

INSECURE ATTACHMENT DAN REGULASI EMOSI SEBAGAI PREDIKTOR TERHADAP KECENDERUNGAN MELAKUKAN KEKERASAN DALAM BERPACARAN

Nuram Mubina¹, Annisa Nadiyah², Lenisa Fitri³

nuram.mubina@ubpkarawang.ac.id¹, ps19.annisanadiyah@mhs.ubpkarawang.ac.id²,
ps19.lenisafitri@mhs.ubpkarawang.ac.id³

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi
Universitas Buana Perjuangan Karawang
Jl. HS. Ronggowaluyo Telukjambe Timur, Karawang 41361

Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk memprediksikan faktor yang berpengaruh terhadap kecenderungan kekerasan dalam berpacaran pada dewasa awal dilihat dari insecure attachment dan regulasi emosi. Responden dalam penelitian ini berjumlah 155 responden yang berdomisili di Kabupaten Karawang. Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian kuantitatif dengan jenis asosiatif kausalitas. Pengambilan data responden menggunakan tiga instrumen skala psikologi yang dimodifikasi dari The Revised Conflict Tactic Scale untuk mengukur kekerasan dalam berpacaran dan diadaptasi dari Experience in Close Relationship-Revised serta Emotion Regulation Questionnaire untuk mengukur insecure attachment dan regulasi emosi. Data penelitian diolah menggunakan SPSS 27 menggunakan uji analisis regresi berganda. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa insecure attachment dan regulasi emosi berpengaruh terhadap kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran. Besar pengaruh kedua variabel tersebut secara simultan adalah 35,7% dan 64,3% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata kunci: kekerasan dalam berpacaran, gaya kelekatan, regulasi emosi, mahasiswa

Abstract

This research aims to predict factors that influence the tendency to violence in dating in early adulthood in terms of insecure attachment and emotional regulation. Respondents in this study totaled 155 respondents who live in Karawang Regency. This research was carried out using quantitative research methods with associative causality type. Respondent data were collected using three psychological scale instruments modified from The Revised Conflict Tactic Scale to measure violence in dating and adapted from Experience in Close Relationships-Revised and the Emotion Regulation Questionnaire to measure insecure attachment and emotional regulation. Research data was processed using SPSS 27 using multiple regression analysis tests. The results of this study show that insecure attachment and emotional regulation influence the tendency to commit violence in dating. The magnitude of the influence of these two variables simultaneously is 35.7% and the other 64.3% is influenced by other variables not examined in this study.

Keywords: dating violence, attachment style, emotion regulation, students

PENDAHULUAN

Hubungan pacaran adalah interaksi antara dua individu yang di dalamnya memiliki perasaan cinta. Namun, dalam berpacaran adakalanya interaksi dua individu tersebut tidak berjalan dengan baik, terkadang kemauan dan kebutuhan tiap pihak bisa dirasakan tidak terpenuhi sehingga menghasilkan konflik. Konflik yang muncul dalam sejumlah hubungan berpacaran dapat berkembang menjadi perilaku kekerasan karena ketidakmampuan kedua belah

pihak mengelola diri yang kemudian disebut sebagai kekerasan dalam berpacaran.

Catatan Tahunan Komisi Nasional Perempuan (2023) menyebutkan jumlah kasus kekerasan dalam berpacaran menempati urutan pertama jenis kekerasan di ranah personal yang dilaporkan ke lembaga layanan selama 2022 dengan jumlah yang tercatat adalah 3.528 kasus. Jumlah ini tergolong tinggi sehingga membutuhkan perhatian dari berbagai pihak untuk memahami lebih lanjut.

Murray (2014) mendefinisikan kekerasan dalam berpacaran adalah penggunaan dengan sengaja taktik kekerasan dan tekanan fisik untuk mendapatkan serta mempertahankan kekuasaan atau kontrol terhadap pasangannya. Menurut Wolfe dan Feiring (dalam Trifiani & Margaretha, 2012) kekerasan dalam berpacaran merupakan seluruh usaha untuk mengendalikan atau mendominasi pasangan secara psikologi, fisik, atau seksual yang menyebabkan cedera atau kerugian. Temple, dkk. (2016) menyatakan bahwa kekerasan yang dialami individu, termasuk kekerasan dalam berpacaran dapat memberikan dampak yang berat. Kekerasan yang dialami individu dapat mengganggu *self esteem*, merasa takut, tidak berdaya, depresi, kebingungan, merasa tidak berharga, dan tidak memiliki harapan (Stark dalam Andayu, Rizkiyanti, dan Kusumawardhani, 2019).

Bila ditelaah terdapat motif yang menimbulkan kekerasan dalam berpacaran. Menurut Hickman, Jaycox, dan Aronoff (dalam Damayanti, 2021) motif melakukan kekerasan dalam berpacaran berbeda antara pelaku laki-laki dan perempuan. Bagi laki-laki menggunakan kekerasan adalah upaya untuk mengendalikan dan mengontrol pasangannya, sedangkan perempuan umumnya memiliki motif untuk mempertahankan diri dari tekanan pasangannya (laki-laki). Menurut Murray (2014) kekerasan dalam berpacaran sendiri memiliki sejumlah aspek antara lain kekerasan psikologis baik verbal dan emosional, kekerasan fisik, seksual, dan perdebatan dalam negosiasi.

Penelitian Andayu, Rizkiyanti, dan Kusumawardhani (2019) mengungkap bahwa salah satu yang berpengaruh terhadap kekerasan dalam berpacaran adalah *insecure attachment*. Hasil penelitian Vernanda (2022) juga menunjukkan bahwa ada pengaruh *insecure attachment* terhadap kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran dalam dunia maya. Penelitian tersebut juga mengungkap bahwa gaya kelekatan insecure yang didapatkan individu selama masa kanak-kanak hingga dewasa berpengaruh terhadap munculnya perilaku kasar individu terhadap pasangannya. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Purnomo dan Suryadi (2017) juga menunjukkan hasil mendukung yaitu adanya pengaruh gaya kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) terhadap kekerasan dalam berpacaran.

Attachment pertama kali diperkenalkan oleh Bowlby pada tahun 1983. Bowlby (1983) menjelaskan bahwa *attachment* adalah ikatan psikologis yang kuat antara anak dengan figur lekat atau orang terdekat seperti orang tua maupun pengasuh. Menurut Hazan dan Shaver (1994) kelekatan individu akan berubah seiring dengan pertambahan usianya, kelekatan individu di masa kanak-kanak dengan figur pengasuhnya akan berubah menjadi kelekatan terhadap pasangannya di masa dewasa. Bartholomew (dalam Levy, dkk., 2011) membagi *attachment style* menjadi empat jenis yaitu *secure attachment* dan *insecure attachment* yang terdiri dari *fearful avoidant*, *preoccupied*, dan *dismissive*. Namun, dalam penelitian ini peneliti hanya berfokus pada *insecure attachment* sebab secara teoretis *insecure attachment* memiliki peran yang lebih besar dalam munculnya kekerasan dalam suatu relasi (Andayu, Rizkiyanti, dan

Kusumawardhani, 2019). Lee, dkk (2014) mengungkap bahwa individu dengan *insecure attachment* memiliki kesulitan untuk melakukan manajemen konflik dengan baik sehingga memungkinkan untuk menyelesaikan konflik dengan melibatkan perilaku kekerasan salah satunya kekerasan dalam berpacaran.

Selanjutnya selain gaya kelekatan terdapat pula faktor lain yang berpengaruh pada perilaku kekerasan dalam berpacaran yaitu kemampuan dalam melakukan regulasi emosi. Penelitian Megawati, Anwar, dan Masturah (2019) mengungkap bahwa regulasi emosi memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku kekerasan dalam berpacaran. Individu yang menunjukkan regulasi emosi yang buruk dapat mengalami tingkat gairah emosional yang berisiko lebih besar untuk melakukan suatu tindak kekerasan (Megawati, Anwar, dan Masturah, 2019). Individu dengan keterampilan mengontrol emosi yang lebih buruk cenderung memiliki riwayat kekerasan dalam berpacaran. Oleh karena itu, kemampuan buruk dalam meregulasi emosi dikaitkan dengan dorongan emosional yang kuat dan berujung pada peningkatan perilaku agresi (Luthra dan Gidycz, 2006).

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh gaya kelekatan dan regulasi emosi terhadap kekerasan dalam berpacaran pada dewasa awal di Kabupaten Karawang.

LANDASAN TEORI

Murray (2014) mendefinisikan kekerasan dalam berpacaran adalah penggunaan dengan sengaja taktik kekerasan dan tekanan fisik untuk mendapatkan serta mempertahankan kekuasaan atau kontrol terhadap pasangannya. Menurut Wolfe dan Feiring (dalam Trifiani & Margaretha, 2012) kekerasan dalam berpacaran merupakan seluruh usaha untuk mengendalikan atau mendominasi pasangan secara psikologi, fisik, atau seksual yang menyebabkan cedera atau kerugian. Temple, dkk. (2016) menyatakan bahwa kekerasan yang dialami individu, termasuk kekerasan dalam berpacaran dapat memberikan dampak yang berat. Kekerasan yang dialami individu dapat mengganggu *self esteem*, merasa takut, tidak berdaya, depresi, kebingungan, merasa tidak berharga, dan tidak memiliki harapan (Stark dalam Andayu, Rizkiyanti, dan Kusumawardhani, 2019).

Bila ditelaah terdapat motif yang menimbulkan kekerasan dalam berpacaran. Menurut Hickman, dkk (dalam Damayanti, 2021) motif melakukan kekerasan dalam berpacaran berbeda antara pelaku laki-laki dan perempuan. Bagi laki-laki menggunakan kekerasan adalah upaya untuk mengendalikan dan mengontrol pasangannya, sedangkan perempuan umumnya memiliki motif untuk mempertahankan diri dari tekanan pasangannya (laki-laki). Menurut Murray (2014) kekerasan dalam berpacaran sendiri memiliki sejumlah aspek antara lain kekerasan psikologis baik verbal dan emosional, kekerasan fisik, seksual, dan perdebatan dalam negosiasi.

Penelitian Andayu, Rizkiyanti, dan Kusumawardhani (2019) mengungkap bahwa salah satu yang berpengaruh terhadap kekerasan dalam berpacaran adalah *insecure attachment*. *Attachment* pertama kali diperkenalkan oleh Bowlby pada tahun 1983. Bowlby (1983) menjelaskan bahwa *attachment* adalah ikatan psikologis yang kuat antara anak dengan figur lekat atau orang terdekat seperti orang tua maupun pengasuh. Menurut Hazan dan Shaver (1994) kelekatan individu akan berubah seiring dengan penambahan usianya, kelekatan individu di masa kanak-kanak dengan figur pengasuhnya akan berubah menjadi kelekatan terhadap

pasangannya di masa dewasa. Bartholomew (dalam Levy, dkk., 2011) membagi *attachment style* menjadi empat jenis yaitu *secure attachment* dan *insecure attachment* yang terdiri dari *fearful avoidant*, *preoccupied*, dan *dismissive*. Namun, dalam penelitian ini peneliti hanya berfokus pada *insecure attachment* sebab secara teoretis *insecure attachment* memiliki peran yang lebih besar dalam munculnya kekerasan dalam suatu relasi (Andayu, Rizkyanti, dan Kusumawardhani, 2019). Lee, dkk (2014) mengungkapkan bahwa individu dengan *insecure attachment* memiliki kesulitan untuk melakukan manajemen konflik dengan baik sehingga memungkinkan untuk menyelesaikan konflik dengan melibatkan perilaku kekerasan salah satunya kekerasan dalam berpacaran.

Selanjutnya selain gaya kelekatan terdapat pula faktor lain yang berpengaruh pada perilaku kekerasan dalam berpacaran yaitu kemampuan dalam melakukan regulasi emosi. Penelitian Megawati, Anwar, dan Masturah (2019) mengungkapkan bahwa regulasi emosi memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku kekerasan dalam berpacaran. Individu yang menunjukkan regulasi emosi yang buruk dapat mengalami tingkat gairah emosional yang berisiko lebih besar untuk melakukan suatu tindak kekerasan (Megawati, Anwar, dan Masturah, 2019). Individu dengan keterampilan mengontrol emosi yang lebih buruk cenderung memiliki riwayat kekerasan dalam berpacaran. Oleh karena itu, kemampuan buruk dalam meregulasi emosi dikaitkan dengan dorongan emosional yang kuat dan berujung pada peningkatan perilaku agresi (Luthra dan Gidycz, 2006).

METODE

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian asosiatif kausalitas. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 155 responden yang berdomisili di Karawang dengan jumlah subjek laki-laki sebesar 80 orang dan perempuan 75 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini memodifikasi *The Revised Conflict Tactic Scale* untuk mengukur perilaku kekerasan dalam berpacaran dan mengadaptasi *Experince in Close Relationship-Revised* untuk mengukur *insecure attachment*, serta *Emotion Regulation Questionnaire* untuk mengukur regulasi emosi. Setelah dilaksanakan uji reliabilitas terhadap masing-masing skala nilai alpha cronbach untuk alat ukur kekerasan dalam berpacaran adalah 0,944, skala *insecure attachment* adalah 0,778, dan alat ukur regulasi emosi adalah 0,707 sehingga dapat dikatakan tiap skala tersebut reliabel untuk digunakan dalam penelitian. Selanjutnya contoh aitem yang terdapat pada tiap alat ukur tersebut antara lain:

Tabel 1. Contoh Aitem Dalam Alat Ukur

<i>Skala</i>	<i>Contoh Aitem</i>
<i>Skala Kekerasan Dalam Berpacaran</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● <i>Dalam satu tahun terakhir aku pernah menghina pacarku</i> ● <i>Dalam satu tahun terakhir aku pernah mengancam akan memukul atau melempar sesuatu kepada pacarku</i> ● <i>Dalam satu tahun terakhir aku pernah memukul pacar dengan barang yang dapat melukainya</i>
<i>Skala Insecure Attachment</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● <i>Aku merasa takut kehilangan cinta dari pasanganku</i> ● <i>Aku takut apabila pasanganku tidak peduli padaku seperti aku peduli terhadapnya</i> ● <i>Saat aku menunjukkan perasaanku pada orang yang kucintai, aku khawatir ia tidak memiliki rasa yang sama</i>
<i>Skala Regulasi Emosi</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● <i>Ketika ingin merasakan emosi yang lebih positif (kegembiraan atau terhibur), caranya adalah dengan mengubah apa yang saya pikirkan</i> ● <i>Saya mengendalikan emosi dengan mengubah cara berpikir tentang situasi yang sedang saya hadapi</i> ● <i>Saat dihadapkan dengan situasi yang menekan, saya berupaya memikirkan jalan keluar yang membantu saya untuk tetap tenang</i>

Data yang terkumpul melalui penyebaran skala kemudian diolah menggunakan SPSS versi 27 dengan menggunakan uji regresi linier berganda untuk melihat ada tidaknya pengaruh variabel *insecure attachment* dan regulasi emosi terhadap kekerasan dalam berpacaran dengan terlebih dahulu melakukan uji normalitas dan juga uji linieritas atas data yang terkumpul.

HASIL

Peneliti melakukan uji asumsi berupa uji normalitas dan uji linieritas atas data yang terkumpul sebelum melakukan uji hipotesis. Uji normalitas dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dan ditemukan bahwa data variabel gaya kelekatan, regulasi emosi, dan kekerasan dalam berpacaran terdistribusi normal ($p = 0,200$; $p > 0,05$). Selanjutnya pada hasil uji linieritas data *insecure attachment* dan regulasi emosi masing-masing bersifat linier dengan kekerasan dalam berpacaran (nilai sig. 0,000; $p < 0,05$).

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji regresi linier berganda. Uji simultan kedua variabel secara bersama-sama berpengaruh terhadap variabel kekerasan dalam berpacaran dengan nilai sig. 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya ada pengaruh *insecure attachment* dan regulasi emosi secara bersama-sama terhadap kekerasan dalam berpacaran yang dapat dilihat pada keterangan tabel 2 berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Simultan Regresi Linier Berganda

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	330883,920	2	110294,640	27,996	,000 ^b
	Residual	594890,789	151	3939,674		
	Total	925774,710	154			
a. Dependent Variable: kdp						
b. Predictors: (Constant), ia, re						

Selanjutnya untuk mengetahui besaran pengaruh kedua variabel yaitu *insecure attachment* dan regulasi emosi secara bersama-sama terhadap kekerasan berpacaran dilakukan uji determinasi untuk mendapatkan nilai *R Square*. Nilai *R Square* yang didapatkan oleh peneliti dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Parsial

Model	Unstandardized Coefficients B	Standardized Coefficients	Sig.
Constant	118,162		,000
<i>Insecure Attachment</i>	1,693	0,510	,000
<i>Regulasi Emosi</i>	-1,685	-0,186	,004

Berdasarkan tabel 2. hasil uji parsial di atas pengaruh variabel *insecure attachment* memiliki arah positif ($B = 1,693$; $p = 0,000$) sehingga dapat dikatakan semakin tinggi *insecure attachment* yang dimiliki oleh individu dewasa muda maka semakin tinggi pula kecenderungan

mereka melakukan kekerasan dalam berpacaran. Selanjutnya pengaruh variabel regulasi memiliki arah negatif ($B = -1,685$); $p = 0,004$) artinya semakin rendah kemampuan regulasi emosi yang dimiliki oleh individu dewasa awal, maka semakin tinggi kecenderungan mereka melakukan kekerasan dalam berpacaran.

Tabel 4. Hasil Uji Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,598 ^a	,357	,345	62,767
a. Predictors: (Constant), ia, re				
b. Dependent Variable: kdp				

Berdasarkan tabel di atas *R Square* bernilai 0,357 sehingga besar pengaruh *insecure attachment* dan regulasi emosi terhadap kekerasan dalam berpacaran adalah 35,7% dan sisanya sebesar 64,3% berasal dari faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan *insecure attachment* dan regulasi emosi sebagai prediktor munculnya kecenderungan kekerasan dalam berpacaran secara signifikan dengan besar pengaruh 35,7%. Hasil penelitian ini juga memperlihatkan bahwa secara parsial *insecure attachment* dan regulasi emosi masing-masing memiliki pengaruh terhadap kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran pada individu dewasa muda.

Berdasarkan uji parsial *insecure attachment* juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecenderungan kekerasan dalam berpacaran dengan nilai sig. sebesar $0,000 \leq 0,05$. Hasil penelitian ini didukung hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Andayu, Rizkyanti, dan Kusumawardhani (2019) yang mengungkapkan bahwa salah satu hal yang berpengaruh terhadap kekerasan dalam berpacaran adalah *insecure attachment*. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa individu dengan *insecure attachment* yang tinggi berpeluang menjadi pelaku kekerasan dalam berpacaran, sebaliknya jika *insecure attachment* tergolong rendah maka kemungkinan melakukan kekerasan dalam berpacaran menjadi rendah.

Bowlby dan Ainsworth (dalam Yuliani & Nurindah, 2017) menyatakan bahwa *insecure attachment* memiliki dampak negatif pada individu. *Insecure attachment* akan menghadirkan rasa tidak aman dalam menjalin kedekatan dengan orang lain serta mendorong individu menghindari ketergantungan kepada orang lain. Hal tersebut tentu akan berkaitan dengan cara pandang individu kepada hubungan yang dibangun bersama pasangannya.

Hubungan berpasangan memerlukan dua individu yang dapat memandang baik satu sama lain. Dengan kata lain individu yang menjalin hubungan berpasangan perlu memiliki kepuasan, kepercayaan, keintiman, dan self disclosure atau keterbukaan diri dalam menjalani kehidupan berpasangan (Bilings dalam Riza, 2018). Berbeda dengan hal tersebut, individu yang memiliki *insecure attachment* cenderung mengalami hal-hal yang kurang menyenangkan dalam menjalin hubungan berpasangan. Hazan dan Shaver (dalam Soraiya, dkk., 2016) telah menemukan bahwa *insecure attachment* akan berdampak pada kualitas hubungan berpasangan yang buruk dengan cenderung mengalami kurangnya rasa suka cita dan kenyamanan, serta memunculkan ketidakpuasan dalam hubungan yang dijalani. Individu juga sulit memberikan kepercayaan terhadap orang terdekat termasuk pasangan sehingga mudah terlibat konflik dan

memiliki kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran. Individu dengan *insecure attachment* sangat berjuang untuk mengendalikan emosi mereka, tetapi sebetulnya kurang memiliki kemampuan untuk menangani konflik terutama dengan orang-orang terdekatnya. Akibatnya, mereka seringkali kesulitan dalam membedakan cara mempertahankan hubungan bersama pasangan dengan tindakan mengontrol pasangan yang mengandung kekerasan emosional dalam hubungan berpacaran (Lee, Reese-Weber, & Kahn, 2014). Menurut Bowlby (1983) *insecure attachment* bersumber dari pengalaman individu di masa kecil bersama orang tua atau pengasuh mereka. Kelekatan dengan figur orang tua atau pengasuh menjadi pola reaksi yang mendasari cara individu menghadapi masalah dengan lingkungan dan orang-orang terdekat. Individu yang tidak mendapatkan kelekatan yang aman dari orang tua ataupun pengasuh mereka akan mengembangkan *insecure attachment*.

Lebih lanjut, terdapat penelitian yang mendukung bahwa individu dengan *insecure attachment* kurang memiliki ketegasan dan asertifitas terhadap orang terdekat mereka yang kemudian mempengaruhi kualitas hubungan romantis yang dibangun di masa remaja atau dewasa. Individu dengan *insecure attachment* akan sering kesulitan untuk mengelola atau menyelesaikan konflik dengan pasangannya dan akan menghasilkan lebih banyak pengalaman yang tidak menyenangkan bersama pasangannya (Fristian, Astuti, & Ahyani, 2022).

Selanjutnya terlihat bahwa regulasi emosi secara parsial juga memiliki pengaruh signifikan terhadap kekerasan dalam berpacaran dengan nilai sig. $0,004 \leq 0,05$ dengan arah hubungan negatif. Hasil tersebut memperlihatkan jika individu memiliki regulasi emosi yang baik maka kecenderungan kekerasan dalam berpacarannya menjadi rendah, dan begitu pula sebaliknya. Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian lain dari Megawati, Anwar, dan Masturah (2019) bahwa regulasi emosi memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku kekerasan dalam berpacaran. Regulasi emosi didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengenali, mengatasi, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi yang tepat untuk mencapai keseimbangan emosi. Emosi yang diekspresikan dengan tidak tepat dapat menyebabkan masalah yang berbahaya bagi individu itu sendiri, orang lain, dan juga lingkungan (Gross, 2014).

Emosi sendiri merupakan reaksi psikologis terhadap pengalaman individu yang biasanya melibatkan reaksi tubuh (Baird, 2015). Lebih lanjut, individu yang menunjukkan regulasi emosi buruk dapat mengalami tingkat gairah emosional yang berisiko lebih besar untuk melakukan suatu tindak kekerasan (Megawati, Anwar, & Masturah, 2019). Oleh karena itu, kemampuan buruk dalam meregulasi emosi sering dikaitkan dengan dorongan emosional yang kuat dan berujung pada peningkatan perilaku agresi termasuk melakukan kekerasan dalam berpacaran (Luthra & Gidycz, 2006). Kondisi emosional yang tidak stabil menjadi penyebab kekerasan dalam pacaran. Rendahnya kemampuan melakukan regulasi emosi menyebabkan permasalahan kecil dalam hubungan pacaran menjadi sangat rentan memicu konflik dan menimbulkan perilaku kekerasan (Evendi dalam Apipin, Mariyati, dan Tamrin, 2022). Penelitian Baird (2015) menunjukkan pengaruh yang signifikan antara kejadian kekerasan dalam pacaran dan regulasi emosi. Dalam ranah intrapersonal sebagai individu dan interpersonal sebagai entitas sosial, regulasi emosi memainkan fungsi pada tingkat adaptif dalam menjalin hubungan interpersonal yang mendalam seperti berpacaran.

Dengan demikian, kemampuan yang lebih baik dalam mengatur emosi memungkinkan individu untuk mengendalikan diri sehingga individu tidak rentan mengembangkan perilaku negatif seperti kekerasan dalam berpacaran (Thoar dalam Baiduri, Widyorini, dan Primastuti, 2023). Regulasi emosi memainkan peran penting dalam mengurangi perilaku kekerasan. Hal ini dikarenakan individu yang tidak mampu mengatur emosinya dengan baik dapat mengalami

krisis identitas yang kemudian memicu perilaku kekerasan dalam dirinya (Maskuri & Affandi, 2021). Karakurt (2013) juga menemukan bahwa individu dengan *insecure attachment* mengalami kesulitan dalam mengatur emosi dan cenderung terlibat dalam perilaku agresif seperti kekerasan dalam berpacaran.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa *insecure attachment* dan regulasi emosi secara simultan mampu memprediksi secara signifikan terhadap kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran. Diketahui bahwa ada pengaruh antara *insecure attachment* terhadap kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran yang berarti jika semakin tinggi *insecure attachment* yang dimiliki oleh individu dewasa muda maka semakin tinggi pula kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran. Begitupun regulasi emosi yaitu terdapat pengaruh antara regulasi emosi terhadap kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran yang berarti jika semakin rendah kemampuan regulasi emosi yang dimiliki oleh individu dewasa awal, maka semakin tinggi kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran. Sumbangan efektif yang diberikan variabel *insecure attachment* dan regulasi emosi terhadap kecenderungan melakukan kekerasan dalam berpacaran sebesar 35,7% dan sebesar 64,3% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Andayu, A. A., Rizkyanti, C. A., & Kusumawardhani, S. J. (2019). Peran insecure attachment terhadap kekerasan psikologis dalam pacaran pada perempuan remaja akhir. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 181-190.
- Apipin, A., Mariyati, M., & Tamrin, T. (2022). Kekerasan dalam Berpacaran dengan Kecemasan pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 14(4), 1137-1144.
- Baiduri, B. N., Widyorini, E., & Primastuti, E. (2023). Regulasi Emosi Sebagai Mediator Antara Insecure Attachment Dan Perilaku Agresif Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, Volume 19 Nomor 1, Juni 2023, 19(1), 57-66.
- Baird, K. (2015). *Understanding the Role of Emotion Regulation in Dating Violence During Adolescence* (Issue July).
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bowlby, J. (1983). *Attachment and loss*. Basic Books.
- Brewer, M. B., & Pierce, K. P. (2005). Social identity complexity and outgroup tolerance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 428-437.
- Damayanti, L. L., Riza, W. L., Hakim, A. R. (2021). Pengaruh attachment style dan kepuasan hubungan terhadap perilaku dating violence pada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang angkatan 2016. *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 6(1), 38-48.
- Fristian, A. Y., Astuti, R. D., & Ahyani, L. N. (2022). Dating Violence Ditinjau dari Kontrol Diri dan Insecure Attachment Pada Remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 412-422.
- Gross, J.J. (2014). *Emotion Regulation: Conceptual and empirical foundation*. In J.J. Gross

- (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2nd ed). 3-20. New York: Guilford.
- Hyde, J., Hankins, M., Deale, A., & Marteau, T. M. (2008). Interventions to increase self-efficacy in the context of addiction behaviours: A systematic literature review. *Journal of Health Psychology, 13*(5), 607-623.
- Karakurt, G., Keiley, M., & Posuda, G. (2013). Intimate Relationship Aggression In College Couples: Family of Origin Violence, Egalitarian Attitude, and Attachment Security. *Journal Of Family Violence, 28*, 561-575.
- Lee, M., Reese-Weber, M., & Kahn, J. H. (2014). Exposure to Family Violence and Attachment Styles as Predictors of Dating Violence Perpetration Among Men and Women: A Mediation Model. *Journal of Interpersonal Violence, 29*(1), 20-43.
- Levy, K. N., Ellison, W. D., Scott, L. N., & Bernecker, S. L. (2011). Attachment style. *Journal of clinical psychology, 67*(2), 193-203.
- Luthra, R & Gidycz, C. A. (2006). Dating violence among college men and women. *Journal Of Interpersonal Violence, 21*(6), 717-731.
- Maskuri, N. K., & Affandi, G. R. (2021). The Relationship Between Emotion Regulation and Aggressiveness In Grade VI Elementary School Students. *Academia Open, 4*, 6-11.
- Megawati, P., Anwar, Z., & Masturah, A. N. (2019). Hubungan regulasi emosi dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswa. *Cognicia, 7*(2), 214-227.
- Murray, J (2014). *But i love him (Protecting Your Daughter From Controlling, Abusive Dating Relationship)*. Jakarta: Gramedia.
- Purnomo, F. H., & Suryadi, B. (2017). The effect of attachment style and religiosity toward dating violence among adolescent. *TAZKIA Journal of psychology, 22* (2), 217-230.
- Riza, W. L. (2018). Asosiasi antara Attachment Styles dalam Hubungan Romantis pada Relationship Satisfaction (Kepuasan Dalam Suatu Hubungan). *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang, 3*(1).
- Soraiya, P., Khairani, M., Rachmatan, R., Sari, K., & Sulistyani, A. (2016). Kelekatan dan kepuasan pernikahan pada dewasa awal di Kota Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Undip, 15*(1), 36-42.
- Temple, J. R., Choi, H. J., Elmquist, J., Hecht, M., Miller-Day, M., Stuart, G. L., Brem, M., & Woldfor-Clevenger, C. (2016). Psychological abuse, mental health, and acceptance of dating violence among adolescents. *Journal of Adolescent Health, 30*, 1-6.
- Thohar, S. F. (2017). Regulasi Emosi Sebagai Prediktor Perilaku Agresivitas Remaja Warga Binaan LPKA. *PSIKOISLAMIKA, 15*, 29-34.
- Trifiani, N. T. & Margaretha. (2012). Pengaruh Gaya Kelekatan Romantis Dewasa (Adult Romantic Attachment Style) terhadap Kecenderungan untuk Melakukan Kekerasan Dalam Pacaran. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial, 1*(2), 105-114.
- Vernanda, F. A. (2022). *Pengaruh Insecure Attachment terhadap Cyber Dating Abuse pada Dewasa Awal yang Menjalani Hubungan Long Distance Relationship* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Willig, C. (2008). *Introducing qualitative research in psychology: adventures in theory and method*. (2nd ed.). London: McGraw-Hill Open University Press.
- Yuliani, A. & Nurindah, F. (2017). Peran preoccupied attachment style terhadap kecenderungan mengalami stockholm syndrome pada perempuan dewasa awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi, 4*(2), 275-288.