

## **PENGARUH KECEMBURUAN TERHADAP KUALITAS HUBUNGAN ROMANTIS INDIVIDU DEWASA AWAL KOTA TOMOHON**

**Christafael L. L. Datu**

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado  
Email : 20101031@unima.ac.id

**Jofie H. Mandang**

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado  
Email : jofiemandang@unima.ac.id

**Theophany D. Kumaat**

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado  
Email : td.kumaat@unima.ac.id

Naskah masuk: 8 Januari 2024

Naskah diterima: 5 Februari 2024

Naskah dipublikasikan: 1 Maret 2024

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengukur besarnya pengaruh kecemburuan terhadap kualitas hubungan romantis pada individu dewasa awal Kota Tomohon. Metode yang digunakan adalah kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal Kota Tomohon yang berpacaran. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *non-probability sampling* yaitu *Purposive Sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan metode angket. Teknik analisis data menggunakan teknik penelitian kuantitatif menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh kecemburuan sebesar 56% terhadap kualitas hubungan romantis individu dewasa awal Kota Tomohon.

**Kata Kunci:** Kecemburuan, Kualitas Hubungan Romantis

**Abstract:** *This study aims to measure the magnitude of the influence of jealousy on the quality of romantic relationships in early adult individuals in Tomohon City. The method used is quantitative. The sample in this study was early adult individuals in Tomohon City who were dating. The sampling technique uses a non-probability sampling technique, namely Purposive Sampling. The data collection technique uses a questionnaire method. The data analysis technique uses quantitative research techniques using descriptive statistics. The results of this study show that jealousy has an influence of 56% on the quality of romantic relationships in early adult individuals in Tomohon City.*

**Keywords:** *Jealousy, Quality of Romantic Relationships*

## PENDAHULUAN

Hubungan romantis umumnya dicirikan oleh keintiman, kasih sayang, dan perasaan takut kehilangan antara pasangan. Keterlibatan pihak ketiga dalam hubungan dapat dianggap sebagai gangguan, menyebabkan kekacauan dan membuat individu merasa khawatir kehilangan pasangannya. Ketika seseorang merasa pasangannya tertarik pada orang lain, hal ini dapat memicu perasaan cemburu, di mana individu khawatir bahwa pihak ketiga tersebut dapat menjadi ancaman terhadap hubungan mereka.

Beberapa peneliti berpendapat bahwa kecemburuan cenderung bersifat negatif dan dapat merugikan kualitas hubungan dengan menyebabkan konflik, ketidakamanan, dan kurangnya kepercayaan antar pasangan. Kecemburuan tidak hanya menciptakan konflik internal, tetapi juga dapat membuat pasangan yang tidak cemburu merasa tidak percaya dan merasa terkontrol. Selain itu, kualitas hubungan dapat memburuk akibat kecemburuan, karena individu yang tidak bahagia cenderung terlibat dalam hubungan di luar pasangannya sebagai bentuk pelarian, yang pada akhirnya dapat memicu cemburu pada pasangan mereka.

Kecemburuan merupakan kompleksitas pikiran, emosi, dan tindakan yang timbul akibat ancaman atau kehilangan terhadap harga diri atau kualitas hubungan romantis seseorang (White, 1980). White juga menjelaskan bahwa kecemburuan terdiri dari tiga elemen, yakni kognitif, emosional, dan perilaku. Pfeiffer dan Wong (1989) kemudian memperluas konsep ini

dengan menambahkan bahwa ketiga elemen tersebut tidak selalu berurutan, melainkan dapat terjadi secara bersamaan dan saling berinteraksi (Pfeiffer dan Wong, 1989).

Aspek kognitif menitikberatkan pada kekhawatiran dan kecurigaan paranoid terhadap kemungkinan ketidaksetiaan pasangan. Elemen emosional, misalnya, mencakup perasaan marah, ketakutan, atau kesedihan. Kecemburuan emosional bisa muncul sebagai hasil penilaian kognitif, tetapi juga dapat dipicu oleh respons terhadap stimulus tertentu. Sementara itu, perilaku termanifestasi dalam tindakan detektif atau protektif yang dilakukan seseorang ketika merasa ada pesaing, baik itu nyata maupun hanya dipersepsikan.

Kualitas hubungan romantis merupakan penilaian individu terhadap sejauh mana hubungan yang sedang dijalani memberikan atau tidak memberikan manfaat melalui pengalaman dan interaksi (Collins, 2003). Enam dimensi yang membentuk kualitas hubungan romantis, seperti yang diidentifikasi, meliputi *warmth*, *autonomy support*, *structure*, *rejection*, *coercion*, dan *chaos* (Zimmer-Gembeck, M. J., & Ducat). Dimensi *warmth*, *autonomy support*, dan *structure* dianggap positif, menggambarkan perilaku pasangan yang menguntungkan. Contohnya, *warmth* mencakup pemberian kehangatan dan afeksi untuk memenuhi keterikatan, *autonomy support* mencakup memberi ruang pada individu untuk mengembangkan pilihan dan tanggung jawab, sedangkan *structure* mencakup sikap yang konsisten dan

dapat diandalkan untuk mendukung pemenuhan kebutuhan kompetensi.

Di sisi lain, dimensi *rejection*, *coercion*, dan *chaos* menggambarkan perilaku negatif. *Rejection* mencakup perasaan benci, permusuhan, dan pengabaian terhadap pasangan. *Coercion* mencakup upaya mengendalikan pasangan secara berlebihan, menuntut, dan memberikan tekanan tinggi. *Chaos* mencakup perilaku pasangan yang tidak konsisten, tidak menentu, dan tidak dapat dipercaya. Keseluruhan, keenam dimensi ini dapat mengindikasikan apakah kualitas hubungan romantis seseorang bersifat positif atau negatif.

Evaluasi subjektif individu terhadap hubungan romantis dengan pasangan secara menyeluruh merupakan dasar dari konsep kualitas hubungan romantis (Fletcher dkk, 2000). Selain kualitas hubungan romantis yang tinggi, adanya kualitas hubungan yang rendah dapat berperan sebagai pemicu stres dan meningkatkan tingkat kecemasan, bahkan dapat memicu depresi (Still, 2021). Kualitas hubungan yang rendah ini dapat terkait dengan sejumlah perilaku, seperti kekerasan dalam hubungan (Viejo dkk, 2016), kecemburuan yang berlebihan (Utami & Novianti, 2018), rendahnya kepercayaan pada pasangan, konflik dalam hubungan dan kurangnya kualitas komunikasi (Lucido, 2015).

Tanda-tanda yang mengindikasikan kualitas hubungan yang rendah termasuk temuan penelitian yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat kecemburuan yang tinggi cenderung sering merasa curiga terhadap pasangan, merasa sangat kesal

dalam situasi yang memicu kecemburuan, dan sering menunjukkan perilaku detektif atau protektif terhadap pasangan (Utami & Novianti, 2018).

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, yang pada dasarnya mengadopsi pendekatan deduktif-induktif. Dalam metode ini, data dikumpulkan melalui instrumen penelitian, dan analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Populasi dalam penelitian merujuk pada seluruh data yang menjadi fokus dalam suatu ruang lingkup dan waktu tertentu. Populasi dapat diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2022). Dalam konteks penelitian ini, populasi terdiri dari seluruh subjek, yaitu individu dewasa awal di Kota Tomohon yang sedang menjalin hubungan asmara. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah teknik non-probability sampling, khususnya *Purposive Sampling*. *Purposive Sampling* merupakan teknik penentuan sampel penelitian dengan mempertimbangkan beberapa faktor tertentu, bertujuan agar data yang diperoleh nantinya dapat lebih mewakili (Sugiyono, 2016).

Adapun kriteria dalam penelitian ini yaitu individu dewasa awal yang berusia 20 – 40 tahun yang berpacaran minimal 3 bulan yang berdomisili di Kota

Tomohon. Pada penelitian jumlah populasi terlalu besar dan tidak diketahui secara pasti, maka untuk menentukan ukuran sampel menggunakan rumus Cochran sebagai berikut (Sarwono, 2011):

$$n_0 = (z^2 pq) / e^2$$

Keterangan :

$n_0$  = ukuran sampel

$z^2$  = abscissa kurva normal yang memotong area sisi (tails), atau 1-tingkat keyakinan (95%)

$e^2$  = margin of error

$p$  = proporsi yang diestimasi suatu atribut yang ada dalam suatu populasi (peluang salah)

$q = 1 - P$  (peluang salah)

Dalam penelitian ini tingkat keyakinan ditentukan sebesar 95% dengan nilai  $z^2$  sebesar 1,96, margin of error sebesar 10%, dan peluang benar atau salah sebesar 50%.

Maka perhitungannya sebagai berikut :

$$n_0 = ((1,96)^2 (0,5)(0,5)) / [(0,1)^2]$$

$$\begin{aligned} n_0 &= ((1,96)^2 (0,5)(0,5)) / (0,1)^2 \\ &= 0,9604 / 0,01 \\ &= 96,04 \\ &= 96 \end{aligned}$$

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu kecemburuan memiliki pengaruh terhadap kualitas hubungan romantis pasangan. Semakin tinggi kecemburuan pada individu maka semakin rendah kualitas hubungan romantis individu tersebut. Kecemburuan dapat memiliki efek positif dan negatif dalam suatu hubungan, tergantung pada tingkat kecemburuan yang dirasakan oleh individu.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas adalah untuk mengevaluasi apakah distribusi data populasi bersifat normal. Metode uji Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk menerapkan uji normalitas ini. Jika nilai signifikansi (sig) dari uji ini sama dengan atau lebih besar dari 0,05, maka data dianggap memiliki distribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, data dianggap tidak memiliki distribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, yaitu sebesar 0,067. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data residual tersebut memiliki distribusi yang bersifat normal.

### Uji Linearitas

Pengujian linearitas digunakan untuk menentukan apakah terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel terikat dan variabel bebas (Sugiyono dan Susanto, 2015). Keputusan diambil berdasarkan nilai signifikansi (sig) *deviation from linearity*. Jika nilai signifikansi *deviation from linearity* lebih besar dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel independen dan variabel dependen. Sebaliknya, jika nilai signifikansi *deviation from linearity* kurang dari 0,05, dapat dipahami bahwa tidak ada hubungan linear antara variabel bebas dan variabel terikat. Dalam penelitian ini, *deviation from linearity* memiliki nilai sebesar 0,550 dengan signifikansi 0,973. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa nilai signifikansi  $\geq \alpha$  ( $0,973 \geq 0,05$ ), yang berarti kecemburuan dan kualitas hubungan

romantis saling berhubungan secara linear.

#### Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana menggunakan program komputer SPSS 25 for Windows. Hal ini bertujuan untuk menentukan apakah kecemburuan memiliki pengaruh terhadap kualitas hubungan romantis atau tidak.

Tabel 1. Hasil Uji Determinasi

Model	Model Summary			
	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.749 <sup>a</sup>	.560	.556	18.658

a. Predictors : (Constant), X

b. Dependent Variabel : Y

Dari tabel 1, ditemukan nilai (R Square) sebesar 0,560, yang dapat diartikan bahwa variabel bebas (kecemburuan) memiliki pengaruh sebesar 56% terhadap variabel terikat (kualitas hubungan romantis), sementara 44% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diuji dalam penelitian ini.

Hasil penelitian sebelumnya yang mencari hubungan antara kecemburuan dan kualitas hubungan romantis menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kecemburuan tinggi cenderung memiliki kecurigaan terhadap pasangan, merasa kesal dalam situasi yang memicu kecemburuan, dan sering menunjukkan perilaku detektif atau protektif kepada pasangan (Utami & Novianti, 2018). Hal ini menandakan adanya hubungan, baik positif maupun negatif, antara kecemburuan dan kualitas hubungan romantis. Mengingat penelitian ini, peneliti telah mengetahui adanya hubungan antara kecemburuan dan kualitas hubungan romantis,

penelitian selanjutnya bertujuan untuk lebih memahami apakah ada pengaruh, baik positif maupun negatif, dari kecemburuan terhadap kualitas hubungan romantis.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh sebesar 56% dari kecemburuan terhadap kualitas hubungan romantis individu dewasa awal di Kota Tomohon. Hal ini menandakan bahwa tingkat kecemburuan yang lebih tinggi dapat memberikan pengaruh, baik positif maupun negatif, terhadap kualitas hubungan romantis. Dengan analisis data, dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini memiliki tingkat kecemburuan dan kualitas hubungan romantis yang seimbang. Kesimpulan ini juga diperkuat oleh hasil analisis yang menunjukkan bahwa kecemburuan dan kualitas hubungan romantis berada dalam kategori yang sama, yakni kategori sedang.

#### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai "Pengaruh Kecemburuan Terhadap Kualitas Hubungan Romantis Individu Dewasa Awal Kota Tomohon," dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh kecemburuan terhadap kualitas hubungan romantis. Kesimpulan ini dapat ditarik dari hasil analisis hipotesis regresi linear berganda, di mana uji t menunjukkan bahwa variabel kecemburuan memiliki nilai P-Value sebesar 0,01, yang berarti nilai probabilitas tersebut berada di bawah 0,05. Sesuai dengan kriteria pengujian, jika nilai probabilitas < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa variabel kecemburuan berpengaruh terhadap

variabel kualitas hubungan romantis. Hasil uji F juga menunjukkan bahwa variabel independen (kecemburuan) memiliki nilai P-Value 0,01, dengan nilai probabilitas yang berada di bawah 0,05. Oleh karena itu, sesuai dengan kriteria pengujian, jika nilai probabilitas  $< 0,05$ , dapat disimpulkan bahwa variabel kecemburuan secara bersama-sama berpengaruh terhadap kualitas hubungan romantis. Dengan demikian, kesimpulan yang dapat diambil adalah kecemburuan memiliki pengaruh signifikan terhadap kualitas hubungan romantis.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of research on adolescence*, 13(1), 1-24.
- Fletcher, G. J., Simpson, J. A., & Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship quality components: A confirmatory analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(3), 340-354.
- Utami, R. D., & Novianti, L. E. (2018). Hubungan kecemburuan dengan kualitas hubungan romantis remaja pengguna instagram usia 15-18 tahun yang berpacaran. *Journal of Psychological Science and Profession*, 2(1), 83-92.
- Pfeiffer, S. M., & Wong, P. T. (1989). Multidimensional jealousy. *Journal of social and personal relationships*, 6(2), 181-196.
- Sarwono. 2011. Psikologi Remaja. Edisi Revisi. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono, & Susanto, A. (2015). Cara Mudah Belajar SPSS & Lisrel (Teori dan Aplikasi untuk Analisis Data Penelitian). Bandung : CV Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, Cetakan ke-24. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif. Bandung: Alfabeta
- Still, D. (2021). Romantic Relationship Quality and Suicidal Ideation in Young Adulthood. *Society and Mental Health*, 11(2), 134-148. <https://doi.org/10.1177/2156869320929386>
- Viejo, C., Monks, C. P., Sanchez, V., & Ortega-Ruiz, R. (2016). Physical dating violence in Spain and the United Kingdom and the importance of relationship quality. *Journal of interpersonal violence*, 31(8), 1453-1475.
- White, G.L. (1980). Inducing Jealousy: A Power Perspective. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 6(2): 222-227
- Zimmer-Gembeck, M. J., & Ducat, W. (2010). Positive and negative romantic relationship quality: Age, familiarity, attachment and well-being as correlates of couple agreement and projection. *Journal of adolescence*, 33(6), 879-890.