

**PENGARUH GAYA KELEKATAN (*ATTACHMENT STYLE*) TERHADAP
KESEPIAN (*LONELINESS*) PADA DEWASA MUDA YANG TIDAK
MEMILIKI PASANGAN DI MASA PANDEMI COVID-19**

Bunga Suryaman Putri

Universitas Buana Perjuangan Karawang

Ps17.bungaputri@mhs.ubpkarawang.ac.id

ABSTRAK

Manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan manusia lain dalam menjalani kehidupannya. Namun, belakangan ini semenjak pandemi Covid-19 hadir ditengah-tengah masyarakat banyak hal yang perlu diubah dan diadaptasi salah satunya dengan menjaga jarak dan berdiam diri dirumah. Kesepian dianggap meningkat pada masa pandemi Covid-19 ini khususnya bagi kalangan dewasa muda dan salah satu faktor pembentuknya adalah gaya kelekatan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh gaya kelekatan terhadap kesepian pada dewasa muda yang tidak memiliki pasangan di masa pandemi Covid-19. Metode yang digunakan adalah kuantitatif jenis kausal-asosiatif yang melibatkan 127 responden dewasa muda dengan rentang usia 20-30 tahun, lajang, bekerja dengan minimal pendidikan SMA sederajat. Skala yang digunakan adalah AAS (*Adult Attachment Scale*) dan *Revised UCLA Loneliness Scale* yang dimodifikasi. Teknik pengambilan sample menggunakan sampling kuota. Teknik analisis data menggunakan uji regresi sederhana. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga hipotesis pada penelitian ini adalah H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh antara gaya kelekatan terhadap kesepian pada dewasa muda yang tidak memiliki pasangan di masa pandemi Covid-19 sebesar 28,8%. Kemudian, dari total 127 responden 19 orang memiliki tingkat kesepian rendah, 91 orang memiliki tingkat kesepian sedang dan 17 orang sisanya memiliki tingkat kesepian tinggi sedangkan gaya kelekatan didominasi oleh gaya kelekatan cemas sebanyak 58 orang.

Kata kunci: gaya kelekatan, kesepian, pandemi Covid-19

**THE INFLUENCE OF ATTACHMENT STYLE ON SINGLE YOUNG
ADULT LONELINESS DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

Bunga Suryaman Putri

Universitas Buana Perjuangan Karawang

Ps17.bungaputri@mhs.ubpkarawang.ac.id

ABSTRACT

Humans are social creatures who need other humans for living their lives. However, recently, since the Covid-19 pandemic was present amid society, many things need to be changed and adapted, one of which is keeping a distance and staying at home. Loneliness is considered in increasing during the Covid-19 pandemic, especially for young adults and one of the factors that form it is attachment style. The purpose of this study was to determine the influence of attachment style on single young adult loneliness during the Covid-19 pandemic. The method used is a causal-associative quantitative type involving 127 young adult respondents with an age range of 20-30 years: single and working with a minimum of high school education equivalent. The scale used is AAS (Adult Attachment Scale) and Revised UCLA Loneliness Scale. The sampling technique used was quota sampling. The data analysis technique used a simple regression test. The results of the analysis show a significance value of $0.000 < 0.05$, so the hypothesis in this study is H_a is accepted and H_0 is rejected, which means that there is an influence between attachment style and loneliness in young adults who do not have a partner during the Covid-19 pandemic of 28.8%. Then, from a total of 127 respondents, 19 respondents had a low level of loneliness, 91 respondents had a moderate level of loneliness and the remaining 17 respondents had a high level of loneliness while the attachment style was dominated by an anxious attachment style as many as 58 respondents.

Keywords: attachment style, loneliness, Covid-19 pandemic

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur atas kehadiran Allah subhanahu wa ta'ala, atas segala karunia dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian dan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Gaya Kelekatan (*Attachment Style*) terhadap Kesepian (*Loneliness*) pada Dewasa Muda yang Tidak Memiliki Pasangan di Masa Pandemi COVID-19.

Skripsi ini dibuat berdasarkan data yang peneliti ambil di bulan Agustus 2021 terhadap 127 responden dewasa muda yang tidak memiliki pasangan. Penelitian dan penyusunan skripsi ini juga dibuat sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana dari program studi psikologi di Universitas Buana Perjuangan Karawang.

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini, banyak melibatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Atas dasar itu, peneliti ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak H. Dr. Dedi Mulyadi, SE., M.M, selaku Rektor Universitas Buana Perjuangan Karawang
2. Ibu Cempaka Putrie Dimala, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang
3. Ibu Linda Mora Siregar, M.Psi., Psikolog selaku Koordinator Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang
4. Ibu Wina Lova Riza, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing 1 dan Dosen yang saya pribadi kagumi semenjak semester 2 perkuliahan atas bimbingan, kritik

dan saran serta motivasinya sehingga saya dapat menyelesaikan penelitian dan penyusunan skripsi ini.

5. Ibu Nur Ainy Sadiyah, M.Si selaku Dosen 2 dan Dosen yang menginspirasi saya semenjak semester 5 atas bimbingan, kritik dan saran serta motivasinya sehingga saya dapat menyelesaikan penelitian dan penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Nuram Mubina, M.Psi., Psikolog selaku Dosen wali selama saya berkuliah di Universitas Buana Perjuangan yang senantiasa membantu dan memotivasi diri saya terutama dalam bidang akademik juga sebagai salah satu gerbang dimana saya mulai peka terhadap pentingnya mencintai diri saya sendiri.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang sebagai fasilitator dalam menyampaikan segenap ilmu yang sangat bermanfaat sehingga membuat saya memiliki pandangan dari sisi yang lain dan lebih memahami arti menjadi manusia.
8. Seluruh Staf TU Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang yang sudah membantu dalam proses administrasi skripsi dan perkuliahan.
9. Seluruh Civitas Akademika Universitas Buana Perjuangan Karawang.
10. Wanita yang cintanya tidak dapat dibalas oleh apapun, Ibu Eliati Ningsih sebagai malaikat tanpa sayap dalam hidupku, seorang Ibu yang tak bosan mengetuk pintu langit dengan doa nya agar jalanku dipermudah oleh-Nya.
11. Lelaki hebat nomor satu dihidupku, Bapak Maman Suryaman yang menjadi alasan untuk dapat bangkit kembali disaat dunia membuatku jatuh berkali-kali.

12. *The Suryaman*, kakak-kakak saya yang selalu dapat menghidupkan suasana menjadi lebih menyenangkan dan selalu mendoakan adik perempuan terakhirnya ini.
13. Seluruh teman-teman seperjuangan Psikologi 17 khususnya Psikologi 17D atas kebersamaan dan canda tawanya selama menempuh pendidikan di Universitas Buana Perjuangan Karawang
14. Sahabat-sahabatku Ayutria Yuniar, Engartyasti Rahmani Putri dan Mutiara Zamy Nabila atas hubungan yang telah dibangun selama 20 tahun dan tidak pernah absen memberikan dukungan serta doa.
15. Seluruh guru-guru di SD Islam Sahabat Ilmu yang telah memberikan dukungan dan kelonggaran waktu selama peneliti melakukan penelitian dan menyusun skripsi ini.
16. **Bunga Suryaman Putri**, diriku sendiri yang telah bekerja sama dan berjuang dengan sangat baik disaat keadaan sedang tidak baik-baik saja.

Manusia yang sehat adalah manusia yang dapat bertahan terhadap perubahan-perubahan yang terdapat dalam hidupnya, manusia yang paling baik adalah manusia yang dapat bermanfaat untuk orang-orang disekitarnya dan setiap manusia –manusia yang sehat dan baik membutuhkan manusia lain untuk menjalani hidup di dunia ini.