman mencerminkan rasa percaya, sedangkan kelekatan tak aman mencerminkan rasa tidak percaya. Anak dengan kelekatan aman belajar untuk menaruh rasa percaya tidak hanya pada orang tua nya, tetapi juga pada kemampuan mereka sendiri dalam mendapatkan apa yang mereka butuhkan (Prasetyo & Kustanti, 2022).

2. METODE

Penelitian ini dilakukan selama tanggal 13 november - 14 november 2024 di Universitas Islam Sultan Agung Semarang (UNISSULA). Terdapat 104 siswa yang terdiri dari 9 fakultas, meliputi: Fakultas Agama Islam, Fakultas Ekonomi, Fakultas Farmasi, Fakultas Hukum, Fakultas Ilmu Keperawatan, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan, Fakultas Psikologi, Fakultas Teknik, Fakultas Teknologi Industri. Adapun teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yakni *purposive sampling*, dimana metode sampling ini dilakukan berdasarkan karakteristik tertentu sesuai dengan tujuan penelitian untuk mendapatkan sampel. Penelitian ini berlandaskan metode kuantitatif dengan alat ukur berupa skala IPPA (*Inventory Parent and Peer Attachment*) untuk mengukur kelekatan dengan reliabilitas 0,893 dan skala motivasi belajar dengan reliabilitas 0,930.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Persentase
75,75 < 84	Sangat Tinggi	6	6%
60,25 < X ≤ 75,75	Tinggi	25	24%
44,75 < X ≤ 60,25	Sedang	59	57%
29,25 < X ≤ 44,75	Rendah	13	12,5%
Total		**104**	**100%**

Tabel 1. Kategorisasi Skor Kecemasan Perpisahan

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Persentase
56,5 < 68	Sangat Tinggi	35	34%
47,5 < X ≤ 56,5	Tinggi	42	40%
38,5 < X ≤ 47,5	Sedang	22	21%
29,5 < X ≤ 38,5	Rendah	4	4%
Total		**104**	**100%**

Tabel 2. Kategorisasi Skor Kelekatan

4. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa subjek yakni mahasiswa baru yang merantau di Kota Semarang. Berdasarkan hasil uji korelasi yang dilakukan koefisien korelasi sebesar -0.916 dengan sig. (2-tailed) < 0,001 (P< 0,05) yakni korelasinya bersifat negative (*two way relationship type*). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan perpisahan terhadap kelekatan pada mahasiswa baru yang merantau di Kota Semarang..

UCAPAN TERIMA KASIH

Seluruh pihak yang telah banyak memberikan bantuan kepada penulis yang tidak dapat disebutkan satu-persatu. Penulis menyadari bahwa hasil penelitian dan penulisan skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk memperbaiki skripsi ini. Penulis juga berharap naskah skripsi ini dapat berguna serta memberikan manfaat dalam perkembangan ilmu Psikologi. Akhir kata, penulis ucapkan banyak terima kasih.

DAFTAR PUSTAKA

Alwisol. (2007). *Psikologi kepribadian edisi revisi*. UMM Press

Anggreani, R. & Ramadhani, A. (2021). Kelekatan orang tua dan kemandirian terhadap penyesuaian diri mahasiswa perantau di universitas mulawarman. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi,* 9(2), 310-322.

Amira, F., S. & Mastuti, E. (2021). Hubungan antara parent attachment dengan regulasi emosi pada remaja. Bulletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental, 1(1), 837-843.

Arif, M., Situmorang, N., Z. & Tentama, F. (2019). Bentuk-bentuk perilaku agresif pada remaja. *Prosiding Seminar Nasional Magister,* 209-304.

Arini, D. (2021). Masa peralihan menuju dewasa awal (emerging adulthood): pengembangan teori erikson mengenai teori psikososial pada abad 21. *Jurnal Ilmiah Psyche*, *15*(01), 11–20.

Atmowiryo, E., T., (2008). *Optimalisasi Perkembangan Anak.* Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.

Azwar, Saifuddin. (2012). *Sikap dan perilaku dalam: Sikap manusia teori dan pengukurannya.* Pustaka Pelajar.

Azwar, Saifuddin. (2016). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.

Azwar, Saifuddin. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Pustaka Pelajar

Bogels, S., M., Knappe, S., & Clark L., A. (2013). Adult separation anxiety disorder in DSM-5. *Clin Psychol Rev*, 33(5), 663-674.

Cahyady, E. & Mursyida, M. (2021). Hubungan tingkat kecemasan perpisahan dengan orang tua terhadap motivasi belajar santri kelas vii di madrasah tsanawiyah ulumul qur'an pagar air. *Jurnal Sains Riset,* 11(3), 812-821

Candra, I., & Leona, K. U. (2019). Hubungan antara secure attachment dengan kemandirian pada siswa kelas xi sma/ma ar-risalah. *Psysch 165 Journal*. 12(2), 144–153.

Cenceng. (2015). Perilaku kelekatan pada anak usia dini (perspektif John Bowlby). *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Islam (PAUDI) Institut Agama Islam Negeri Samarinda, Lentera*, 9(2). 149

Dalimunthe, A., Sinulingga, N., Fithrah, A., & Arimar, J. (2023). Layanan Konseling Remaja dalam Mengatasi Quarter Life Crisis Mahasiswa Tingkat Akhir. *As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, *6*(1), 1013 - 1025.

Diananda, A. (2020). Kelekatan anak pada orang tua dalam meningkatkan perkembangan kognitif dan harga diri. *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 3(2), 141-157

Ervika, E. (2015). Kelekatan pada anak. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara

Fadilah, R., Huda, M., N., Damanik, R., R. & Islamiyah, S. (2023). Kecemasan perpisahan (separation anxiety). *Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Sains,* 3(4),1-6.

Fasrin, F., Fakhri, N. & Kusuma, P. (2024). Kelekatan orang tua dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa,* 3(4), 63-69.

Hapsari, A., F. (2023). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir di semarang. *Skripsi*. Universitas Semarang

Hasan, A. R., Madyawati, L., & Astuti, F. P. (2023). Pola Asuh Orang Tua pada Anak Separation Anxiety Disorder dan Generalized Anxiety Disorder. *JP2KG AUD*

(Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan Dan Gizi Anak Usia Dini), *4*(2), 1–14.

Hawari. (2001). *Manajemen stress, cemas, dan depresi*. Balai Penerbit.

Hutabarat, E., & Curchayati, N. (2021). Penyesuaian diri mahasiswa batak yang merantau di Surabaya. Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 8(7), 45-59.

Jamaluddin, M. (2020). Model penyesuaian diri mahasiswa baru. *Indonesian Psychological Research*, 2(2), 109–118.

Kalamsari, N. S., & Ginanjar, A. S. (2022). Attachment, conflict resolution, and dating relationship satisfaction in young adults: A path analysis model. *Jurnal Psikologi Ulayat*, *10*(1), 39–58.

Kurniati, K. & Hamidah, H. (2021). Pengaruh penyesuaian diri terhadap stress mahasiswa baru fakultas kedokteran di masa pandemic covid-19. *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRP KM),* 1(1), 649-655

Latifah, L., Zwagery, R. V., Safithry, E. A., & Ngalimun, N. (2023). Konsep Dasar Pengembangan Kreativitas Anak Dan Remaja Serta Pengukurannya Dalam Psikologi Perkembangan. *EduCurio: Education Curiosity*, *1*(2), 426–439.

Matsumoto, D. (2004). *Pengantar Psikologi Lintas Budaya*. Pustaka Belajar.

Martono, Nanang. (2011). *Metode penelitian kuantitatif*. PT Raya Grafindo Persada.

Mawarti, S., D., Nurlinawati, N., & Nasution, R., A. (2023). Hubungan Kecemasan dengan Kesepian pada Remaja Putri Boarding School di Pondok Karya Pembangunan Al-Hidayah Provinsi Jambi. *Jurnal Ners*, *7*(2), 1760–1766.

Muhammad Sya'roni. (2020). Peluang dan tantangan perkuliahan daring di stit al-fattah siman lamongan tahun 2020. *CENDEKIA*, *12*(2), 127-132

Mulyana, E., Mujidin, M. & Bashori, K. (2015). Peran motivasi belajar, self-efficacy, dan dukungan sosial keluarga terhadap self-regulated learning pada siswa. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4 (2), 165-173.

Muzdalifah, R., Anward, H., H. & Rachmah, D., N. (2019). Peranan kelekatan aman pada ayah dan ibu terhadap penyesuaian diri santriwati. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 5(1), 49-56.

Nevid, J., S. (2017). *Psikologi konsepsi dan aplikasi*. Nusa Media.

Niman, S., Tania, H., & Wijaya, Y. M. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Sekolah Menengah Pertama yang Tinggal di Daerah Rawan Banjir. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *4*(2), 304-310.

Nisa, H., & Wulandari, H. (2024). Peran Guru Dalam Menangani Anak Dengan Kecemasan Berpisah Dari Orang Tua nya (Separation Anxiety Disorder). *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *10*(13), 344-351.

Nugraha, A., D. (2020). Memahami kecemasan: perspektif psikologi islam. *Indonesia Journal of Islamic Psychology,* 2(1), 1-22

Nura, H., V. (2018). Hubungan kelekatan anak pada ibu dengan kemandirian di sekolah paud tasya kota bengkulu. *Skripsi*. Institut Agama Islam Negeri

Nuraini, A. F. (2020). Hubungan kelekatan terhadap ibu dan penyesuaian diri pada remaja disabilitas fisik. *Cognicia*, *8*(2), 191–205 (IAIN)

Patel, A., K. & Bryant, B. (2021). Separation anxiety disorder. *JAMA*, 326(180), 1880.

Pati, W., C., B. (2022). *Pengantar Psikologi Abnormal (Definisi, Teori, Dan Intervensi)*. NEM.

Permatasari, R., A. & Savira, S., I. (2018). Hubungan antara self-esteem dengan

penyesuaian diri pada mahasiswa psikologi angkatan 2017 universitas negeri surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 5(2), 1-7.

Puteri, M. & Wangid, M., N. (2017). Hubungan antara kelekatan dengan interaksi sosial pada siswa. PSIKOPEDAGOGIA, 6(2), 84-91.

Pramitha, R., & Dwi Astuti, Y. (2021). Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Kesepian pada Mahasiswa yang Merantau di Yogyakarta. *Jurnal Sosial Teknologi*, *1*(10), 1.179 – 1.186

Prasetyo, A., A., P., A. & Kustanti, E., R. (2022). Hubungan antara kelekatan aman dengan efikasi diri pengambilan keputusan karir pada siswa kelas xii sma kesatrian 2 semarang. *Jurnal EMPATI*, *11*(3), 89-95.

Rahmatunnisa, S. (2019). Kelekatan antara anak paud dan orang tua dengan kemampuan sosial. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *3*(2), 97-107.

Safitri, M. (2020). Pengaruh masa transisi remaja menuju pendewasaan terhadap kesehatan mental serta bagaimana mengatasinya. *Jurnal Pendidikan Ilmu sosial, 30*(1), 20-24.

Said, N. (2015). Hubungan faktor sosial ekonomi dengan kecemasan ibu primigravida di puskesmas tuminting. *Jurnal Keperawatan UNSRAT, 3*(2), 111622.

Santrock, J., W. (2007*). Psikologi Pendidikan*. Kencana.

Santrock, J. W. (2010). *Life-span development.* McGraw-Hill.

Semiun, Y. (2006). *Psikologi Pendidikan*. Bumi Aksara

Semium, Y. (2006). *Kesehatan Mental 2*. Kanisius

Silove, D., Marnane, C., Wagner, R., & Manicavasagar, V. (2011). Brief report--associations of personality disorder with early separation anxiety in patients with adult separation anxiety disorder. *J-Pers Disord*, *25*(1), 128-133

Stuart & Sundeen. (2000). *Keperawatan Jiwa*. EGC

Stuart, G., W. (2006). *Buku Saku Keperawatan Jiwa. Alih Bahasa: Ramona P. Kapoh & Egi Komara Yudha*. EGC.

Sugiyono. (2014). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif*, *dan R&D.* Alfabeta

Sumadi, A. (2021). Hubungan kelekatan ayah dan kecemasan pada mahasiswa di Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Islam Indonesia.

Susilowardhani, E., M., Idaman, N., Djuhardi, L. & Imran, M. (2021). Menghadapi dan mengelola kecemasan dan ketidakpastian pada mahasiswa pendatang. *The Source Jurnal Ilmu Komunikasi*, *3*(1), 19-26.

Upton, P. (2012), *Psikologi Perkembangan*, Erlangga.

Utami, L., S., S. (2015). Teori-teori adaptasi antar budaya. *Jurnal komunikasi, 7*(2). 180-197.

Whardani, D., A. (2022). Hubungan antara kelekatan (attachment) orang tua dengan kenakalan remaja kelas viii smpn 1 gampengrejo. *Skripsi*. IAIN Kediri.

Widyastuti, A., D. (2018). Hubungan kelekatan terhadap orang tua dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. *Bitkom Research, 63*(2). 63-69.

Yasmin, M. (2018). Pengaruh locus of control dan dukungan sosial teman sebaya terhadap homesickness pada Remaja di lingkungan pesantren. *Tesis*. 1189.