

## **PENGARUH ATTACHMENT STYLE TERHADAP TINGKAT KECENDERUNGAN ALEXITHYMIA PADA REMAJA BERLATARBELAKANG KELUARGA MILITER (TNI)**

**Delsy A. A. Batu**

Program Studi Psikologi Universitas Manado  
Email : 20101033@anima.ac.id

**Deetje J. Solang**

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

**Theophany D. Kumaat**

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

**Abstrak:** Alexithymia merupakan sebuah trait kepribadian yang dicirikan dengan kesulitan mengidentifikasi, menjelaskan, dan menghayati perasaan secara internal. Tingkat alexithymia yang tinggi dan gaya kelekatan tidak aman yang dominan merupakan faktor yang dapat memperbesar potensi individu mengalami gangguan psikologis. Tujuan penelitian ini untuk melihat gambaran tingkat alexithymia dan bagaimana attachment style mempengaruhinya dengan partisipan berjumlah 100 remaja yang berusia 15 sampai 22 tahun dengan menggunakan teknik purposive sampling dan menggunakan alat ukur TAS-20 dan ASQ. Hasil penelitian menunjukkan tingkat alexithymia lebih tinggi dibandingkan penelitian sebelumnya (non klinis). Uji korelasi menunjukkan total skor alexithymia berkorelasi negatif dengan gaya kelekatan aman dan berkorelasi positif dengan gaya kelekatan tidak aman. Uji regresi menunjukkan sebesar 32.8% alexithymia dapat dijelaskan oleh variabel gaya kelekatan. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa alexithymia tidak sepenuhnya dipengaruhi oleh gaya kelekatan tidak aman melainkan terdapat faktor lainnya.

**Kata Kunci:** *Alexithymia, Attachment Style, Uji Korelasi, Uji Regresi*

**Abstract:** *Alexithymia is a personality trait characterized by difficulty identifying, explaining, and internalizing feelings internally. High levels of alexithymia and a dominant insecure attachment style are factors that can increase an individual's potential to experience psychological disorders. The aim of this research was to look at the level of alexithymia and how attachment style influences it with 100 teenagers aged 15 to 22 years using purposive sampling techniques and using the TAS-20 and ASQ measuring instruments. The results of the study showed that the level of alexithymia was higher than previous studies (non-clinical). The correlation test showed that the total alexithymia score was negatively correlated with secure attachment style and positively correlated with insecure attachment style. The regression test shows that 32.8% of alexithymia can be explained by the attachment style variable. From the research results it can be concluded that alexithymia is not completely influenced by insecure attachment styles but rather there are other factors.*

**Keywords:** *Alexithymia, Attachment Style, Correlation Test, Regression Test*

## PENDAHULUAN

Alexithymia adalah sebuah trait kepribadian yang ditandai oleh kesulitan dalam mengenali, menjelaskan, dan merasakan perasaan secara internal. Meskipun alexithymia tidak dianggap sebagai gangguan, namun termasuk dalam kategori gejala subklinis. Oleh karena itu, alexithymia dapat menjadi indikator orang yang berisiko mengalami gangguan psikiatrik atau medis lainnya. Faktor penyebab alexithymia antara lain adalah kecerdasan emosi, gaya attachment, gangguan stres pasca-trauma, di mana sebelumnya, alexithymia dianggap dapat timbul sebagai hasil dari trauma yang terjadi pada masa lalu (Herlim, 2019). Penelusuran lebih lanjut tentang bagaimana gaya attachment dapat memicu alexithymia menjadi topik yang menarik untuk diteliti.

Attachment style adalah cara individu berinteraksi dengan orang lain yang dipelajari dari lingkungan sekitar pada masa kecil, yang memengaruhi cara seseorang berkomunikasi, merespon, dan mengatur emosinya. Oleh karena itu, attachment style merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya alexithymia pada seseorang. Ketika tingkat alexithymia tinggi dan gaya kelekatan tidak aman bersamaan dengan kondisi lainnya, hal tersebut dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental (Herlim, 2017).

Menurut Bartholomew & Griffin, terdapat empat jenis gaya attachment: secure attachment, fearful attachment style, preoccupied attachment style, dan dismissing attachment style (Baron & Byrne, 2000). Secure attachment, di mana individu memiliki hubungan hangat dengan orang tua dan melihat masa lalu dan saat ini dalam keluarga secara positif. Fearful attachment style, ditandai oleh rendahnya harga diri dan sikap negatif terhadap orang lain, yang

menghindari kedekatan interpersonal dan hubungan yang intim karena takut akan penolakan. Preoccupied attachment style, di mana individu memiliki pandangan negatif tentang diri sendiri tetapi berharap agar orang lain mencintainya dan menerima mereka. Dismissing attachment style, yang dimiliki individu dengan citra diri yang sangat positif (meskipun kadang tidak realistis) dan kurangnya keterlibatan dalam hubungan interpersonal.

Pada dasarnya, pola asuh orang tua dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu bawaan dan lingkungan sekitar (Tayo, 2018). Setiap keluarga memiliki keunikannya sendiri, termasuk dalam hal metode pendidikan yang diterapkan dan situasi ekonomi keluarga (Boham, 2015). Hal ini juga ditemukan dalam penelitian yang menyimpulkan bahwa profesi orang tua berpengaruh pada perilaku anak (Jannah, 2013). Dengan latar belakang pendidikan dan profesi yang beragam dari orang tua, gaya kelekatan yang terbentuk pada anak juga akan berbeda.

Dalam konteks profesionalisme di lingkungan militer (TNI), diharapkan anggota militer menunjukkan sikap yang tegas, keras, dan cenderung kaku. Observasi menunjukkan bahwa, sejak masa pendidikan, anggota militer memiliki ciri khas yang berbeda dari lembaga pendidikan lainnya, khususnya dalam komunikasi yang nonverbal yang lebih tegas dan lantang (Tayo, 2018). Lembaga militer memiliki gaya komunikasi yang berbeda dengan lembaga lain, dengan menekankan komunikasi yang lebih tegas, langsung, dan lantang (Priambudi dkk, 2015).

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa pola asuh otoriter dan demokratis yang diterapkan oleh orang tua di Perumahan PUSKESAD memiliki persentase yang hampir sama, yaitu sebesar 50% untuk pola asuh otoriter

dan 44% untuk pola asuh demokratis (Sa'adah & Masykuroh, 2021). Sementara itu, sebanyak 6% dari orang tua di Perumahan Pusat Kesehatan Angkatan Darat Jakarta (PUSKESAD) menerapkan pola asuh permisif. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keluarga dengan latar belakang militer cenderung menerapkan pola asuh otoriter semi-demokratis.

Dari uraian tersebut, menjadi menarik bahwa alexithymia harus diamati dan dipahami dalam konteks pola asuh yang berbeda, misalnya pola asuh keluarga dengan latar belakang militer (TNI). Berdasarkan hasil observasi terhadap keluarga anggota TNI serta penelitian sebelumnya, lingkungan militer yang cenderung disiplin dan ketat membiasakan orang tua untuk menerapkan aturan dan kedisiplinan tersebut dalam pola asuh mereka terhadap anak-anak. Hal ini menyebabkan mereka cenderung menerapkan pola asuh yang bersifat otoriter semi-demokratis pada anak-anak mereka.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Attachment Style Terhadap Kecenderungan Alexithymia Pada Remaja yang Berlatarbelakang Keluarga Militer (TNI) di Sulawesi Utara" dengan merujuk pada aspek-aspek attachment style, yaitu gaya kelekatan aman (secure attachment), gaya kelekatan takut-menghindar (Fearful Attachment style), gaya kelekatan terpreokupasi (Preoccupied Attachment style) dan gaya kelekatan Menolak (Dismissing Attachment Style).

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan studi korelasi terhadap tingkat *alexithymia*. Penelitian kuantitatif banyak dituntut

menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya (Arikunto, 2006). Alasannya karena penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang digunakan untuk mendapatkan data yang terjadi pada masa lampau atau saat ini, pendapat, karakteristik, perilaku hubungan variabel dan untuk menguji beberapa hipotesis. Studi korelasi tergolong dalam penelitian deskriptif yang digunakan untuk menentukan sejauh mana dua variabel atau lebih berhubungan (Dantes, 2012).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja yang berlatarbelakang keluarga anggota militer di Sulawesi Utara (non klinis). Bila populasi penelitian besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu. Maka peneliti dapat mengambil sampel dari populasi tersebut. Untuk itu sampel yang diambil harus representatif (dapat mewakili populasi). Pemilihan sampel ditentukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2018). Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh remaja di Sulawesi Utara yang tinggal dalam anggota keluarga militer (TNI) dengan klasifikasi umur 14 sampai 22 tahun (non klinis).

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini yaitu *alexithymia* dan *attachment style*. Variabel pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018).

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Angket merupakan teknik pengumpulan

data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2018).

Adapun instrumen yang digunakan pada *alexithymia* yaitu Toronto Alexithymia Scale (TAS-20) yang dikembangkan oleh Bagby, Taylor dan Parker (1994). TAS-20 merupakan alat ukur yang paling banyak digunakan karena lebih mudah ditafsirkan selain itu TAS-20 juga lebih mudah dipakai karena hanya terdiri dari 3 dimensi, sehingga terdapat lebih banyak item pada setiap dimensinya. Pada penelitian ini peneliti memilih menggunakan alat ukur TAS-20 karena umum digunakan dan sesuai untuk diaplikasikan kepada individu dalam kategori normal. Untuk *attachment style* peneliti menggunakan teori Bartholomew dan Horowitz (Bartholomew dan Horowitz, 1991) yang dikembangkan dengan menggunakan Skala ASQ (*Attachment Styles Questionnaire*) (Griffin dan Bartholomew, 1994). Diukur dengan 24 item serta item tersebut dirumuskan dalam empat dimensi. Peneliti memilih alat ukur ASQ karena pengukuran *attachment style* jenis ini memiliki dimensi dan item yang baik untuk mengukur *attachment style* antara remaja dan orang tua. Dalam penelitian ini diuji coba dengan tujuan untuk mengetahui tingkat validitas dan realibilitas dari alat ukur yang digunakan dalam bentuk angket/kuesioner yang telah disusun dengan menggunakan alat bantuan software SPSS dan excel. Validitas menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur itu mengukur apa yang ingin diukur. Adapun kriteria keputusan uji validitas sebagai berikut: Jika  $r \geq 0,3061$ , maka item pernyataan dari kuesioner adalah valid. Jika  $r \leq 0,3061$ , maka item pernyataan dari kuesioner adalah tidak valid.

Uji Reliabilitas (*Cronbarch Alpha*)

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan bila suatu alat pengukur dipakai lebih dari satu kali untuk mengukur gejala yang sama dan hasil pengukuran yang diperoleh relatif konsisten, maka alat pengukur tersebut reliabel. Setiap alat pengukur seharusnya memiliki kemampuan untuk memberikan hasil pengukuran yang konsisten (Singarimbun dan Effendi, 2011). *Cronbarch Alpha* (Sujewerni, 2014), penelitian dianggap reliable jika nilai *cornbach alpha*  $> 0,6$ .

Adapun tahapan secara rinci dalam analisis data adalah sebagai berikut: 1) Melakukan analisis data deskriptif statistik sebagai gambaran umum pengaruh *attachment style* terhadap tingkat kecenderungan *alexithymia* pada remaja yang berlatarbelakang keluarga militer di Sulawesi Utara; 2) Melakukan uji normalitas dan uji linearitas sebagai syarat untuk melakukan analisis korelasi dan regresi; 3) Analisis norma kategorisasi untuk mengetahui tingkat *alexithymia* berdasarkan kategori yang sudah ditentukan; 4) Melakukan analisis uji korelasi pearson dan analisis regresi linear sederhana untuk menguji hipotesis pertama; 5) Melakukan analisis uji korelasi pearson dan analisis regresi linear berganda untuk menguji hipotesis kedua; 6) Melakukan pembahasan mengenai hasil analisis data dan 7) Menarik kesimpulan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data untuk mengetahui pengaruh *attachment style* terhadap *alexithymia* diperoleh bahwa *attachment style* memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap tingkat kecenderungan *alexithymia* khususnya remaja yang dimana remaja tersebut berlatarbelakang keluarga

militer. Penelitian ini memberikan gambaran bagaimana *attachment style* mempengaruhi tingkat kecenderungan *alexithymia* pada remaja yang berlatarbelakang keluarga militer di Sulawesi Utara.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa sebesar 49% responden termasuk dalam kategori tinggi dan sebanyak 8% diantaranya tergolong sangat tinggi. Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya (Rahmawati dan Halim, 2018), penelitian tersebut menggunakan skala TAS-20 dan ASQ yang dilakukan pada masyarakat umum dengan kriteria remaja minimal SMP sebanyak 95 responden menunjukkan hasil yang lebih rendah yaitu dengan presentase sebesar 39%.

Selain itu, ditemukan juga dari hasil analisis korelasi *attachment style* terhadap *alexithymia* sebesar 0.327 ( $p < 0.05$ ). Dimana dari hasil tersebut diketahui bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara variabel *attachment style* dan variabel *alexithymia*. Presentase yang lebih besar ini menunjukkan bahwa kecenderungan tingkat *alexithymia* yang lebih besar di sampel non klinis di konteks latarbelakang keluarga militer di Indonesia. Dimana adanya kontribusi pola asuh yang membentuk gaya kelekatan menjadi salah satu alasan relatif lebih tingginya tingkat *alexithymia* pada sampel.

Selanjutnya dimensi-dimensi *attachment style* dan *alexithymia* yaitu Gaya Kelekatan Aman (Secure) dan Alexithymia, gaya kelekatan takut (Fearfull) dan Alexithymia, gaya kelekatan terpreokupasi (*preoccupied*) dan *alexithymia* serta Gaya Kelekatan Menolak (*Dismissing*) dan Alexithymia diperoleh yaitu jika dilihat dari ketiga dimensi TAS-20 didapatkan bahwa nilai korelasi responden dengan skor tertinggi lebih banyak pada dimensi

kesulitan mendeskripsikan perasaanya dan kesulitan mengidentifikasi perasaan. Dapat disimpulkan bahwa kesulitan yang dialami sampel pada penelitian ini adalah kesulitan mengenali emosi diri dan mendeskripsikannya secara verbal. Hasil ini bisa dikaitkan dengan membandingkan hasil penelitian yang menunjukkan hasil bahwa pola asuh yang dilakukan oleh orangtua di Perumahan Pusat Kesehatan Angkatan Darat Jakarta cenderung otoriter (50%) dengan hasil presentasi lebih tinggi diantara pola asuh demokratis (44%) dan permisif (6%) (Sa'adah & Masykuroh, 2021).

Peneliti melihat bahwa kemampuan mendeskripsikan perasaan secara verbal lebih di pengaruhi oleh pola asuh yang otoriter. Selanjutnya gaya kelekatan takut, terpreokupasi dan menolak menunjukkan hasil korelasi yang positif dengan seluruh dimensi *alexithymia*.

Hasil ini menjelaskan bahwa gaya kelekatan tidak aman akan mengalami masalah dengan keintiman. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Briere, Runtz, Eadie, Bigras, Godbout yang menjelaskan bahwa gaya kelekatan tidak aman menjadi salah satu faktor yang memiliki efek signifikan terhadap pembentukan simtom patologis pada individu-individu yang mengalami pola asuh orang tua yang kurang terlibat (Rahmawati & Halim, 2018)

Selain itu pada hasil penelitian ini, ke empat gaya kelekatan secara simultan berpengaruh terhadap *alexithymia* pada remaja yang berlatarbelakang keluarga militer (TNI) di Sulawesi Utara dengan 32.8% *alexithymia* mampu dijelaskan oleh gaya kelekatan, sedangkan 67.2% lainnya dipengaruhi oleh variabel diluar penelitian. Hal ini berarti remaja yang berlatarbelakang keluarga militer (TNI) yang memiliki gaya kelekatan tidak

aman yang tinggi maka kecenderungan tingkat alexithymianya pun tinggi.

Dalam penelitian ini juga memiliki beberapa keterbatasan yakni berupa jumlah responden yang dapat dikatakan masih sedikit dari populasi yang ada, hal ini disebabkan karena kurangnya akses peneliti untuk menjangkau seluruh daerah di Sulawesi Utara khususnya.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *attachment style* dengan tingkat kecenderungan *alexithymia* yang tinggi pada responden yang berlatarbelakang keluarga militer (TNI).

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa gaya kelekatan aman memiliki korelasi negatif dan gaya kelekatan tidak aman memiliki korelasi positif dengan *alexithymia*. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian-penelitian sebelumnya. Akan tetapi, tentu saja gaya kelekatan adalah salah satu faktor saja yang mempengaruhi *alexithymia* sehingga ada beberapa faktor lain juga.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bagby, R. M., Parker, J. D. A., & Taylor, G. J. (1994). The Twenty-Item Toronto Alexithymia Scale—I. Item Selection And Cross-Validation Of The Factor Structure. *Journal Of Psychosomatic Research*, 38(1), 23–32.
- Baron & Byrne. (2000). *Social Psychology*. (9th Edition). Massachusetts: A. Pearson Education Company.
- Dantes, Nyoman. 2012. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Andi.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four-Category Model. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 61(2), 226.
- Bartholomew, K., & Shaver, P. R. (1998). Chapter Two: Methods Of Assessing Adult Attachment. Dalam Simpson, J.A & Rholes, W.S (Ed). *Attachment Theory And Close Relationship* (25-45). New York: Guilford Press.
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). Models Of The Self And Other: Fundamental Dimensions Underlying Measures Of Adult Attachment. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 67(3), 430.
- Herlim, P. S. (2019). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Alexithymia Pada Dewasa Awal* (Doctoral Dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Jannah, A. F. (2013). *Pengaruh Pendidikan Dan Pekerjaan Orang Tua Terhadap Sikap Sosial Anak Pada Siswa Kelas V Sd Negeri Puro 4 Tahun Ajaran 2012/2013* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Priambudi, I., Purnama, H., & Prasetyo, A. (2015). Konsep Diri Atas Profesionalisme Anggota Tentara Nasional Indonesia. *Jurnal Telekomunikasi*, 2, 2188–2196
- Rahmawati, I. M., & Halim, M. S. (2018). Alexithymia Pada Sampel Non Klinis: Keterkaitannya Dengan Gaya Kelekatan. *Jurnal Psikologi*, 45(3), 200.

- <https://doi.org/10.22146/jpsi.29106>
- Sa'adah, N. R. D., & Masykuroh, K. (2021). Pengaruh Pola Asuh Orangtua Terhadap Kemandirian Anak Usia 5-6 Tahun Di Perumahan Militer Puskesad. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(5), 2847–2853.  
<https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i5.1010>
- Singarimbun, Masridan Sofian Effendi (Editor). 2011. *Metode Penelitian Survei*. Cet. Iv; Jakarta: Lp3es.
- Sugiyono. (2018)F. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, Penerbit. Alfabeta, Bandung.
- Sujarweni, Wiratna. 2014. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru
- Tayo, Y. (2018). Studi Deskriptif Mengenai Pola Asuh Orang Tua Yang Berlatarbelakang Militer Di Asrama X. *Jurnal Politikom Indonesiana*, 3(1), 227.  
<https://doi.org/10.35706/jpi.v3i1.1426>