

Kelekatan Pada Orang Tua dan Hubungannya Dengan Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa Akhir

Nurul Luthfiah Rusydi¹, Muh Daud², Andi Nahliah Bungawali³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

e-mail: ¹nurul.luthfiah.r12@gmail.com, ²m.daud@unm.ac.id,
³andi.nahliah.bungawali@unm.ac.id

Informasi Artikel

Manuskrip

Diterima: 7 April
2026

Revisi Diterima: 20
Mei 2026

Diterima untuk
Publikasi: 10 Juni
2026

Sitasi (APA):

Rusydi, N. L.,
Daud, M., &
Bungawali, A. N.
(2026). Kelekatan
pada orang tua dan
hubungannya
dengan kepuasan
hidup pada
mahasiswa akhir.
*Jurnal Asa
Psikologi*, 2(1), 42–
54.

Abstract

Parental attachment refers to the emotional bond between children and their parents and plays an important role in the development of individual psychological well-being. One indicator of psychological well-being is life satisfaction, which reflects an individual's cognitive evaluation of overall life quality. This study aimed to examine the relationship between parental attachment and life satisfaction among final-year university students. A quantitative approach was used with 358 final-year students selected through accidental sampling. Data were collected using the Inventory of Parent and Peer Attachment scale and the Satisfaction With Life Scale. The results indicated a significant positive relationship between parental attachment and life satisfaction, although the strength of the relationship was relatively weak. In addition, attachment to mothers showed a slightly higher correlation with life satisfaction compared to attachment to fathers. These findings suggest that positive emotional relationships between students and their parents contribute to supporting the psychological well-being of final-year students.

Keywords: Parent attachment, life satisfaction, Final-year students

Abstrak

Kelekatan orang tua merupakan ikatan emosional antara anak dan orang tua yang berperan penting dalam perkembangan kesejahteraan psikologis individu. Salah satu indikator kesejahteraan psikologis adalah kepuasan hidup, yaitu penilaian kognitif individu terhadap kualitas hidupnya secara keseluruhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan orang tua dan kepuasan hidup pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan subjek sebanyak 358 mahasiswa tingkat akhir yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala Inventory of Parent and Peer Attachment dan Satisfaction With Life Scale. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kelekatan orang tua dan kepuasan hidup dengan kekuatan hubungan yang tergolong lemah. Selain itu, kelekatan dengan ibu menunjukkan korelasi yang sedikit lebih tinggi terhadap kepuasan hidup dibandingkan dengan kelekatan dengan ayah. Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan emosional yang positif antara mahasiswa dan orang tua berperan dalam mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa tingkat akhir.

Kata Kunci: Kelekatan orang tua, Kepuasan hidup, Mahasiswa tingkat akhir

Pendahuluan

Masa perkuliahan merupakan salah satu fase penting dalam perkembangan individu, khususnya pada tahap emerging adulthood. Pada fase ini individu dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan seperti pencarian identitas diri, pengambilan keputusan karier, serta penyesuaian terhadap tuntutan sosial dan emosional yang semakin kompleks. Arnett (2000) menjelaskan bahwa emerging adulthood merupakan periode yang ditandai dengan ketidakpastian, eksplorasi identitas, dan perubahan besar dalam kehidupan individu. Kondisi tersebut seringkali menimbulkan tekanan psikologis, terutama pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi tuntutan akademik serta transisi menuju dunia kerja. Tekanan yang tidak terkelola dengan baik dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu, salah satunya tercermin melalui tingkat kepuasan hidup yang dimiliki.

Kepuasan hidup merupakan komponen penting dari kesejahteraan subjektif yang menggambarkan evaluasi kognitif individu terhadap kualitas kehidupannya secara keseluruhan (Diener et al., 1985). Individu dengan kepuasan hidup yang tinggi cenderung memiliki persepsi positif terhadap kehidupannya, mampu mengelola tekanan secara lebih adaptif, serta memiliki optimisme terhadap masa depan. Sebaliknya, rendahnya kepuasan hidup dapat memicu berbagai permasalahan psikologis seperti stres, kecemasan, hingga penurunan motivasi dalam menjalani aktivitas sehari-hari (Seligman, 2002; Ryff, 1989). Dalam konteks mahasiswa tingkat akhir, rendahnya kepuasan hidup dapat berdampak pada munculnya burnout akademik, penurunan motivasi belajar, serta kesulitan dalam menghadapi transisi menuju dunia kerja (Astuti & Prasetyo, 2020; Putri & Listiana, 2018).

Data nasional juga menunjukkan adanya kecenderungan rendahnya kepuasan hidup pada kelompok usia mahasiswa. Survei Indeks Kebahagiaan Indonesia yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (2021) menunjukkan bahwa kelompok usia 20–24 tahun memiliki skor kepuasan hidup sebesar 73,14, yang lebih rendah dibandingkan kelompok usia 25–29 tahun dengan skor 74,50. Hal ini mengindikasikan bahwa individu pada rentang usia mahasiswa akhir masih menghadapi berbagai tantangan dalam mencapai kepuasan hidup yang optimal. Temuan tersebut diperkuat oleh berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami tekanan akademik, kecemasan terkait masa depan, serta ketidakpastian karier yang dapat menurunkan tingkat kepuasan hidup (Cho et al., 2021; Dewi & Lestari, 2020; Saputra, 2019).

Selain faktor akademik dan tekanan masa depan, kepuasan hidup pada mahasiswa juga dipengaruhi oleh berbagai faktor psikososial, salah satunya adalah hubungan dengan keluarga. Huebner (Proctor et al., 2009) menjelaskan bahwa hubungan keluarga merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap kepuasan hidup individu. Dalam konteks perkembangan psikologis, hubungan emosional dengan orang tua memainkan peran penting dalam memberikan dukungan, rasa aman, serta stabilitas emosional bagi individu yang sedang menghadapi berbagai tuntutan kehidupan.

Hubungan emosional antara anak dan orang tua sering dijelaskan melalui konsep kelekatan (attachment). Bowlby (1969) mendefinisikan kelekatan sebagai ikatan emosional yang kuat dan bertahan lama antara individu dengan figur pengasuh utama yang memberikan rasa aman secara psikologis. Pada masa remaja hingga dewasa awal, kelekatan dengan orang tua tetap memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis individu. Armsden dan Greenberg (1987) menjelaskan bahwa kelekatan orang tua tercermin melalui tiga aspek utama, yaitu kepercayaan (trust), komunikasi (communication), dan keterasingan emosional (alienation). Individu yang memiliki hubungan kelekatan yang baik dengan orang tua cenderung memiliki rasa aman, kemampuan regulasi emosi yang lebih baik, serta persepsi positif terhadap kehidupan.

Teori kelekatan juga membedakan dua pola utama hubungan emosional, yaitu secure attachment dan insecure attachment (Ainsworth et al., 1978). Individu dengan secure

attachment memiliki tingkat kepercayaan dan komunikasi yang tinggi dengan orang tua serta tingkat keterasingan emosional yang rendah. Sebaliknya, insecure attachment ditandai dengan rendahnya kepercayaan dan komunikasi serta tingginya perasaan terasing dalam hubungan dengan orang tua. Dalam konteks mahasiswa tingkat akhir, hubungan kelekatan yang aman dapat membantu individu menghadapi tekanan akademik, ketidakpastian karier, serta berbagai tuntutan perkembangan dengan lebih adaptif.

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kelekatan dengan orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan hidup. Penelitian Nickerson dan Nagle (2005) menemukan bahwa kelekatan yang aman dengan orang tua berkorelasi positif dengan kepuasan hidup pada remaja. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Chen et al. (2017) yang menunjukkan bahwa kualitas hubungan dengan orang tua berkontribusi secara signifikan terhadap tingkat kepuasan hidup individu. Mahasiswa yang memiliki hubungan emosional yang positif dengan orang tua cenderung merasa lebih didukung secara psikologis sehingga mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan dengan lebih optimis.

Meskipun demikian, penelitian mengenai hubungan antara kelekatan orang tua dan kepuasan hidup pada mahasiswa tingkat akhir masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks mahasiswa yang sedang menghadapi transisi menuju dunia kerja. Selain itu, sebagian penelitian sebelumnya lebih banyak meneliti kelekatan secara umum tanpa membedakan hubungan kelekatan dengan ayah dan ibu secara spesifik. Padahal, peran kedua orang tua dapat memberikan pengaruh yang berbeda terhadap perkembangan psikologis anak. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengkaji hubungan antara kelekatan dengan ayah dan ibu terhadap kepuasan hidup pada mahasiswa tingkat akhir.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kelekatan orang tua dan kepuasan hidup pada mahasiswa tingkat akhir. Secara khusus, penelitian ini menguji empat hipotesis, yaitu: (1) terdapat hubungan positif antara secure attachment ayah dengan kepuasan hidup, (2) terdapat hubungan negatif antara insecure attachment ayah dengan kepuasan hidup, (3) terdapat hubungan positif antara secure attachment ibu dengan kepuasan hidup, dan (4) terdapat hubungan negatif antara insecure attachment ibu dengan kepuasan hidup pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian psikologi perkembangan serta memberikan manfaat praktis bagi mahasiswa, orang tua, dan institusi pendidikan dalam memahami pentingnya hubungan emosional keluarga dalam mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji hubungan antara kelekatan orang tua dan kepuasan hidup pada mahasiswa tingkat akhir. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kelekatan orang tua, sedangkan variabel terikat adalah kepuasan hidup.

Kelekatan orang tua merupakan ikatan emosional antara anak dan orang tua yang tercermin melalui kepercayaan, komunikasi, dan perasaan keterasingan dalam hubungan tersebut. Variabel ini diukur menggunakan adaptasi Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA) yang dikembangkan oleh Armsden dan Greenberg. Kepuasan hidup didefinisikan sebagai penilaian kognitif individu terhadap kualitas hidupnya secara keseluruhan dan diukur menggunakan skala kepuasan hidup yang dikembangkan oleh Daravut.

Populasi penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir dari berbagai perguruan tinggi yang sedang menyelesaikan tugas akhir atau skripsi. Sampel penelitian berjumlah 358 responden yang diperoleh menggunakan teknik accidental sampling. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan kuesioner berbasis Google Form.

Instrumen penelitian terdiri dari dua skala psikologis. Skala kepuasan hidup terdiri dari 30 aitem dengan format skala Likert tujuh poin, sedangkan skala kelekatan orang tua terdiri dari 25 aitem dengan format skala Likert lima poin. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh aitem memenuhi kriteria dengan nilai korelasi aitem di atas 0,30 dan nilai extraction di atas 0,50. Uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,937–0,941 untuk skala kepuasan hidup, 0,872–0,882 untuk kelekatan ibu, dan 0,911–0,921 untuk kelekatan ayah.

Analisis data dilakukan menggunakan SPSS versi 25.0. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik data penelitian. Uji normalitas dilakukan menggunakan Kolmogorov–Smirnov, sedangkan pengujian hipotesis dilakukan menggunakan korelasi Spearman rho untuk mengetahui hubungan antara kelekatan orang tua dan kepuasan hidup.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang telah menyelesaikan sebagian besar mata kuliah dan sedang menyusun tugas akhir atau skripsi. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 358 mahasiswa. Berdasarkan jenis kelamin, responden terdiri dari 150 laki-laki (42%) dan 208 perempuan (58%).

Berdasarkan usia, sebagian besar responden berusia 22 tahun sebanyak 180 orang (50%), diikuti usia 23 tahun sebanyak 117 orang (33%), dan 24 tahun sebanyak 61 orang (17%). Berdasarkan semester, mayoritas responden berada pada semester 8 sebanyak 180 orang (50%), kemudian semester 10 sebanyak 117 orang (33%), dan semester 12 sebanyak 61 orang (17%).

2. Pencatatan Hasil

Analisis deskriptif dilakukan untuk menggambarkan tingkat kepuasan hidup dan kelekatan orang tua pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepuasan hidup pada kategori sedang yaitu sebanyak 334 responden (93,30%), sedangkan 24 responden (6,70%) berada pada kategori tinggi.

Pada variabel kelekatan orang tua (ibu), sebagian besar responden berada pada kategori tinggi sebanyak 342 responden (95,53%), sedangkan 16 responden (4,47%) berada pada kategori sedang. Sementara itu, pada variabel kelekatan orang tua (ayah), sebanyak 311 responden (86,87%) berada pada kategori tinggi dan 47 responden (13,13%) berada pada kategori sedang.

Tabel 1 Kategorisasi data skala Kepuasan hidup

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 90	0	0,00
Sedang	90 – 150	334	93,30
Tinggi	150 <	24	6,70
Total		358	100,00

Tabel 2 Kategorisasi data skala Kelekatan Orang Tua (Ibu)

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 58	0	0,00
Sedang	58 – 92	16	4,47
Tinggi	92 <	342	95,53
Total		358	100,00

Tabel 3 Kategorisasi data skala Kelekatan Orang Tua (Ayah)

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 58	0	0,00
Sedang	58 – 92	47	13,13
Tinggi	92 <	311	86,87
Total		358	100,00

3. Pengolahan Data

a. Uji Asumsi

Sebelum melakukan pengujian hipotesis, dilakukan uji normalitas untuk mengetahui distribusi data penelitian menggunakan Kolmogorov–Smirnov. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis hubungan antar variabel dilakukan menggunakan teknik statistik nonparametrik Spearman's rho.

Selanjutnya dilakukan uji linearitas untuk mengetahui hubungan antara variabel kelekatan orang tua dan kepuasan hidup. Hasil analisis menunjukkan nilai Deviation from Linearity sebesar 0,001 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa hubungan antar variabel tidak bersifat linear.

Tabel 4 Uji Normalitas

Test of Normality	Variabel	Sig.
Kolmogorov-Smirnov	Kelekatan Orang Tua Kepuasan hidup	0,001

Tabel 5 Uji Linearitas

Test of Linierity	Variabel	Sig.
Deviation from Linearity	Kelekatan Orang Tua Kepuasan hidup	0,001

b. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan orang tua dan kepuasan hidup pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil analisis menunjukkan bahwa secure attachment dengan ibu memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kepuasan hidup ($r = 0,540$; $p < 0,01$). Sementara itu, insecure attachment dengan ibu memiliki hubungan negatif signifikan dengan kepuasan hidup ($r = -0,218$; $p < 0,05$).

Pada hubungan dengan ayah, hasil analisis menunjukkan bahwa secure attachment dengan ayah memiliki hubungan positif signifikan dengan kepuasan hidup ($r = 0,397$; $p < 0,01$). Sedangkan insecure attachment dengan ayah memiliki hubungan positif signifikan yang lemah dengan kepuasan hidup ($r = 0,272$; $p < 0,01$).

Tabel 6 Uji Korelasi Pearson

	Variabel	Sig. (2-tailed)	Correlation Coefficient
Korelasi Pearson	Secure Attachment (Ibu) - Kepuasan hidup	0,000	0,540**

<i>Insecure Attachment</i> (Ibu) - Kepuasan hidup	0,018	-0,218*
<i>Secure Attachment</i> (Ibu) - Kepuasan hidup	0,000	0,397**
<i>Insecure Attachment</i> (Ayah) - Kepuasan hidup	0,002	0,272**

c. Perbandingan Demografi

Analisis perbandingan berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada variabel kepuasan hidup ($p = 0,170$) dan kelekatan orang tua dengan ibu ($p = 0,177$) antara laki-laki dan perempuan. Namun, pada variabel kelekatan orang tua dengan ayah ditemukan perbedaan yang signifikan berdasarkan jenis kelamin ($p = 0,020$), dimana mahasiswa laki-laki memiliki nilai rata-rata kelekatan dengan ayah yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa perempuan.

Tabel 7 Kepuasan hidup berdasarkan jenis kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviasi	Sig.
Kepuasan hidup	Laki-laki	150	136,40	9.181	0,170
	Perempuan	208	137,70	10.031	

Tabel 8 Kelekatan Orang Tua (Ibu) berdasarkan jenis kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviasi	Sig.
Kelekatan Orang Tua (Ibu)	Laki-laki	150	100,99	5.631	0,177
	Perempuan	208	99,79	5.500	

Tabel 9 Kelekatan Orang Tua (Ayah) berdasarkan jenis kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviasi	Sig.
Kelekatan Orang Tua (Ayah)	Laki-laki	150	100,47	5.404	0,020
	Perempuan	208	98,81	6.501	

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara secure attachment dan insecure attachment orang tua dengan kepuasan hidup pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir memiliki tingkat kepuasan hidup pada kategori sedang. Kondisi ini menunjukkan bahwa mahasiswa berada pada fase evaluasi kehidupan yang belum sepenuhnya mencapai kepuasan optimal. Menurut Diener dkk. (1985), kepuasan hidup merupakan evaluasi kognitif individu terhadap kualitas hidupnya secara keseluruhan yang dipengaruhi oleh perbandingan antara harapan dan pencapaian yang dimiliki. Pada mahasiswa tingkat akhir, proses penyelesaian studi, tekanan akademik, serta ketidakpastian karier dapat memengaruhi evaluasi tersebut sehingga tingkat kepuasan hidup cenderung berada pada kategori sedang.

Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kelekatan yang tinggi dengan orang tua, baik dengan ibu maupun ayah. Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan keluarga masih menjadi sumber dukungan emosional yang

penting bagi mahasiswa tingkat akhir. Dalam budaya kolektif seperti Indonesia, hubungan keluarga memiliki peran yang kuat dalam memberikan dukungan psikologis bagi individu, bahkan hingga masa dewasa awal (Santrock, 2019). Kondisi ini memungkinkan mahasiswa tetap memperoleh dukungan emosional dari orang tua ketika menghadapi berbagai tantangan perkembangan seperti penyelesaian studi dan persiapan memasuki dunia kerja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secure attachment dengan ibu memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kepuasan hidup mahasiswa tingkat akhir. Temuan ini sejalan dengan teori kelekatan yang dikemukakan oleh Bowlby (1988) yang menyatakan bahwa hubungan emosional yang aman dengan figur pengasuh utama memberikan rasa aman psikologis bagi individu. Individu dengan kelekatan yang aman cenderung memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih baik, hubungan interpersonal yang lebih positif, serta tingkat kepercayaan yang lebih tinggi terhadap lingkungan sosialnya (Mikulincer & Shaver, 2007). Kondisi tersebut dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis serta kepuasan hidup individu. Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kualitas hubungan dengan ibu berkaitan positif dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa.

Sebaliknya, penelitian ini menemukan bahwa insecure attachment dengan ibu memiliki hubungan negatif dengan kepuasan hidup, meskipun kekuatan hubungan tersebut relatif lemah. Hubungan yang tidak aman dengan orang tua dapat ditandai oleh rendahnya kepercayaan, komunikasi yang terbatas, serta adanya perasaan keterasingan dalam hubungan keluarga (Armsden & Greenberg, 1987). Kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan individu dalam mengelola emosi serta menghadapi tekanan psikologis. Pada mahasiswa tingkat akhir, kondisi ini dapat memperburuk pengalaman stres yang berkaitan dengan tuntutan akademik maupun ketidakpastian masa depan. Namun demikian, kekuatan hubungan yang relatif lemah menunjukkan bahwa kepuasan hidup tidak hanya dipengaruhi oleh hubungan dengan orang tua, tetapi juga oleh faktor lain seperti dukungan teman sebaya, pencapaian akademik, kondisi ekonomi, serta pengalaman sosial yang dimiliki individu (Diener dkk., 2009).

Penelitian ini juga menemukan bahwa secure attachment dengan ayah memiliki hubungan positif dengan kepuasan hidup mahasiswa, meskipun kekuatan hubungan tersebut berada pada tingkat sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa figur ayah juga memiliki peran penting dalam perkembangan kesejahteraan psikologis individu. Menurut Amato dan Fowler (2002), kualitas hubungan dengan ayah dapat berkontribusi terhadap perkembangan rasa percaya diri, stabilitas emosi, serta kemampuan individu dalam mengambil keputusan yang realistis. Pada masa dewasa awal, dukungan emosional dari ayah dapat membantu mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan perkembangan seperti menyelesaikan studi dan mempersiapkan masa depan.

Temuan yang menarik dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara insecure attachment dengan ayah dan kepuasan hidup, meskipun hubungan tersebut relatif lemah. Secara teoritis, insecure attachment biasanya berkaitan dengan berbagai kesulitan dalam hubungan interpersonal dan regulasi emosi (Bowlby, 1988). Namun demikian, hasil penelitian ini dapat mengindikasikan adanya mekanisme adaptasi pada individu. Beberapa mahasiswa mungkin mengembangkan strategi koping yang lebih mandiri sebagai respons terhadap kurangnya kedekatan emosional dengan ayah. Dalam kondisi tersebut, individu dapat mencari sumber dukungan alternatif seperti teman sebaya, pasangan, atau figur penting lainnya. Hal ini sejalan dengan pandangan Zimmermann (2004) yang menyatakan bahwa individu pada masa transisi menuju dewasa dapat mengembangkan strategi koping yang lebih independen untuk memenuhi kebutuhan emosionalnya meskipun memiliki hubungan kelekatan yang tidak optimal dengan orang tua.

Selain itu, analisis perbandingan berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam kepuasan hidup maupun kelekatan dengan ibu. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan emosional dengan ibu cenderung

stabil dan tidak dipengaruhi oleh faktor gender. Sebaliknya, terdapat perbedaan pada kelekatan dengan ayah berdasarkan jenis kelamin, dimana mahasiswa laki-laki memiliki tingkat kelekatan yang lebih tinggi dengan ayah dibandingkan mahasiswa perempuan. Temuan ini sejalan dengan gender socialization theory yang menyatakan bahwa individu cenderung mengidentifikasi diri dengan orang tua yang memiliki jenis kelamin yang sama (Lamb, 2004). Selain itu, teori social learning yang dikemukakan oleh Bandura (1977) juga menjelaskan bahwa anak cenderung meniru perilaku serta nilai yang dimiliki oleh figur yang dianggap sebagai model peran dalam kehidupannya.

Meskipun penelitian ini memberikan gambaran mengenai hubungan antara kelekatan orang tua dan kepuasan hidup pada mahasiswa tingkat akhir, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Pertama, teknik pengambilan sampel menggunakan accidental sampling sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Kedua, sebagian besar responden berasal dari wilayah yang relatif homogen sehingga belum sepenuhnya mewakili keberagaman latar belakang mahasiswa di Indonesia. Ketiga, data penelitian diperoleh melalui self-report questionnaire yang berpotensi mengandung bias subjektivitas dalam pengisian jawaban. Selain itu, penelitian ini menggunakan desain cross-sectional sehingga tidak dapat menggambarkan perubahan hubungan kelekatan dan kepuasan hidup secara longitudinal. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan metode longitudinal serta melibatkan sampel yang lebih beragam agar dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara kelekatan orang tua dan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Simpulan dan Saran

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas kelekatan antara mahasiswa tingkat akhir dan orang tua memiliki peran penting dalam membentuk kepuasan hidup pada fase transisi menuju dewasa awal. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa kelekatan yang aman dengan orang tua, baik ibu maupun ayah, berkaitan dengan tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi pada mahasiswa. Hubungan emosional yang positif dengan orang tua memberikan rasa aman psikologis, dukungan emosional, serta kepercayaan diri yang membantu mahasiswa menghadapi berbagai tantangan perkembangan seperti penyelesaian studi, tekanan akademik, dan ketidakpastian masa depan. Sebaliknya, pola kelekatan yang tidak aman cenderung berkaitan dengan tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah, meskipun hubungan tersebut tidak selalu kuat karena kepuasan hidup juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar hubungan keluarga. Temuan penelitian ini menegaskan bahwa hubungan keluarga tetap memiliki peran yang signifikan dalam kesejahteraan psikologis mahasiswa meskipun mereka telah memasuki fase dewasa awal. Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus kajian yang secara khusus menyoroti mahasiswa tingkat akhir sebagai kelompok yang sedang berada pada masa transisi penting dari dunia akademik menuju dunia kerja, serta pada analisis yang membedakan peran kelekatan dengan ibu dan ayah dalam kaitannya dengan kepuasan hidup. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi empiris dalam memperkaya kajian psikologi perkembangan dan psikologi keluarga mengenai pentingnya kualitas hubungan orang tua dan anak dalam mendukung kesejahteraan psikologis pada masa dewasa awal.

Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, terdapat beberapa implikasi yang dapat menjadi perhatian bagi pengembangan penelitian maupun praktik psikologis. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi variabel lain yang berpotensi memediasi atau memoderasi hubungan antara kelekatan orang tua dan kepuasan hidup, seperti kemandirian psikologis, strategi coping, dukungan sosial, atau resiliensi individu. Pendekatan longitudinal juga dapat

dipertimbangkan untuk memahami dinamika perubahan hubungan kelekatan dengan orang tua serta dampaknya terhadap kepuasan hidup selama masa transisi dari mahasiswa menuju dunia kerja. Selain itu, penggunaan pendekatan metode campuran (mixed methods) dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pengalaman subjektif mahasiswa dalam memaknai hubungan dengan orang tua dan pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Dari sisi praktis, temuan penelitian ini menunjukkan pentingnya mempertahankan hubungan emosional yang positif antara mahasiswa dan orang tua selama masa dewasa awal. Mahasiswa diharapkan dapat tetap menjaga komunikasi yang terbuka dengan orang tua sekaligus mengembangkan kemandirian dalam menghadapi tuntutan perkembangan. Bagi keluarga, khususnya orang tua, penting untuk tetap memberikan dukungan emosional, kepercayaan, serta ruang bagi anak untuk berkembang secara mandiri meskipun telah memasuki fase dewasa awal. Di sisi lain, institusi pendidikan tinggi juga dapat memanfaatkan temuan ini dengan mengembangkan program konseling, seminar, atau layanan pendampingan psikologis yang membantu mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi tekanan akademik, mempersiapkan masa depan karier, serta membangun hubungan keluarga yang sehat sebagai salah satu sumber dukungan psikologis.

Daftar Pustaka

- 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(5), 427-454.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Astuti, M., & Prasetyo, R. (2020). Burnout akademik sebagai prediktor kepuasan hidup mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 47(1), 45-55.
- Aziz, M., Khan, W., Amin, F., & Khan, M. F. (2021). Influence of parenting styles and peer attachment on *Kepuasan hidup* among adolescents: Mediating role of self-esteem. *The Family Journal*, 29(4), 460-470.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2022). *Metode penelitian psikologi* (3rd ed.). Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik Jakarta Pusat, 2021. *Dimensi kepuasan hidup indeks kebahagiaan 2017-2021*. Jakarta Pusat. Diakses pada tanggal 15 Januari 2025 <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/NjI3IzI=/dimensi-kepuasan-hidup-indeks-kebahagiaan.html>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Cenceng. (2015). PERILAKU KELEKATAN PADA ANAK USIA DINI.
- Chen, W., Zhang, D., Pan, Y., Hu, T., Liu, G., & Luo, S. (2017). Perceived social support and self-esteem as mediators of the relationship between parental attachment and *Kepuasan hidup* among Chinese adolescents. *Personality and Differences*, 108, 98-102. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.009>
- Cho, H., Yoo, S. K., & Park, C. J. (2021). The Relationship between Stress and *Kepuasan hidup* of Korean University students: mediational effects of positive affect and self-compassion. *Asia Pacific Education Review*, 22(3), 385-400. <https://doi.org/10.1007/s12564-021-09676-y>

- Daravit, K. S. (2021). Hubungan antara kepuasan hidup dengan fear of missing out FOMO pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang pengguna media sosial (*Doctoral dissertation*, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Dewi, K. S., & Sukmawati, E. (2021). Peran attachment terhadap orangtua dalam memprediksi kepuasan hidup mahasiswa. *Jurnal Psikologi Integratif*, 9(1), 45-58.
- Dewi, P. K., & Lestari, D. (2020). Tingkat kepuasan hidup mahasiswa tingkat akhir ditinjau dari stres akademik. *Jurnal Psikologi Universitas X*, 8(2), 123–132.
- Diener, E., and Ryan, K. (2015). Subjective Well-Being: a General Overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75
- Eki Irfandi. (2021). Pengaruh Syukur, Kelekatan Orang Tua dan Perbedaan Jenis Kelamin Terhadap Kepuasan hidup Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi*, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Psikologi. Diakses dari <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/78258/1/EKI%20IRFANDI-FPSI.pdf>
- Fitriani, A., & Ambarini, T. K. (2022). Kelekatan aman dengan orang tua sebagai prediktor kepuasan hidup remaja akhir. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 11(2), 123-134.
- Gilman, Rich; Huebner, Scott (Summer 2003). A Review of *Kepuasan hidup* Research with Children and Adolescents (PDF). *School Psychology Quarterly*. 18 (2): 192 205. doi:[10.1521/scpq.18.2.192.21858](https://doi.org/10.1521/scpq.18.2.192.21858)
- Grossmann, K., Grossmann, K. E., Fremmer-Bombik, E., Kindler, H., Scheuerer-Englisch, H., & Zimmermann, P. (2002). The uniqueness of the child–father attachment relationship: Fathers’ sensitive and challenging play as a pivotal variable in a 16-year longitudinal study. *Social Development*, 11(3), 301–337. <https://doi.org/10.1111/1467-9507.00202>
- Handayani, P. G., & Wuryaningsih, E. W. (2023). Pengaruh kualitas komunikasi keluarga terhadap *Kepuasan hidup* mahasiswa: Peran mediasi attachment security. *Indonesian Journal of Psychology*, 20(3), 178-189.
- Hen, J., Liu, X., & Fan, X. (2017). Parental attachment and adolescents’ *kepuasan hidup*: The role of self-esteem and emotional regulation. *Personality and Individual Differences*, 108, 98–102. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.025>
- Hikmah, Nurul. 2012. Hubungan Antara Dukungan Sosial Kawan Sebaya Dengan Motivasi Berprestasi (Study pada siswa SMAN 38 Jakarta). *Skripsi*
- Holmes, J. (2014). *John Bowlby and attachment theory*. Routledge.
- Huebner, C. E. (2000). Promoting toddlers’ language development through community-based intervention. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 21(5), 513–535
- Hurlock, E. B. (1980). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, (5 ed). Erlangga
- Hurlock, E. B. (1990, 2009). *Psikologi perkembangan*. Jakarta, ID: Erlangga. *Imiah Berkala Psikologi*, 12(1), 37-46.
- Indah, R. (2021). *Hubungan Kelekatan Teman Sebaya Dengan Kepuasan hidup Pada Mahasiswa*. (Skripsi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia: Yogyakarta). Diakses dari <https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/35041?show=full>
- Jeong, Y. M. (2022). Effect of parental attachment on children's *Kepuasan hidup*: Mediating effect of ego resilience. *The Journal of the Convergence on Culture Technology*, 8(3), 137-142.

- Jiang, X., Huebner, E. S., & Hills, K. J. (2013). *Parent Attachment And Early Adolescents' Kepuasan hidup: The Mediating Effect Of Hope: Attachment, Kepuasan hidup, and Hope. Psychology in the Schools, 50*(4), 340-352. <https://doi.org/10.1002/pits.21680>
- Karina Ayuni Masitha. (2019). Pengaruh religiusitas, pola asuh orang tua, dan dukungan sosial terhadap kepuasan hidup mahasiswa. *Skripsi*, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Psikologi. Diakses dari <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/49504/1/KARINA%20AYU%20NI%20MASITHA-FPSI.pdf>
- Kartika, A., & Astuti, F. D. (2020). Hubungan antara kelekatan ibu dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Insight, 2*(2), 120–130.
- Laible, D. J. (2007). Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behavior. *Personality and Individual Differences, 43*(5), 1185-1197.
- Liu, K., Chen, W., Wang, H., Geng, J., & Lei, L. (2021). Parental phubbing linking to adolescent *Kepuasan hidup*: The mediating role of relationship satisfaction and the moderating role of attachment styles. *Child: Care, Health and Development, 47*(2), 281-289.
- Maharani, S., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara kelekatan dengan orangtua dan kepuasan hidup pada mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Empati, 9*(4), 201-208.
- Mahmoud, J. S. R., Staten, R. T., Hall, L. A., & Lennie, T. A. (2012). The relationship among Young Adult College Students' Depression, Anxiety, Stress, Demographics, *Kepuasan hidup*, and Coping Styles. *Issues in Mental Health Nursing, 33*(3), 149-156. <https://doi.org/10.3109/01612840.2011.632708>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Nasution, S. E. (2021). Gambaran Kelekatan Anak dengan Orang Tua dari Keluarga Commuter Marrieger. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan SDM, 10*(2), 19-29.
- Nickerson, A. B., & Nagle, R. J. (2004). The influence of parent and peer attachments on *Kepuasan hidup* in middle childhood and early adolescence. *Social Indicators Research, 66*(1-2), 35-60.
- Nickerson, A. B., & Nagle, R. J. (2005). Parent–child relationships and the adjustment of children with newly diagnosed chronic conditions. *Journal of Pediatric Psychology, 30*(5), 451–463. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsi074>
- Nudin, M.C.I (2020). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau*. Universitas Semarang.
- Nur, E., & Sari, M. (2019). Hubungan antara Emotion Focused Coping dan Kepuasan hidup pada Mahasiswa. *Cognicia, 7*(1) 95-111, <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia>.
- Nurhayati, S. R., & Helmi, A. F. (2021). Attachment style dan *Kepuasan hidup*: Studi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Gajah Mada Journal of Psychology, 7*(2), 87-102.
- Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). *Buku ajar dasar-dasar statistik penelitian*.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2015). *Experience Human Development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development (perkembangan manusia)*. Marswendy B, penerjemah; Widyaningrum R, editor. Ed ke-10. Jakarta, ID: Salemba Humanika
- Park, S., Meter, D. J., & Roggman, L. A. (2024). *Kepuasan hidup* of early adolescents: roles of child abuse, friend communication, and self-esteem. *Journal of Child and Family Studies, 33*(4), 1095-1107.

- Parpottas, P., Vogazianos, P., & Pezirkianidis, C. (2023). Attachment, resilience and *Kepuasan hidup* of university students in cyprus after the fourth wave of COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(1), 22.
- Pavot, W. & E. Diener. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Journal of Psychological Assessment*, 5(1), 164-172
- Ponti, R., & Smonti, L. (2018). The impact of positive family relationships on reducing stress during adulthood. *Journal of Family Psychology*, 32(4), 456-467. <https://doi.org/10.1037/fam0000400>
- Pratama, A. D., & Sari, D. K. (2024). Kelekatan dengan figur ibu dan ayah: Kontribusinya terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 13(1), 56-67.
- Priyatno, D. (2010). *Teknik mudah dan cepat melakukan analisis data penelitian dengan SPSS*. Gava Media.
- Proctor, C., Linley, P. A., & Maltby, J. (2009). Youth *Kepuasan hidup*: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, 10(5), 583–630. <https://doi.org/10.1007/S10902-008-9110-9>
- Putri, D. A., & Listiana, N. (2018). Hubungan antara stres akademik dengan kepuasan hidup pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 7(2), 98–105.
- Rahardjo, L., Setiasih, & Setianingrum, I. 2008. Jenis dan Sumber Dukungan Sosial Pada Mahasiswa. Vol. 23, 277–286.
- Raharja, B. N., & Indati, A. (2019). Hubungan antara Kebijakan dengan Kepuasan hidup pada Remaja. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(2), 96. <https://doi.org/10.22146/gamajop.46354>
- Rahmatih, A. N., Fauzi, A., & Ermiana, I. (2020). Hubungan motivasi dan kemandirian belajar mahasiswa calon guru Sekolah Dasar. *Wahana Sekolah Dasar*, 28(2), 76-83.
- Rahmawati, I., & Mastuti, E. (2020). Hubungan parent-child attachment dengan subjective well-being pada mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 11(2), 134-146.
- Relawanty. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepuasan hidup pada Lansia di Panti Tresna Werdha Budi Sejahtera di Kabupaten Banjar Provinsi Kalimantan Selatan. *KINDAI*, 14(3), 218-225.
- Rezvan, dkk. (2016). Peers' perceived support, student engagement in academic activities and *Kepuasan hidup*: A structural equation modelling approach. *School Psychology Internasional*, 1-15
- Risianti, Amie. 2008. Hubungan Antara Dukungan Sosial teman Sebaya Dengan Identitas Diri Pada Remaja di SMA 1 Jakarta. *Skripsi*
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Santrock, J.W. (2007). *Perkembangan Anak*. Penerbit Erlangga
- Saputra, R. A. (2019). Hubungan antara kecemasan menghadapi dunia kerja dengan kepuasan hidup mahasiswa semester akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 5(1), 45–52.
- Sari, L. P., & Yuniarti, K. W. (2023). Dinamika attachment dengan orangtua dan implikasinya terhadap kepuasan hidup emerging adults Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 21(2), 145-158.

- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Free Press.
- Setiawan, B., & Rahma, A. N. (2021). Kualitas attachment dengan orang tua sebagai prediktor *Kepuasan hidup* pada mahasiswa akhir. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 4(2), 112-125.
- Sousa, L., & Lyubomirsky, S. (2001). *Kepuasan hidup*. in j. worell (Ed.), *encyclopedia of woman and gender: Sex similarities and differences and the impact of society on gender*. 22, 667-676
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Wulandari, D., & Nashori, H. F. (2024). Peran komunikasi efektif keluarga dalam meningkatkan *Kepuasan hidup* mahasiswa: Perspektif psikologi positif. *Jurnal Psikologi Positif*, 8(1), 89-104.
- Zagefka, H., Andrew, N., Boelen, B., Cummings, O., Denton, R., Harris, S., Houghton, C., Jones, K., Kinsella, R., Laffan, A., Paterson, K., Robinson, E., Sutton, R., Tobin, A., Twomey, M., & Williams, R. (2022). Attachments to mother, father, and romantic partner as predictors of *Kepuasan hidup*. *The Family Journal*, 30(4), 570-578.
- Zimmermann, P. (2004). Attachment representations and characteristics of friendship relations during adolescence. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88(1), 83–101. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2004.02.002>