



PENGARUH *INSECURE ATTACHMENT* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA INDIVIDU YANG SUDAH MENIKAH

SKRIPSI

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana
(S1) Pada Progran Psikologi**

**UNIVERSITAS
FARADILA YULIANA
46121110029
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Faradila Yuliana
NIM : 46121110029
Program Studi : Psikologi
Skripsi : Pengaruh *Insecure Attachment* terhadap *Psychological Well Being* pada Individu yang sudah menikah

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 30 Agustus 2025



Faradila Yuliana

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Faradila Yuliana

NIM : 46121110029

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Insecure Attachment terhadap Psychological Well-Being pada individu yang sudah menikah

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk

Disahkan oleh:

Pembimbing : Riblita Damayanti, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0328128702

()

Ketua Penguji : Dina Syakina, S.Si., M.Si.
NIDN : 0306099001

()

Penguji I : Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc.
NIDN : 0308018301

()

U N I V E R S I T A S

Jakarta, 25 Agustus 2025
Mengetahui, **MERCU BUANA**

Dekan Fakultas Psikologi


Laila Melliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh *Insecure Attachment* terhadap *Psychological Well Being* pada Individu yang sudah menikah". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program studi Psikologi dan memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terwujud tanpa bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Ibu Laila Meiliysndri Indah Wardani, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Riblita Damayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir, yang dengan penuh kesabaran, ketelitian, dan perhatian telah membimbing penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih yang mendalam penulis sampaikan atas setiap arahan, masukan, dan dukungan yang telah Ibu berikan, yang tidak hanya membantu penulis menyelesaikan penelitian ini, tetapi juga memberikan pembelajaran berharga untuk masa depan.
5. Dr. Dearly, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Penguji Seminar Proposal Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
6. Ibu Dina Syakina S.Si., M.Si selaku Ketua Penguji dan Bapak Dhani Irmawan S.Psi., M.Sc selaku penguji terima kasih atas arahan, masukan, dan saran yang sangat berharga selama proses bimbingan dan ujian. Bimbingan dan dukungan Bapak dan Ibu telah membantu saya menyelesaikan penelitian ini dengan baik.

7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu kepada penulis.
8. Staf tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang selalu siap membantu penulis dalam urusan administrasi.

Akhir kata, saya ucapkan terimakasih kepada semua pihak atas segala kebaikan yang telah membantu kepada penulis sehingga Skripsi ini berjalan dengan lancar dan sukses. Semoga Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 30 Agustus 2025

Faradila Yuliana



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Faradila Yuliana
NIM : 46121110029
Program Studi : Psikologi
Skripsi : Pengaruh *Insecure Attachment* terhadap *Psychological Well Being* pada Individu yang sudah menikah

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 30 Agustus 2025

Yang Menyatakan,



Faradila Yuliana

ABSTRAK

Name : Faradila Yuliana
NIM : 46121110029
Study Program : Psikologi
Skripsi : Pengaruh *Insecure Attachment* terhadap *Psychological Well Being* pada Individu yang sudah menikah
Conselor : Riblita

Penelitian ini mengkaji pengaruh *insecure attachment* terhadap *psychological well-being* pada individu yang sudah menikah. Latar belakangnya didasari pada temuan bahwa tidak semua individu yang menikah mencapai *psychological well-being* yang optimal, dan salah satu faktor yang memengaruhi adalah gaya kelekatan. Penelitian ini menggunakan metode analisis regresi linear sederhana pada 100 responden yang merupakan individu menikah di wilayah DKI Jakarta. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh negatif dan signifikan antara *insecure attachment* dan *psychological well-being*. Semakin tinggi tingkat kelekatan tidak aman, maka semakin rendah tingkat *psychological well-being* yang dirasakan. Analisis lebih lanjut mengungkapkan bahwa kedua dimensi *insecure attachment*, yaitu *avoidance* dan *anxiety*, memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan semua dimensi *psychological well-being*. Secara spesifik, dampak terkuat dari *avoidance* terlihat pada rendahnya kemampuan menjalin hubungan positif dengan orang lain, sedangkan dampak terkuat dari *anxiety* ditemukan pada rendahnya penguasaan lingkungan. Berdasarkan temuan ini, disimpulkan bahwa *insecure attachment* berkontribusi secara signifikan pada penurunan *psychological well-being* dalam konteks pernikahan.

Kata Kunci : *Insecure attachment*; *Psychological well-being*; Pernikahan, Kelekatan Dewasa; Hubungan interpersonal

ABSTRACT

Name : Faradila Yuliana
NIM : 46121110029
Study Program : Psikologi
Skripsi : Pengaruh *Insecure Attachment* terhadap *Psychological Well Being* pada Individu yang sudah menikah
Conselor : Riblita

This research examines the effect of insecure attachment on the psychological well-being of married individuals. The study's background is based on findings that not all married individuals achieve optimal psychological well-being, with attachment style being one of the influencing factors. This study uses a simple linear regression analysis method on 100 married individuals in the DKI Jakarta area. The results show a negative and significant effect between insecure attachment and psychological well-being. The higher the level of insecure attachment, the lower the level of psychological well-being experienced. Further analysis revealed that both dimensions of insecure attachment, namely avoidance and anxiety, have a significant negative relationship with all dimensions of psychological well-being. Specifically, the strongest impact of avoidance was seen in the low ability to form positive relationships with others, while the strongest impact of anxiety was found in the low mastery of the environment. Based on these findings, it's concluded that insecure attachment significantly contributes to the decline of psychological well-being in the context of marriage.

Keywords: *Insecure attachment; Psychological well-being; Marriage; Adult attachment; Interpersonal relationships*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1. Manfaat teoritis	8
1.4.2. Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 <i>Psychological Well-Being</i>	10
2.1.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	10
2.1.2 Aspek <i>Psychological Well-Being</i>	12
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Memengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	14
2.2 <i>Insecure Attachment</i>	17
2.2.1. Pengertian <i>Insecure Attachment</i>	17
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Insecure Attachment</i>	19
2.2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Insecure Attachment</i>	20
2.3 Penelitian Terdahulu	23
2.4 Hubungan <i>Insecure Attachment</i> dengan <i>Psychological Well Being</i>	29

2.5 Kerangka Berpikir	32
2.6 Hipotesis	33
BAB III METODE PENELITIAN	34
3.1 Desain Penelitian	34
3.2 Definisi Oprasional	34
3.3 Populasi dan Sampel.....	35
3.3.1 Populasi Penelitian.....	35
3.3.2 Sampel Penelitian.....	35
3.4 Instrumen Penelitian	36
3.5 Analisis Data	40
3.5.1 Uji Instrumen Penelitian.....	40
3.5.2 Analisis Deskriptif.....	42
3.5.3 Uji Normalitas	42
3.5.4 Uji Beda.....	43
3.5.5 Analisis Hipotesis.....	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	44
4.1 Karakteristik Responden	44
4.1.1 Deskripsi Umum Responden.....	44
4.1.2 Jenis Kelamin.....	44
4.1.3 Kategori Usia.....	45
4.2 Analisa Data.....	45
4.2.1 Analisa Deskriptif.....	45
4.3 Uji Asumsi Klasik	49
4.3.1. Uji Normalitas	49
4.3.2. Uji Linieritas	50
4.3.3. Uji Heteroskedastisitas.....	51
4.4. Uji Hipotesis	52
4.4.1 Uji Korelasi Antar Dimensi	52
4.4.2 Uji Regresi sederhana	59
4.5. Pembahasan	60

4.6. Keterbatasan Penelitian	63
BAB V PENUTUP.....	65
5.1 Kesimpulan	65
5.2 Keterbatasan Penelitian	65
5.3 Saran Penelitian	66
5.3.1 Saran Teoritis	66
5.3.2 Saran Praktis	66
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	81



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	23
Tabel 3. 1 Penilaian Respon Favorable dan Unfavorable	37
Tabel 3. 2 Blueprint Experience in Close Relationship Scale – Short Form (ECRS)	37
Tabel 3. 3 Blueprint Psychological Well-being Scale (PWBS).....	38
Tabel 4. 1 Tabel Frekuensi Jenis Kelamin Responden.....	44
Tabel 4. 2 Tabel Frekuensi Usia Responden	45
Tabel 4. 3 Tabel Hasil Rangkuman Skor Empirik dan Skor Hipotetik Variabel Insecure Adult Attachment dan Psychological Well-Being.....	46
Tabel 4. 4 Tabel Hasil Skor Empirik dan Skor Hipotetik Dimensi Insecure Attachment	46
Tabel 4. 5 Tabel Hasil Skor Empirik dan Skor Hipotetik Dimensi Psychological Well Being.....	47
Tabel 4. 6 Tabel Kategorisasi Insecure Adult Attachment.....	48
Tabel 4. 7 Tabel Kategorisasi Psychological Well-Being.....	49
Tabel 4. 8 Tabel Korelasi Insecure Attachment dengan dimensi Psychological Well-Being	52
Tabel 4. 9 Tabel Korelasi Psychological Well-Being dengan dimensi Insecure Adult Attachment	54
Tabel 4. 10 Tabel Korelasi dimensi Avoidance dari Insecure Adult Attachment dengan dimensi Psychological Well-Being.....	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SKALA PENELITIAN	81
Lampiran 2 PERNYATAAN SIMILARITY CHECK	89

