

# Hubungan Kelekatan Aman Orang Tua Terhadap Krisis Seperempat Kehidupan Pemuda Karang Taruna Di Desa Siwalan Panji Sidoarjo

Oleh:

Anisa Luthfiana

Hazim

Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Juli, 2025



# Pendahuluan

Quarter-life crisis adalah krisis psikologis yang umum dialami individu usia 20–30 tahun (emerging adulthood), ditandai dengan kebingungan, kecemasan, dan tekanan akibat tuntutan hidup dewasa. Krisis ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti tekanan sosial, karier, dan hubungan interpersonal. Salah satu faktor protektif penting adalah kelekatan aman dengan orang tua, yang membantu individu menghadapi fase ini secara lebih stabil dan adaptif. Menurut teori kelekatan Bowlby, kelekatan aman terbentuk dari pola asuh yang responsif dan konsisten, serta berperan dalam membentuk ketahanan emosional dan harga diri. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan kelekatan aman memiliki koping yang lebih sehat dan risiko lebih rendah mengalami quarter-life crisis. Dalam konteks ini, Karang Taruna sebagai komunitas pemuda memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan psikososial anggotanya. Namun, banyak pemudanya mengalami quarter-life crisis yang diperburuk oleh tantangan ketenagakerjaan di Sidoarjo.

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

1. Bagaimana tingkat kelekatan aman dengan orang tua pada pemuda anggota Karang Taruna di Desa Siwalan Panji, Sidoarjo?
2. Bagaimana tingkat krisis seperempat kehidupan (quarter-life crisis) pada pemuda anggota Karang Taruna di Desa Siwalan Panji, Sidoarjo?
3. Apakah terdapat hubungan antara kelekatan aman dengan orang tua dan krisis seperempat kehidupan pada pemuda anggota Karang Taruna di Desa Siwalan Panji, Sidoarjo?

# Metode

Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan kuantitatif untuk menguji hubungan antara kelekatan aman orang tua (variabel bebas) dan quarter-life crisis (variabel terikat). Subjek penelitian adalah 80 anggota Karang Taruna usia 20–30 tahun di Desa Siwalan Panji, Sidoarjo, yang dipilih melalui teknik sampling jenuh karena jumlah populasi kecil. Pengumpulan data dilakukan dengan dua skala psikologi: Skala Quarter-Life Crisis (25 item,  $\alpha = 0,914$ ) dan Skala Kelekatan Aman (55 item,  $\alpha = 0,861$ ), keduanya menggunakan skala Likert. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier sederhana melalui SPSS 25, meliputi uji asumsi klasik (normalitas, heteroskedastisitas, linearitas), koefisien determinasi ( $R^2$ ), serta uji F dan t untuk melihat signifikansi pengaruh antar variabel.

# Hasil

Hasil analisis regresi linear sederhana memperlihatkan jika kelekatan aman secara simultan berpengaruh signifikan terhadap quarter-life crisis ( $148.683$ , Sig. =  $0.000 < 0.05$ ). Analisis individual dengan uji t juga menunjukkan bahwa kelekatan aman memiliki dampak signifikan terhadap quarter-life crisis ( $t = -7,238$ , sig  $< 0,001$ ), demikian pula self disclosure ( $t = -12.194$ , sig  $< 0,05$ ). Berdasarkan temuan ini dapat disimpulkan bahwa, baik secara simultan maupun individual, kelekatan secara signifikan mempengaruhi quarter-life crisis. dan memiliki arah hubungan negatif yang diketahui nilai  $B = -891$  yang artinya semakin tinggi kelekatan aman maka semakin rendah quarter-life crisis

# Pembahasan

Penelitian ini menemukan bahwa 60,4% anggota Karang Taruna Siwalan Panji Sidoarjo mengalami quarter-life crisis kategori sedang, yang berkaitan dengan rendahnya kelekatan aman dengan orang tua. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara kelekatan aman dan quarter-life crisis (koefisien = -1.279,  $p = 0.000$ ,  $R^2 = 0.671$ ), yang berarti kelekatan aman berperan besar dalam menurunkan risiko krisis tersebut. Temuan ini didukung oleh teori Bowlby dan berbagai penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa kelekatan aman membentuk ketahanan psikologis, rasa percaya diri, dan kemampuan mengelola tekanan hidup. Karang Taruna sebagai komunitas sosial juga memperkuat efek protektif kelekatan aman. Kesimpulannya, kelekatan aman merupakan faktor penting dalam mencegah quarter-life crisis. Penelitian ini menyarankan penguatan pola asuh yang suportif serta perlunya eksplorasi faktor lain seperti efikasi diri dan dukungan sosial dalam studi lanjutan. Keterbatasan penelitian terletak pada jumlah sampel yang kecil dan fokus pada satu variabel bebas.



# Temuan Penting Penelitian

Dengan ada penelitian ini dapat ditemukan semakin tinggi kelekatan aman yang dimiliki individu, semakin rendah tingkat quarter-life crisis yang dirasakan, dengan kontribusi sebesar 67,1% terhadap variansi krisis tersebut ( $R^2 = 0,671$ ), menunjukkan pengaruh yang kuat. Temuan ini sejalan dengan teori Bowlby yang menyatakan bahwa kelekatan aman membentuk rasa percaya diri, keamanan dalam hubungan interpersonal, serta kemampuan menghadapi tekanan hidup. Hasil ini juga diperkuat oleh penelitian Hasanah dan Listyowati yang menunjukkan bahwa kelekatan aman berkorelasi negatif signifikan dengan quarter-life crisis, di mana individu dengan kelekatan aman cenderung lebih stabil secara emosional dan tidak mudah mengalami kebingungan arah hidup.

# Manfaat Penelitian

- Memberikan pemahaman tentang pentingnya hubungan yang sehat dengan orang tua dalam menghadapi masa transisi kehidupan dewasa awal.
- Mendorong peningkatan pola asuh yang mendukung kelekatan aman pada anak-anak mereka.
- Menjadi dasar dalam membuat program pembinaan mental dan emosional bagi para anggotanya.



# Referensi

- Al-Ghazali, I. (2011). Ihya' Ulumuddin. Dar Ibn Hazm.
- Bogdan, R. C., & Biklen, S. K. (1998). Qualitative Research for Education: An Introduction to Theory and Methods (3rd ed.). Allyn & Bacon.
- Febriani, S. R., & Desrani, A. (2021). Pemetaan Tren Belajar Agama Melalui Media Sosial. Jurnal Perspektif, 14(2), 312–326. <https://doi.org/10.53746/Perspektif.V14i2.49>
- Fitriana, E., & Ridlwan, M. K. (2021). Ngaji Online: Transformasi Ngaji Kitab Di Media Sosial. Asanka: Journal Of Social Science And Education, 2(2), 203–220. <https://doi.org/10.21154/Asanka.V2i2.3238>

