

HUBUNGAN ANTARA *SECURE ATTACHMENT* DAN KECEMBURUAN PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI MANAJEMEN UNIVERSITAS DIPONEGORO ANGKATAN 2022

Caroline Fedora Nalani¹, Nailul Fauziah¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275
E-mail : carolinelany15@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara *secure attachment* dan kecemburuan pada mahasiswi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro. *Secure attachment* merupakan salah satu aspek psikologis yang berperan dalam kecemburuan pada hubungan romantis, terutama pada mahasiswi yang berada pada fase dewasa awal, yaitu periode perkembangan yang ditandai dengan mulai aktifnya individu menjalin hubungan romantis yang lebih serius dan berkomitmen. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian adalah mahasiswi Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro angkatan 2022 yang sedang menjalin hubungan romantis. Sampel penelitian terdiri atas 101 mahasiswi yang dipilih menggunakan teknik *convenience sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua skala model Likert, yaitu Skala *Secure Attachment* yang disusun berdasarkan teori Collins and Read (1990) (26 aitem; $\alpha = 0,934$) dan Skala Kecemburuan yang disusun berdasarkan teori Pines (1992) (16 aitem; $\alpha = 0,882$). Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman's Rho* dengan bantuan aplikasi JASP karena data penelitian tidak berdistribusi normal. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *secure attachment* dengan kecemburuan ($r = -0,310$; $p = 0,002$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *secure attachment*, semakin rendah tingkat kecemburuan pada mahasiswi. Sebaliknya, semakin rendah *secure attachment*, semakin tinggi tingkat kecemburuan. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa *secure attachment* merupakan faktor yang berkaitan secara signifikan dengan kecemburuan pada mahasiswi sehingga dapat menjadi perhatian dalam upaya pengembangan kesejahteraan psikologis dan kualitas hubungan romantis di lingkungan perguruan tinggi.

Kata kunci: *secure attachment*; kecemburuan; mahasiswi; hubungan romantis; fakultas ekonomi dan bisnis; manajemen.

THE RELATIONSHIP BETWEEN SECURE ATTACHMENT AND JEALOUSY AMONG FEMALE STUDENTS IN THE MANAGEMENT PROGRAM AT DIPONEGORO UNIVERSITY, CLASS OF 2022

Caroline Fedora Nalani¹, Nailul Fauziah¹

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University
Street. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 5027
E-mail : carolinelany15@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to empirically examine the relationship between secure attachment and jealousy among female students in the Faculty of Economics and Business at Diponegoro University. Secure attachment is one of the psychological aspects that plays a role in jealousy within romantic relationships, particularly among female students in early adulthood—a developmental period characterized by individuals beginning to actively engage in more serious and committed romantic relationships. This study employs a quantitative approach. The study population consists of female students in the Management Program at the Faculty of Economics and Business, Diponegoro University, from the class of 2022 who are currently in romantic relationships. The sample comprised 101 female students selected using convenience sampling. Data collection was conducted using two Likert-scale measures: the Secure Attachment Scale, developed based on the theory of Collins and Read (1990) (26 items; $\alpha = 0.934$), and the Jealousy Scale, developed based on the theory of Pines (1992) (16 items; $\alpha = 0.882$). Data analysis was performed using Spearman's Rho correlation test with the assistance of the JASP software because the research data were not normally distributed. The results of the analysis indicate a significant negative correlation between secure attachment and jealousy ($r = -0.310$; $p = 0.002$). These findings suggest that the higher the level of secure attachment, the lower the level of jealousy among female college students. Conversely, the lower the level of secure attachment, the higher the level of jealousy. The results of this study confirm that secure attachment is a factor significantly associated with jealousy among female college students; therefore, it should be considered in efforts to promote psychological well-being and the quality of romantic relationships in the college setting.

Keywords: secure attachment; jealousy; female college students; romantic relationships; faculty of economics and business; management.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemburuan (*jealousy*) merupakan salah satu respons emosional yang paling umum dialami individu dalam hubungan romantis. Kecemburuan didefinisikan sebagai respons emosional yang muncul ketika individu merasa terancam kehilangan kasih sayang atau perhatian pasangan karena kehadiran pihak ketiga, baik yang nyata maupun yang hanya dipersepsikan (Mathes & Severa, 1981). Definisi ini sejalan dengan pandangan White (dalam Attridge, 2013) yang menyebut kecemburuan sebagai respons emosional terhadap ancaman nyata maupun imajiner atas hilangnya sesuatu yang berharga dari sebuah hubungan. Tindakan seksual maupun emosional pasangan dapat menjadi pemicu munculnya kecemburuan tersebut (de Visser dkk., 2020).

Sebagai konstruk multidimensional, kecemburuan terdiri atas tiga komponen yang saling berkaitan, yaitu kecemburuan kognitif (kecurigaan terhadap ancaman dalam hubungan), kecemburuan emosional (respons afektif terhadap ancaman tersebut), dan kecemburuan perilaku (tindakan nyata sebagai respons terhadap perasaan cemburu) (Pfeiffer & Wong, 1989). Lebih spesifik, terdapat enam jenis kecemburuan yang meliputi perselingkuhan, popularitas pasangan, ketidakpercayaan, mantan kekasih, ketidakpedulian, dan teman lawan jenis pasangan (Mathes & Severa, 1981). Secara evolusioner, kecemburuan juga dipahami sebagai mekanisme afektif yang berfungsi melindungi ikatan kelekatan

yang bernilai bagi individu (Fernández dkk., 2023), sehingga kemunculannya erat kaitannya dengan seberapa dekat dan seberapa saling bergantung dua individu dalam suatu hubungan.

Kecemburuan yang tidak terkelola dengan baik dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, baik terhadap kualitas hubungan maupun kondisi psikologis individu. Himawan (2017) menemukan bahwa secara keseluruhan, tingkat kecemburuan tidak berhubungan signifikan dengan kepuasan hubungan pada dewasa yang berpacaran di Indonesia. Namun demikian, dimensi kognitif kecemburuan berhubungan negatif dengan kepuasan hubungan, sedangkan dimensi emosional justru berhubungan positif dengan kepuasan hubungan. Penelitian lain oleh Retossa dkk. (2024) mengungkapkan bahwa kecemburuan kognitif berkorelasi positif dengan tingkat stres pada dewasa muda, menegaskan bahwa kecemburuan memiliki dampak nyata terhadap kesehatan psikologis individu.

Pada tingkat yang lebih ekstrem, kecemburuan bahkan dapat menjadi salah satu prediktor kekerasan dalam hubungan. (Haack., dkk 2023) menemukan bahwa kecemburuan berperan sebagai mediator antara pola kelekatan dan agresi psikologis dalam hubungan intim. Temuan ini relevan dengan data Catatan Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan (2023) yang mencatat 8.172 kasus kekerasan di ranah personal dan 3.528 kasus kekerasan dalam pacaran pada tahun 2023, sehingga menegaskan urgensi meneliti kecemburuan sebagai salah satu faktor pemicu kekerasan dalam relasi romantis, termasuk pada mahasiswa.

Individu dengan tingkat neurotisisme yang lebih tinggi cenderung menunjukkan kecemburuan romantis yang lebih tinggi, yang menunjukkan bahwa karakteristik kepribadian turut memengaruhi cara individu mempersepsikan dan merespons ancaman dalam hubungan (Richter dkk., 2022).

Di antara berbagai faktor tersebut, pola kelekatan (*attachment*) menjadi salah satu faktor yang paling konsisten dikaji dalam literatur. Richter., dkk (2022) menemukan bahwa dimensi kelekatan cemas (*anxiety*) dan kelekatan dependen (*depend*) memediasi hubungan antara neurotisisme serta rendahnya *agreeableness* dengan kecemburuan romantis. Deng., dkk (2023) dalam studinya terhadap 477 mahasiswa menemukan bahwa kelekatan cemas (*anxiety attachment*) berpengaruh positif signifikan terhadap kecemburuan, sedangkan kelekatan tidak aman lainnya sebagian besar dimediasi oleh rendahnya diferensiasi diri. Sejalan dengan itu, Chursina (2023) menemukan bahwa perbedaan gaya kelekatan berkaitan dengan perbedaan bentuk kecemburuan yang dialami, dan gaya kelekatan yang *dismissing* menunjukkan pola yang tidak berbeda signifikan dari kelekatan aman (*secure attachment*).

Temuan-temuan tersebut secara konsisten mengarah pada satu simpulan: individu dengan kelekatan aman (*secure attachment*) cenderung menunjukkan tingkat kecemburuan yang lebih rendah dibandingkan individu dengan kelekatan tidak aman. Rydell dan Bringle (2007) serta Marazziti dkk. (2010), sebagaimana dikutip dalam Deng dkk. (2023), menemukan bahwa tingkat kecemburuan pada individu dengan kelekatan tidak aman secara signifikan lebih tinggi dibandingkan individu dengan kelekatan aman. *Secure attachment* sendiri dipahami sebagai pola

kelekatan yang ditandai dengan rasa nyaman terhadap kedekatan emosional, kepercayaan terhadap pasangan, dan kemampuan mengelola emosi secara adaptif ketika menghadapi ambiguitas relasional (Feeney & Fitzgerald, 2019; Simpson & Rholes, 2017). Karena itulah, *secure attachment* diduga berperan sebagai faktor protektif yang dapat menekan intensitas kecemburuan dalam hubungan.

Hubungan romantis merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan sosial-emosional manusia yang mulai berkembang sejak masa remaja dan terus berlanjut hingga dewasa awal. Hubungan ini berkontribusi terhadap perkembangan relasional individu serta turut menentukan kualitas hubungan intim yang akan dijalani pada masa dewasa kelak, sekaligus menjadi wadah bagi individu untuk mengembangkan kecerdasan emosional serta terhindar dari perasaan kesepian dan keterasingan sosial (Connolly dkk., 2014).

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi dan berada pada masa perkembangan dewasa awal. Pada fase dewasa awal, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk berkembang dalam bidang akademik, tetapi juga pada aspek sosial dan emosional. Mahasiswa merupakan masa dewasa awal yang umumnya berada pada rentan usia 18-25 tahun. Pada fase perkembangannya, mahasiswa umumnya berada di penghujung masa remaja dan mulai memasuki tahap dewasa awal. Pada periode ini, menjalin hubungan yang dekat dan bersifat intim menjadi salah satu tugas perkembangan penting yang perlu dijalani oleh individu (Erikson, dalam Papalia, 2014). Berpacaran menjadi salah satu bentuk hubungan intim yang umum dijalani mahasiswa Indonesia, dan dapat menjadi

sarana bagi mereka untuk mendalami emosi, belajar tentang komitmen, serta mengasah keterampilan interpersonal (Ritter dkk., 2022).

Masa menjadi mahasiswa sering kali ditandai dengan pencarian jati diri, eksplorasi minat, serta pembentukan relasi interpersonal yang lebih kompleks dibandingkan masa sebelumnya. Hubungan romantis menjadi salah satu bentuk relasi yang umum terjadi pada mahasiswa karena dapat memberikan dukungan emosional, rasa memiliki, dan pengalaman interpersonal yang berharga. Dengan demikian, mahasiswa bukan hanya fokus pada kegiatan akademik, tetapi juga aktif dalam membangun hubungan sosial, termasuk hubungan romantis (Ariefka dkk., 2026). Sebaliknya hubungan yang penuh konflik atau tekanan emosional justru dapat menimbulkan stres, kecemasan, bahkan menurunkan performa akademik (Wang, 2024)

Mahasiswi Program Studi Manajemen memiliki karakteristik lingkungan sosial yang relatif berbeda dibandingkan program studi lain, dan hal ini yang membuat kelompok ini menarik untuk dikaji dalam konteks kecemburuan dan kelekatan romantis.

Pertama, intensitas interaksi lintas gender yang tinggi. Kurikulum manajemen banyak menuntut kerja kelompok lintas mata kuliah (mis. pemasaran, keuangan, SDM) yang melibatkan kolaborasi erat dengan rekan dari berbagai latar belakang dan jenis kelamin, sehingga peluang munculnya situasi ambigu yang dapat memicu kecemburuan menjadi lebih besar dibandingkan program studi dengan interaksi sosial yang lebih terbatas.

Kedua, budaya kompetitif dan berorientasi pencapaian. Program studi manajemen menekankan kompetensi kepemimpinan, kewirausahaan, dan pencapaian karier sejak masa kuliah (mis. kompetisi bisnis, organisasi kemahasiswaan, magang). Kompetensi sosial (*social competence*) yang tinggi pada mahasiswa manajemen ditemukan berkorelasi dengan intensi berwirausaha mereka (Paramastuti & Yuwono, 2017), menunjukkan bahwa mahasiswa manajemen cenderung memiliki jejaring sosial yang luas dan aktif sebuah kondisi yang di satu sisi bermanfaat secara akademik dan karier, tetapi di sisi lain berpotensi menjadi sumber ambiguitas relasional bagi pasangan yang berpacaran.

Ketiga, beban peran ganda (akademik, organisasi, dan sosial). Mahasiswi angkatan 2022 Fakultas Ekonomika dan Bisnis Program Studi Manajemen Universitas Diponegoro berada pada fase transisi akademik dan sosial yang intens jejaring baru, kerja kelompok, serta komitmen organisasi menghadirkan kedekatan sekaligus ketidakpastian dalam relasi romantis mereka. Kondisi ini menjadikan kelompok tersebut sebagai konteks yang relevan untuk melihat bagaimana kelekatan aman berfungsi sebagai penyangga psikologis terhadap kecemburuan (Simpson, 1990; Bartholomew & Horowitz, 1991).

Masalah utama yang diangkat penelitian ini adalah variasi tingkat kecemburuan pada mahasiswi yang diduga berkorelasi dengan tingkat kelekatan aman pada pasangan. Tanpa penyangga psikologis, sinyal-sinyal ambigu misalnya intensitas kebersamaan dalam proyek kampus mudah ditafsir sebagai ancaman. Tafsir tersebut dapat mendorong perilaku memantau, konfrontasi tidak tepat, atau sebaliknya penarikan diri. Ketiganya berpotensi mengganggu konsentrasi akademik

dan kualitas relasi. Oleh karena itu, memahami peran kelekatan aman menjadi kebutuhan praktis (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Studi-studi terdahulu memberikan gambaran bahwa kecemburuan adalah masalah yang kompleks dan dipengaruhi berbagai faktor psikologis. Namun demikian, sebagian besar penelitian termasuk Deng dkk. (2023), Richter dkk. (2022), dan Chursina (2023) lebih menitikberatkan pada gaya kelekatan tidak aman (*anxiety* dan *avoidance*) sebagai prediktor kecemburuan, sementara potensi protektif dari kelekatan aman (*secure attachment*) relatif kurang dikaji secara eksplisit. Penelitian mengenai *secure attachment* pada mahasiswa Indonesia pun lebih banyak dikaitkan dengan dinamika lain, seperti kekerasan dalam pacaran (Putri, 2021; Satriyandari & Handayani, 2017), bukan dengan kecemburuan secara langsung. Selain itu, mayoritas studi dilakukan di luar konteks budaya Indonesia, yang mungkin memiliki perbedaan nilai dan norma sosial. Kesenjangan inilah yang mendasari perlunya penelitian mengenai hubungan antara *secure attachment* dan kecemburuan pada mahasiswi Program Studi Manajemen di Indonesia.

Berdasarkan uraian di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kelekatan aman (*secure attachment*) pasangan berkorelasi dengan tingkat kecemburuan pada mahasiswi angkatan 2022 Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Universitas Diponegoro. Output yang diharapkan adalah pola bahwa tingkat kecemburuan yang dialami akan lebih rendah pada mahasiswi dengan kelekatan aman yang lebih tinggi. Penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman praktis mengenai pentingnya kelekatan aman untuk

menjaga kesehatan emosional dan kualitas hubungan romantis mahasiswa, sekaligus memperkaya literatur psikologi sosial di Indonesia.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *secure attachment* pada pasangan dengan kecemburuan dalam hubungan berpacaran pada mahasiswi Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro angkatan 2022.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara *secure attachment* pada pasangan dengan kecemburuan dalam hubungan berpacaran pada mahasiswi Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro angkatan 2022.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya kajian psikologi sosial dan psikologi perkembangan, terkait dengan hubungan antara *secure attachment* dan kecemburuan dalam konteks hubungan romantis pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswi: hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai peran *secure attachment* terhadap kecemburuan

dalam hubungan romantis, sehingga dapat menjadi bahan refleksi bagi mahasiswi dalam membangun rasa aman dan kepercayaan terhadap pasangan guna mempertahankan hubungan romantis yang lebih sehat.

- b. Bagi Pihak Kampus: Hasil penelitian dapat dijadikan landasan dalam perumusan program konseling, pelatihan, maupun kegiatan pengembangan diri yang relevan dengan kebutuhan mahasiswi.

