

HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN AMAN DENGAN IBU DAN COPING PADA SISWA SMA KESATRIAN 2 SEMARANG

Raenidar Istianah, Dinnie Ratri Desiningrum S. Psi, M. Si

*Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

raenidaristianah@gmail.com

Abstrak

Coping merupakan usaha-usaha yang dilakukan untuk mengatur situasi yang dialami atau dirasakan yang menjadi sumber stresor. Pada masa remaja mekanisme *coping* ini akan dipengaruhi oleh berbagai hal. Kelekatan aman pada ibu merupakan bentuk ikatan yang lekat dan aman antara ibu dengan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan dengan ibu dan *coping* pada siswa SMA Kesatrian 2 Semarang. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa berusia 15-18 tahun SMA Kesatrian 2 Semarang. Jumlah populasi yaitu 710 siswa, dan sample penelitian berjumlah 123 siswa. Teknik pengambilan sample yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Alat ukur menggunakan skala *coping* (33 aitem, $\alpha = 0,867$) dan skala kelekatan aman dengan ibu (30 aitem, $\alpha = 0,921$). Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana. Penelitian ini menunjukkan $r_{xy} = 0,362$; $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil analisis data menjelaskan bahwa ada hubungan positif antara kelekatan aman dengan ibu dan *coping*. Semakin tinggi kelekatan aman dengan ibu maka semakin adaptif *coping* yang dimiliki. Sebaliknya, semakin buruk kelekatan aman dengan ibu maka *coping* yang dimiliki menjadi tidak adaptif.

Kata kunci : kelekatan aman dengan ibu, *coping*, remaja

Abstract

This study aims to determine the relationship between attachment to the mother and coping in SMA Kesatrian 2 Semarang students. The population of this study is all students aged 15-18 years SMA Kesatrian 2 Semarang. Number of population is 710 students, and sample research amounted to 123 students. The sampling technique used is cluster random sampling. Measurers use coping scale (33 aitem, $\alpha = 0,867$) and secure attachment scale with mother (30 aitem, $\alpha = 0,921$). Data analysis technique in this research is simple regression analysis. This study shows $r_{xy} = 0.362$; $p = 0,000$ ($p < 0.05$). The results of data analysis explain that there is a positive relationship between secure attachment with mother and coping. The higher the secure attachment with the mother the more adaptive coping you have. Conversely, the worse attachment with the mother then the coping owned to be not adaptive.

Key word: secure attachment to mother, coping, adolescence

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa (Hurlock, 2003). Pada masa ini Ericson (Hurlock, 2003) menggambarkan dalam tahap perkembangannya sebagai tahap identity versus identity confusion. Remaja akan dihadapkan pada pilihan untuk memutuskan siapa mereka dan apa yang akan mereka lakukan untuk kehidupannya (Santrock, 2008). Masa

yang digambarkan sebagai *youth and crisis*, ketika remaja berhasil mengatasi tekanan pada masa ini mereka akan tampil sebagai diri mereka dengan pemikiran baru dan dapat diterima. Akan tetapi remaja yang tidak dapat mengatasi tekanan yang dialami akan menjadi apa yang disebut Ericson sebagai *identity confusion*, mereka akan mengisolasi diri dari pergaulan dan keluarga atau terlibat dalam pergaulan yang salah.

Individu yang memasuki masa remaja, akan mulai dihadapkan pada peran-perannya di masyarakat. Menurut Hurlock (2003) Setiap peran yang dimiliki menuntut tanggung jawab yang harus dilakukan. Sebagai bagian dari masyarakat remaja memiliki peran penting baik untuk masa depan maupun masa sekarang.

Pada masa remaja, individu mulai dihadapkan dengan berbagai permasalahan-permasalahan sosial (Hurlock, 2003; Santrock, 2012). Menurut Lestari dan Sugiharti (2011) faktor yang mendorong remaja berperilaku menyimpang adalah karena pertemanan, pergaulan, kebanggaan, mengikuti trend/gaya hidup, ketersediaan rokok dan alkohol yang dapat diperoleh dengan mudah dan murah, serta melarikan diri dari masalah keluarga. Selain itu, menurut Cocorada dan Violeta (2012), Desmita (2009) sekolah dan proses belajar berperan sebagai faktor pemicu stres bagi remaja. Sebagai pelajar, remaja akan berupaya memenuhi tuntutan akademik yang diberikan padanya, akan tetapi terkadang mereka merasa kesulitan ketika tugas-tugas yang dibebankan terlalu sulit untuk diselesaikan.

Setiap individu akan memiliki cara untuk mengatasi permasalahannya. Setiap situasi atau hal yang membuat individu merasa tertekan disebut sebagai stresor (Carver, & Connor-Smith, 2010). Menghadapi dan menyelesaikan permasalahan untuk menurunkan tekanan yang dirasakan merupakan bentuk dari *coping* (Taylor, 2009). *Coping* merupakan respon kognitif, behavioral dan emosional terhadap stres (Lazarus, 2006). Remaja yang tidak mampu melakukan *coping* secara adaptif akan mengalami permasalahan terkait fisik dan mental (Lazarus & Folkman dalam Chinaveh, 2013).

Menurut Lazarus dkk (dalam Sarafino, 2006) terdapat banyak strategi coping yang digunakan setiap individu dan dapat berbeda-beda pada. *Coping* berdasarkan fungsinya dapat dibedakan menjadi dua yaitu meregulasi respon emosional pada permasalahan yang disebut *emotion-focused coping* atau mengatasi permasalahan yang mengakibatkan stres yang disebut *problem-focused coping*.

Studi yang dilakukan oleh Pellerone (2015) pada siswa SMA menemukan bahwa siswa yang lebih muda lebih cenderung terpengaruh oleh konteks sosial dalam menggunakan strategi coping, mereka lebih cenderung menggunakan *problem solving*. Penelitian lain menemukan bahwa pada remaja kelas 11 dan 12 sudah dapat melakukan *coping* dengan matang akan tetapi mereka cenderung menarik diri dari masalah yang dihadapi (Shahmohammadi, 2011). Li, Delvecchio, Lis, Nie, dan Di Riso (2016) menemukan bahwa pekerja/pegawai dan pelajar perguruan tinggi di China cenderung untuk menggunakan *positive coping* dalam menghadapi situasi yang

menyebabkan stres. Sementara itu para siswa di German cenderung menggunakan *withdrawal coping* dalam menghadapi stres yg terjadi di keseharian mereka yang pada umumnya berasal dari sekolah, masa depan dan pekerjaan (Eppelmann, Parzer, Lenzen, dkk., 2016).

Perhatian orangtua terhadap kegiatan atau aktivitas anak mereka khususnya remaja akan memberikan dampak positif bagi perkembangannya (Upton, 2012). Di antaranya membantu mereka menghadapi konflik yang menimbulkan tekanan pada masa remaja. Remaja yang terbiasa bercerita dan berbagi permasalahan yang dihadapi kepada orangtua mereka akan memiliki banyak jalan untuk menyelesaikan masalahnya (Buck, 2015). Remaja yang mendapat perhatian dan kasih sayang yang cukup dari orangtua mereka akan merasa lebih dekat dan memiliki perasaan berharga sehingga muncul *trust* (Mc Cartney & Dearing, 2002). Bowlby menyebut pola hubungan ini sebagai *attachment* atau kelekatan (Yessy, 2003).

Interaksi yang terjadi terus-menerus secara berulang membentuk pola *attachment* pada anak yang disebut sebagai *internal working models* (Mc Cartney & Dearing, 2002). Menurut Bowlby (dalam Grossman, Grossman, & Water, 2005) pola ini mengembangkan pemahaman secara emosi dan kognitif yang terbentuk dari hasil interaksi dan persepsi penerimaan dari hubungan ibu-anak. Anak akan menyimpan pengetahuannya mengenai hubungan lekatnya dengan ibu, khususnya pengetahuan mengenai rasa aman dan nyaman serta perasaan dihargai. Model ini selanjutnya akan menggiring mereka dalam interaksi di masa yang akan datang dengan orang lain. Interaksi interpersonal dihasilkan dan diinterpretasikan berdasarkan gambaran mental yang dimiliki seorang anak dengan ibunya kepada orang lain ketika memasuki masa remaja atau terus berlanjut ke masa selanjutnya (Grossman, Grossman, & Water, 2005).

Hubungan yang lekat dan terbuka antar remaja-orangtua akan memudahkan remaja untuk bebas mencari identitas diri tetapi tetap tidak terlepas dari orangtua (Armsden dan Greenberg, 1978). Pada masa remaja ibu dianggap sebagai sumber keamanan dan dukungan (Allen, 2008). Penelitian yang dilakukan Konshina (2016) menemukan bahwa remaja dengan kelekatan aman pada orangtua menunjukkan bahwa dalam pengambilan keputusan terkait aktivitas ataupun masa depan orangtua ikut terlibat dan mendukung, dibandingkan dengan remaja yang mengembangkan kelekatan tidak aman dengan orang tua.

Penelitian Sarracino, Presaghi, Degni dan Innamorati (2011) mengemukakan remaja dengan kelekatan aman menunjukkan kondisi emosional dan penyesuaian sosial yang baik, lebih nyaman dalam menjalin hubungan dengan keluarga, teman dan orang lain dan rendahnya eksternalisasi permasalahan seperti antisosial dan perilaku agresif. Selain itu perkembangan kelekatan aman yang positif menunjukkan pengaruh yang baik pada sikap remaja dimana tidak hanya dapat menciptakan hubungan yang dekat dan intim dengan teman atau pasangan, tetapi secara umum dan luas dengan orang lain.

Bowlby (1973) mengatakan interaksi antara remaja dengan ibu sebagai figur lekat yang selalu ada dan *responsiveness* pada segala situasi remaja dapat memudahkan sistem kelekatan yang

berfungsi optimal dan mengembangkan *sense of attachment security* – perasaan bahwa dunia pada dasarnya merupakan tempat yang aman, ibu sebagai figur lekat membantu dan berguna saat dibutuhkan, sehingga memungkinkan remaja menjelajahi lingkungan dan menjalin hubungan dengan orang lain (Santrock, 2008).

Menurut Laurent dan Collins (dalam Santrock, 2012) kelekatan aman merupakan hal yang penting untuk menciptakan relasi antara remaja dengan orangtuanya, dalam hal ini adalah ibu sebagai pengasuh utama. Studi yang dilakukan oleh Cavendish, Nielsen, dan Montague (2012) menemukan bahwa remaja yang meningkatkan kelekatan dengan orangtua akan memiliki *social bond* yang baik yang membantu menurunkan tingkat penggunaan alkohol pada masa ini. Hair, dkk (dalam Santrock, 2012) mengemukakan bahwa meskipun pada masa ini remaja beranjak pada kemandirian, remaja tetap butuh untuk menjalin relasi dengan keluarganya. Remaja tetap membutuhkan komunikasi yang terbuka dengan orangtua terutama ibu serta bimbingan dalam melewati tahap perkembangan ini.

METODE

Sampel penelitian merupakan siswa-siswa SMA Kesatrian 2 sebanyak 130 siswa yang berasal dari kelas XI IPA 2, kelas XI IPS 3, kelas XII IPA 1, dan kelas XII IPA 4 dengan karakteristik berusia 15-18 tahun, memiliki ibu dan diasuh oleh ibu. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Kelekatan Aman dengan Ibu (36 aitem; $\alpha = 0,921$) yang disusun berdasarkan dimensi Armsden dan Greenberg (1987) komunikasi, kepercayaan, keterasingan; dan Skala *Coping* (33 aitem; $\alpha = 0,869$) yang disusun berdasarkan aspek-aspek Folkman dan Moskowitz; Carver dan Connor-Smith (dalam Sarafino, 2011) melibatkan emosi positif, menemukan manfaat atau makna, terlibat dalam pendekatan emosional, penyesuaian pada sumber stres. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linear sederhana dengan menggunakan *Statistical Package for Science (SPSS) 21 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Hasil Uji Normalitas Data

| Variabel | Rata-rata | Simpangan Baku | Kolmogorov Smirnov | Probabilitas | Kesimpulan |
|---------------------------|------------------|-----------------------|---------------------------|---------------------|------------------------|
| <i>Coping</i> | 102,41 | 9,069 | 0,909 | 0,380 | Distribusi data normal |
| Kelekatan aman dengan ibu | 93,59 | 12,196 | 0,740 | 0,644 | Distribusi data normal |

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel diatas, diketahui bahwa data dari variabel *coping* berdistribusi normal. Hal ini dapat dilihat pada skor *Kolmogorov Smirnov* sebesar 0,909 dengan $p = 0,380$ ($p > 0,05$). Pada variabel kelekatan aman dengan ibu skor *Kolmogorov Smirnov* sebesar 0,740 dengan $p = 0,644$ ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa data dari variabel ini berdistribusi normal.

Tabel 2.
Uji Hasil Linearitas

| Nilai F | Signifikansi | Probabilitas | Kesimpulan |
|----------------|---------------------|---------------------|--------------------------|
| 18,919 | 0,000 | < 0,05 | Ada hubungan yang linear |

Berdasarkan hasil uji linearitas diperoleh nilai F sebesar 18,919 dengan signifikansi = 0,000 ($p < 0,05$). Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel *coping* dengan variabel kelekatan aman dengan ibu.

Tabel 3.
Hasil Uji Hipotesis

| Pearson Correlation | Sig. (1-tailed) | Kesimpulan |
|----------------------------|------------------------|-------------------|
| 0,368 | 0,000 | Ada hubungan |

Dari data pada tabel diatas dapat dilihat bahwa antara variabel *coping* dengan variabel kelekatan aman dengan ibu memiliki koefisien korelasinya menunjukkan skor 0,368 dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($< 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang bernilai positif antara kedua variabel. Hal ini membuktikan bahwa hipotesis adanya hubungan positif antara *coping* dengan kelekatan aman dengan ibu **diterima**. Hubungan yang bernilai positif berarti bahwa semakin tinggi kelekatan aman dengan ibu maka akan semakin adaptif *coping* yang dimiliki.

Christiansen, Hansen dan Elklit (2014), Ahmad, Sulaiman, Mokhtar, Adnan dan Satar (2017) mengemukakan bahwa gaya kelekatan memberikan pengaruh penting terhadap strategi *coping* yang dimiliki remaja. Seiffge-Krenke (2006), Mota dan Paula (2012) mengemukakan bahwa remaja dengan kelekatan aman menunjukkan perilaku *active coping* terhadap stres dibandingkan dengan model kelekatan lainnya. Brar (2013) dalam penelitiannya menemukan *confrontive coping* membantu menurunkan tekanan akademik sedangkan *confrontive coping* membantu menurunkan kecemasan akademik. Selain itu Ahmad, dkk (2017) menemukan bahwa remaja LGBT diketahui memiliki kelekatan aman yang rendah berkontribusi pada semakin tingginya remaja memilih strategi *avoidance coping*. Çapan (2017) mengemukakan bahwa mahasiswa yang mengembangkan kelekatan aman memiliki pandangan yang positif dan perasaan positif terhadap diri sendiri dan orang lain sehingga meningkatkan kemampuan *coping* yang lebih efisien dan mampu mengembangkan hubungan interpersonal yang sehat, sehingga memiliki

penerimaan psikologi yang baik. selain itu dikatakan juga bahwa kelekatan yang aman berpengaruh pada *forgiveness*.

Coping dilakukan untuk membantu remaja dalam menurunkan stres yang dirasakan, sehingga permasalahan yang dianggap memberikan stres dapat terselesaikan. Menurut Ebrahimnezhad, Azizreza, Ahmad, Faramarz dan Mahsa (2012) dalam penelitiannya, mereka menemukan bahwa remaja yang memiliki depresi menunjukkan peningkatan kesehatan mental yang baik saat mengetahui bahwa ibu mereka mencintai dan perhatian pada mereka. Kelekatan aman dengan ibu dapat memberikan pengaruh yang baik pada remaja untuk melakukan dalam menghadapi stres yang dirasakan. Sejalan dengan penelitian sebelumnya, Duchesne dan Catherine (2014) menemukan bahwa remaja dengan kelekatan aman dengan ibu menunjukkan gejala depresi yang rendah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap siswa SMA Kesatrian 2 Semarang dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kelekatan aman dengan ibu dengan *coping*. Dengan demikian hipotesis dinyatakan diterima. Hubungan positif menunjukkan bahwa semakin baik kelekatan aman dengan ibu maka akan semakin adaptif *coping* yang dimiliki. Sebaliknya semakin buruk kelekatan aman dengan ibu maka *coping* yang dimiliki akan semakin tidak adaptif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, M.I., Sulaiman, W.S.W., Mokhtar, D.M., Adnan, H.A., & Satar, J.A. (2014). Attachment style among female adolescents: It's relationship with coping strategies and life satisfaction between normal and lesbian female adolescents. *Malaysian Online Journal Of Counseling*, 1-13.
- 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(05), 427-454.
- Bowlby, J. (1937). *Attachment and loss, volume 2*. New York: Basic Book.
- Brar, R. (2013). Coping strategies and parental attachment as predictors of academic stress in adolescents. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 10 (2), 47-51.
- Buck, K. A. (2015). Understanding adolescent psychopathic traits from early risk and protective factors: Relations among inhibitory control, maternal sensitivity, and attachment representation. *Journal of Adolescence*, 44, 97-105.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.07.009>
- Carver, C.S., & Smith, J.C. (2010). *Personality and coping: annual review psychology*. Miami: University Of Miami.

- Çapan, B.E. (2017). Secure attachment and forgiveness: The mediating role of psychological resilience. *Journal of Education*, 201, 1-13. DOI: 10.16986/HUJE.2017030459
- Cavendish, W., Neilsen, A.L., & Montague, M. (2012). Parent attachment, school commitment, and behavior trajectories of diverse adolescents. *Jurnal of Adolescence*, 35, 1629-1639. <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.08.001>
- Chinaveh, M. (2013). The effectiveness of multiple stress management intervention on the level of stress, and coping responses among iranian students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 593–600. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.610>
- Cocoradă, E., & Mihalaşcu, V. (2012). Adolescent coping strategies in secondary school. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 33, 188–192. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.01.109>
- Christiansen, D.M., Hansen, M., & Elklit, A. (2014). Correlates of coping styles in an adolescent trauma sample. *Journal Child Adolescent Trauma*, 7, 75-85. DOI 10.1007/s40653-014-0011-2
- Desmita. (2009). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Duchesne, S., & Catherine, F.R. (2014). Attachment security to mothers and fathers and the developmental trajectories of depressive symptoms in adolescence: Which parent for which trajectory. *Journal of Youth and Adolescence*, 43, 641-654. DOI 10.1007/s10964-013-0029-z
- Ebrahimnezhad, M. F., Ghasemzadeh, A., Borjali, A., Sohrabi, F., & Soleimani, M. (2012). Effect of secure attachment style based on mother-adolescent training on reducing depression in female adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 46, 1365–1370. DOI: 10.1016/j.sbspro.2012.5.303
- Eppelmann, L., Parzer, P., Lenzen, C., Bürger, A., Haffner, J., Resch, F., & Kaess, M. (2016). Stress, coping and emotional and behavioral problems among german high school students. *Mental Health & Prevention*, 4(2), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2016.03.002>
- Hurlock, E.B. (2003). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan edisi kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Konshina, T. (2016). Parental involvement in the vocational self-determination of adolescents with different types of attachment to mother. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 233, 397-402. DOI: 10.1016/j.sbspro.2016.10.169
- Lazarus, R.S. (2006). *Stress and emotion*. New York: Springer Publishing Company.
- Lestary, H., Sugiharti. (2011). Perilaku berisiko remaja di indonesia menurut survey kesehatan reproduksi remaja Indonesia (SKRRI) tahun 2007. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 1 (03), 136-144.
- Li, J. Bin, Delvecchio, E., Lis, A., Nie, Y. G., & Di Riso, D. (2016). Positive coping as mediator between self-control and life satisfaction: Evidence from two Chinese samples. *Personality and Individual Differences*, 97, 130–133. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.042>

- Mc Cartney, K. & Dearing, E. (2002). *Child development*. USA: Mc Milan Refference.
- Mota, C.P., & Paula M.M. (2013). Peer attachment, coping, and self-esteem in institutionalized adolescents: The mediating role of social skills. *Journal of Psychological Education*, 28, 87-100. DOI 10.1007/s10212-012-0103-z
- Pellerone, M. (2015). Influence of identity, congruence of interest and coping strategy on decision making. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 191, 1344–1348. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.465>
- Seiffge I., & Krenke. (2006). Coping with relationship stressors: The impact of different working models of attachment and links to adaptation. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(1), 25-39. DOI: 10.1007/s10964-005-9015-4
- Santrock, J. W. (2008). *Adolecent, perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sarracino, D., Presaghi, F., Degni, S., & Innamorati, M. (2011). Sex-specific relationships among attachment security, social values, and sensation seeking in early adolescence: Implications for adolescents' externalizing problem behaviour. *Jurnal of Adolescence*, 34, 541-554. DOI: 10.1016/j.adolescence.2010.05.013
- Sarafino, E. P. (2006). *Health psycology, biopsychosocial interavtions 5th ed*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Shahmohammadi, N. (2011). Students' coping with stress at high school level particularly at 11th & 12th grade. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 395–401. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.078>
- Taylor, E.S. (2009). *Psikologi sosial edisi kedua belas*. Jakarta: Kencana.
- Upton, P. (2012). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Yessy. (2003). Hubungan pola attachment dengan kemampuan menjalin relasi pertemanan remaja. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 1-12.