

Hubungan *Parental attachment* dengan *Loneliness* pada Gamers Usia Remaja di Kota Bandung

Dianti Puspa, Fanni Putri Diantina
Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi
Universitas Islam Bandung
Bandung, Indonesia
dianti.puspa@gmail.com

Abstract—Youth problems are still the center of attention from various circles of society. Several factors that influence adolescent problems are loneliness and parental attachment. Teens who do not get secure attachment and support from parents will make teens feel lonely and rejected, so their social skills are poor. In this case, parents play an important role in reducing the sense of loneliness in adolescents so that adolescents do not dependent to game online. In addition, the quality of the parent-child bond can be a strong predictor of juvenile delinquency where online gaming addiction. This study aims to see the closeness of the relationship between parental attachment and loneliness among teenage gamers in Bandung. This research was conducted by testing as many as 103 adolescent respondents who addicted to online games in Bandung tested parental attachment and tested the level of loneliness. Correlational test results show that parental attachment has a relationship with loneliness in teenage gamers in Bandung. The majority of teenage gamers feel loneliness, and are dominated by teenage gamers who have secure attachments.

Keywords— *Parental attachment, Loneliness, Adolescent Gamers*

Abstrak—Permasalahan remaja masih menjadi pusat perhatian dari berbagai kalangan masyarakat. Beberapa faktor yang mempengaruhi permasalahan remaja adalah loneliness dan parental attachment. Remaja yang tidak mendapatkan attachment yang hangat dan dukungan dari orang tua akan membuat remaja merasa loneliness dan merasa ditolak sehingga keterampilan sosialnya buruk. Dalam hal ini orang tua memainkan peran penting dalam mengurangi rasa loneliness pada remaja sehingga remaja tidak menjadi adiksi game. Selain itu, kualitas ikatan orangtua-anak dapat menjadi prediktor kuat untuk kenakalan remaja dimana mencakup adiksi game online. Penelitian ini bertujuan mengetahui keeratatan hubungan parental attachment dengan loneliness pada gamers remaja di Kota Bandung. Penelitian ini dilakukan dengan menguji sebanyak 103 responden remaja yang adiksi game online di Kota Bandung diuji parental attachment dan diuji tingkat loneliness. Hasil uji korelasional menunjukkan bahwa parental attachment memiliki hubungan dengan loneliness pada gamers remaja di Kota Bandung. Mayoritas gamers remaja merasakan loneliness, dan didominasi oleh gamers remaja yang memiliki secure attachment.

Kata Kunci—*Parental attachment, Loneliness, Gamers remaja*

I. PENDAHULUAN

Dewasa ini permasalahan remaja masih menjadi pusat perhatian dari berbagai kalangan masyarakat, seperti kasus peningkatan anak yang dirawat terkait adiksi *game online*. Kenakalan yang terjadi pada remaja, disebabkan oleh harga diri yang rendah, *loneliness*, dan memiliki masalah dalam kompetensi sosialnya. Kurangnya kompetensi sosial akan menyulitkan remaja untuk mencapai hubungan yang baik dengan individu lain. Individu-individu yang merasa tidak puas akan hubungan interpersonalnya sering kali justru mengakibatkan mereka memiliki rasa *loneliness* dalam diri mereka.

Individu-individu yang mengalami *loneliness* baik secara emosional maupun sosial akan berusaha mencari cara mengatasi rasa *loneliness* mereka dengan melakukan berbagai kegiatan sebagai bentuk pengalihan atas rasa *loneliness* tersebut. Bentuk kegiatan individu untuk mengatasi rasa *loneliness*nya dalam bentuk pengalihan dari rasa kecanduan terhadap penggunaan internet. Armstrong dalam Wan & Chiou (2006), berpendapat bahwa orang yang merasa *loneliness* dan keterampilan sosial yang kurang, menganggap *game online* sebagai sarana kompensasi, dan, juga sebagai media hiburan ketika seseorang merasa *loneliness*.

Kelekatan terhadap orangtua pada masa remaja dapat membantu kompetensi sosial dan kesejahteraan sosial remaja (Santrock, 2007), yang terlihat dari tingginya harga diri, memiliki penyesuaian emosional, dan kesehatan fisik (Desmita, 2012). *Secure attachment* dengan orangtua akan menimbulkan aspek-aspek positif yang dapat meminimalisir hal-hal yang negatif misalnya rendahnya perilaku agresi, rendahnya tingkat stress sosial, rendahnya tingkat depresi dan rendahnya tingkat *loneliness* pada remaja. Sebaliknya, remaja dengan *insecure attachment* akan mengembangkan evaluasi diri yang negatif tentang dirinya, rasa penolakan dan *loneliness*, perasaan tidak berharga, serta rasa rendah diri. Kondisi tersebut selanjutnya akan membentuk harga diri yang rendah pada remaja.

Dalam hal ini orang tua memainkan peran penting dalam mengurangi rasa *loneliness* pada remaja sehingga remaja tidak menjadi adiksi game. Kedekatan orang tua dan anak, lingkungan keluarga yang hangat (Liao, Shonkoff, & Dunton, 2015), komunikasi, atau percakapan antara orang

tua dan anak (Kim, 2012) dan persepsi keharmonisan keluarga adalah semua terkait dengan tingkat *loneliness* pada remaja. Selain itu, kualitas ikatan orangtua-anak dapat menjadi prediktor kuat untuk kenakalan remaja dimana mencakup adiksi *game online*.

Parental attachment dengan *loneliness* merupakan faktor yang mendorong individu dalam adiksi *game online* (Kim & Kim, 2015, Mehmet Fatih et. al., 2015). Adanya hubungan antara *parental attachment* dengan *loneliness* yang pada beberapa penelitian di negara-negara lain menjadi alasan peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana keeratatan hubungan *parental attachment* dengan *loneliness* pada *gamers* remaja yang adiksi *game online* di kota Bandung.

II. LANDASAN TEORI

A. Parental Attachment

Parental attachment adalah kelekatan afeksi antara orangtua dan anak yang secara signifikan sangat kuat disaat anak mendapatkan tekanan untuk menjaga hubungan yang hangat dengan orangtuanya. Dimana anak akan mempersepsi bahwa orangtuanya responsif terhadap kebutuhan dan keinginannya, anak juga akan membatasi hubungannya dengan orangtua yang tidak empatik (Armsden & Greeberg, 1987).

Armsden & Greenberg (1987) mengemukakan bahwa ada tiga dimensi yang membentuk *parental attachment* yaitu:

1. Communication atau komunikasi ialah suatu bentuk aktifitas yang dilakukan remaja untuk mencari kedekatan dengan orangtua atau figur *attachment* nya.
2. Trust atau kepercayaan merupakan persepsi remaja terhadap figur *attachment* nya yang memberikan rasa aman dan responsif terhadap kebutuhan dan keinginan remaja.
3. Alienation atau keterasingan merupakan adanya jarak yang dibangun oleh remaja pada figur *attachment* yang tidak empatik.

B. Loneliness

Menurut Perlman & Peplau (1981), *loneliness* adalah perasaan psikologis yang tidak menyenangkan yang dialami seseorang ketika hubungan sosialnya kurang. Terdapat 3 pendekatan. Pertama definisi dari pendekatan *need for intimacy* yaitu keadaan *loneliness* muncul ketika kebutuhan sosial penting seseorang tidak terpenuhi. Yang kedua *cognitive process*, perspektif ini menekankan kecocokan antara antisipasi dan persepsi individu terhadap suatu hubungan dan hubungan aktual yang ada. Ini menentukan konsekuensi dari persepsi sosial dan atribusi yang berubah. Dan yang terakhir *social reinforcement*, diaman kurangnya penguatan sosial adalah salah satu kelangkaan yang paling umum dialami oleh individu yang *loneliness*

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *loneliness*

pada seseorang adalah:

1. Genetik, Clifford dan McGuri (2000) melakukan eksplorasi genetik perilaku *loneliness* di antara usia empat belas dan sembilan anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *loneliness* tergantung sepenuhnya pada faktor-faktor bawaan. Ini memberikan bukti penting untuk pentingnya faktor genetik dalam menggambarkan perbedaan individu dalam *loneliness* di beberapa usia.
2. *Attachment style*, Studi yang dilakukan pada siswa Belanda (Buunk dan Prins, 1998) merekomendasikan bahwa beberapa gaya kelekatan dapat menyebabkan *loneliness*, terutama ketika orang melihat diri mereka hanya memberi dan tidak menerima pada ukuran yang sama. Hal ini dirasakan kurangnya timbal balik juga mengarah untuk perasaan *loneliness* dan tidak sepenuhnya dihargai.
3. Ketidakmampuan untuk mengembangkan keterampilan sosial, Keterampilan sosial dipelajari dari interaksi dengan lingkungan sosial. Anak-anak yang bersekolah di sekolah sebaya dan terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler kelompok dianggap positif di sekolah dasar dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki interaksi ini (Erwin & Letchford, 2003).

C. Game Online

Menurut DSM-V, Gangguan adiksi *game online* merupakan suatu pola perilaku yang berlebihan dalam bermain *game* yang menciptakan sekelompok gejala kognitif dan perilaku, yang menyebabkan hilangnya kontrol progresif terhadap permainan, toleransi, dan gejala penarikan, serupa dengan gejala gangguan penggunaan narkoba. Seperti halnya gangguan adiksi zat. Individu dengan gangguan adiksi *game online* menghabiskan banyak waktu didepan layar komputer dan mengabaikan kegiatan lain. Mereka biasanya mencurahkan 8-10 jam atau lebih per hari untuk kegiatan ini dan setidaknya 30 jam per minggu, dan sering lupa untuk makan dan tidur. (Hidalgo Vicario & Rodríguez Hernández, 2013).

Lemmens dkk (2009) menyatakan bahwa terdapat tujuh aspek adiksi *game online* yaitu:

1. *Saliency*

Dalam kehidupan individu, bermain *game online* menjadi kegiatan yang sangat penting dan mendominasi pikiran, perasaan, dan perilaku.

2. *Tolerance*

Proses bertambahnya waktu yang dihabiskan seorang individu dalam bermain *game online* yang diakibatkan oleh aktivitas bermain *game online* yang secara bertahap semakin meningkat.

3. *Mood modification*

Merujuk kepada pengalaman individu sebagai dampak dari bermain *game online*, diantaranya perasaan tenang

(tranquilizing), atau terkait pelarian diri (escapism).

4. *Withdrawal*

Perasaan tidak nyaman ketika individu berhenti atau mengurangi durasi bermain game online yang mengakibatkan dampak fisik dan psikis pada aspek murung (moodiness) dan mudah marah (irritability)

5. *Relapse*

Perasaan ingin segera kembali mengulangi aktivitas bermain game online setelah lama tidak bermain dalam jangka waktu tertentu

6. *Conflict*

Merupakan hasil dari pengalaman bermain game online secara berlebihan yang merujuk pada konflik antara individu sesama pemain game online ataupun dengan orang disekitarnya. Konflik ini dapat berupa tindakan curang atau usaha penolakan dan berbohong.

7. *Problems*

Tergantikannya aktivitas lain seperti bersekolah, bekerja ataupun aktivitas sosial lainnya yang diakibatkan oleh aktivitas bermain game online secara berlebihan. Masalah ini terjadi pada individu yang dapat menyebabkan kehilangan kontrol diri.

D. *Remaja*

Menurut Hurlock (2004), masa remaja ialah suatu tahap transisi dari perkembangan masa kanak-kanak yang akan beralih ke masa perkembangan dewasa yang dicirikan dengan adanya ciri fisik yang berubah, kemampuan kognitif serta sosial yang semakin berkembang. Masa remaja adalah masa transisi dimana individu berada pada tahap perkembangan antara masa anak-anak dengan masa dewasa yang mengalami beberapa perubahan dari mulai perubahan fisik, kognitif, sosial dan emosional

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. *Tabulasi Silang Parental attachment (VI) dengan Loneliness(V2)*

TABEL 1. TABULASI SILANG ATTACHMENT IBU DENGAN LONELINESS

		Att Ibu		Total
		<i>Insecure</i>	<i>Secure</i>	
Lon Rendah	N	17	32	49
	%	16.5%	31.1%	47.6%
Tinggi	N	31	23	54
	%	30.1%	22.3%	52.4%
Total	N	48	55	103
	%	46.6%	53.4%	100.0%

Responden yang mengalami tingkat *loneliness* rendah dan memiliki jenis *insecure attachment* sebanyak 17 orang (16.5%) Sedangkan untuk yang mengalami tingkat *loneliness* rendah dan memiliki jenis *secure attachment* sebanyak 32 orang (31.1%). Responden yang memiliki tingkat *loneliness* tinggi dan memiliki jenis *insecure attachment* sebanyak 31 orang

(30.1%) sedangkan untuk yang memiliki tingkat *loneliness* tinggi dan memiliki jenis *secure attachment* sebanyak 23 orang (22.3%).

TABEL 2. TABULASI SILANG ATTACHMENT AYAH DENGAN LONELINESS

		Att Ayah		Total
		<i>Insecure</i>	<i>Secure</i>	
Lon Rendah	N	17	32	49
	%	16.5%	31.1%	47.6%
Tinggi	N	32	22	54
	%	31.1%	21.4%	52.4%
Total	N	48	55	103
	%	47.6%	52.4%	100.0%

Responden yang mengalami tingkat *loneliness* rendah dan memiliki jenis *insecure attachment* sebanyak 17 orang (16.5%) Sedangkan untuk yang mengalami tingkat *loneliness* rendah dan memiliki jenis *secure attachment* sebanyak 32 orang (31.1%). Responden yang memiliki tingkat *loneliness* tinggi dan memiliki jenis *insecure attachment* sebanyak 32 orang (31.1%) sedangkan untuk yang memiliki tingkat *loneliness* tinggi dan memiliki jenis *secure attachment* sebanyak 22 orang (21.4%).

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa lebih banyak *gamers* remaja memiliki tingkat *loneliness* yang tinggi. Sebanyak 54 responden (52,4%) yang adiksi *game online* memiliki tingkat *loneliness* yang tinggi, sedangkan 49 responden lainnya (47,6%) yang adiksi *game online* memiliki tingkat *loneliness* rendah. Armstrong berpendapat bahwa orang yang merasa *loneliness* dan keterampilan sosial yang kurang, menganggap *game online* sebagai sarana kompensasi, dan penghindaran (Wan & Chiou, 2006), juga sebagai media hiburan ketika seseorang merasa *loneliness* (Ezrananta, 2016). Ketika *game online* dirasa mengurangi rasa *loneliness*, maka individu akan meningkatkan waktu bermainnya dan individu tersebut tidak dapat mengontrol keinginannya untuk terus bermain sehingga menjadi adiksi *game online* (Martanto, dkk., 2015). Hal tersebut sesuai dengan (Mehmet Fatih et. al., 2015) bahwa *loneliness* merupakan faktor yang mendorong individu dalam adiksi *game online*. Didukung juga oleh studi dari Seay dan Kraut (2007) menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis yang rendah dapat menyebabkan adiksi game.

Pada *attachment* ibu, yang tergolong pada *secure attachment* didominasi dengan yang memiliki tingkat *loneliness* rendah yaitu sebanyak 32 responden (31,1%) sedangkan yang tergolong dalam *secure attachment* dengan tingkat *loneliness* yang tinggi terdapat sebanyak 23 responden (22,3%). Begitupun dengan *attachment* pada ayah dimana responden yang tergolong pada *secure attachment* pada ayah didominasi juga dengan responden yang memiliki tingkat *loneliness* rendah yaitu sebanyak 32 responden (31,1%) sedangkan yang tergolong dalam *secure attachment* dengan tingkat *loneliness* yang tinggi terdapat sebanyak 22 responden (21,4%). Hal tersebut sesuai dengan penelitian (Dhal et. al., 2007), dimana anak yang memiliki *secure attachment* akan memiliki perasaan positif terhadap diri sendiri, karena harga diri

yang rendah disebabkan dari anak yang merasa *loneliness* dan hal tersebut juga disebabkan oleh anak yang memiliki *insecure attachment* atau *fearfull attachment*. Dimana dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa respon dengan *insecure attachment* pada ibu maupun ayah didominasi oleh responden dengan tingkat *loneliness* yang tinggi yaitu sebanyak 31 responden (31,1%) untuk *attachment* ibu dan 32 responden (31,1%) untuk *attachment* ayah.

B. Hubungan Parental attachment (V1) dengan Loneliness(V2)

TABEL 3. HUBUNGAN ANTARA PARENTAL ATTACHMENT (V₁) DENGAN LONELINESS (V₂)

		Parental attachment	Loneliness
Parental attachment	Koefisien korelasi	1,000	-,326
	sig.	.	,001
Loneliness	Koefisien korelasi	-,326	1,000
	Sig.	,001	.

Berdasarkan Tabel 4.8 didapat nilai signifikansi dari koefisien korelasi r adalah 0.001 dimana lebih kecil dari α (0.05), maka H_0 ditolak sehingga H_1 diterima. Artinya, terdapat hubungan antara *parental attachment* dengan *loneliness* yang signifikan. Nilai koefisien korelasi $r = -0,326$. Merujuk pada tabel Guilford koefisien korelasi r memiliki kekuatan hubungan yang lemah. Nilai negatif pada koefisien korelasi r menunjukkan hubungan yang berbalik nilai, artinya semakin tinggi tingkat *parental attachment* maka rendah tingkat *loneliness* begitupun sebaliknya.

Hal tersebut sesuai dengan hasil pada tabel yaitu mayoritas responden yang tergolong *insecure attachment* lebih banyak berada dalam tingkat *loneliness* sedang, sedangkan mayoritas responden yang tergolong *secure attachment* lebih banyak berada dalam tingkat *loneliness* yang rendah dan bahkan banyak juga yang tidak mengalami *loneliness*, ini karena remaja yang mendapatkan kelekatan yang hangat dan perasaan diterima (*secure attachment*) membuat remaja memiliki perasaan positif terhadap dirinya, namun apabila remaja tidak mendapatkan kelekatan yang hangat dan dukungan dari orang tua (*fearfull attachment*) akan membuat remaja merasa *loneliness* dan merasa ditolak sehingga keterampilan sosialnya buruk (Dhal et. al., 2007).

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. *Parental attachment* pada *gamers* remaja di Kota Bandung lebih banyak tergolong dalam *secure attachment*. Mayoritas responden yang tergolong *insecure attachment* lebih banyak berada dalam tingkat *loneliness* tinggi, sedangkan mayoritas

responden yang tergolong *secure attachment* lebih banyak berada dalam tingkat *loneliness* yang rendah.

2. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *loneliness* pada *gamers* remaja di Kota Bandung lebih banyak pada tingkat *loneliness* yang tinggi.
3. Hasil uji korelasional menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *parental attachment* dengan *loneliness* pada *gamers* remaja di Kota Bandung. Dengan arah hubungan yang berbalik nilai, artinya semakin tinggi skor *parental attachment* maka semakin rendah tingkat *loneliness* dan sebaliknya.

V. SARAN

Adapun saran dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi peringatan bagi remaja agar mampu membangun hubungan yang lekat dengan orangtuanya. Remaja harus menyadari bahwa orangtua merupakan tempat terbaik mereka untuk mendapatkan rasa aman pada masa-masa penuh dengan tekanan. Dengan kata lain akan sangat baik jika remaja juga tidak sungkan untuk menjadikan orangtua sebagai figur lekat agar remaja tidak merasa kesepian karena kurangnya kemampuan sosial yang dimilikinya.
2. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih perlu dikembangkan dan disempurnakan, oleh karena itu peneliti menyarankan untuk penelitian selanjutnya agar melakukan penelitian dengan menambahkan variabel *peer attachment*. Dimana teman sebaya juga menjadi salah satu faktor seseorang merasa *loneliness*.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] 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. <https://doi.org/10.1007/BF02202939>
- [2] Desmita. (2012). Psikologi Perkembangan. Bandung : PT Remaja Rosada.
- [3] Kim, K., & Kim, K. (2015). Internet Game Addiction, Parental attachment, and Parenting of Adolescents in South Korea. *Journal of Child and Adolescent Substance Abuse*, 24(6), 366–371. <https://doi.org/10.1080/1067828X.2013.872063>
- [4] Liao, Y., Shonkoff, E. T., & Dunton, G. F. (2015). The acute relationships between affect, physical feeling states, and physical activity in daily life: A review of current evidence. *Frontiers in Psychology*, 6(DEC), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01975>
- [5] Peplau, L. A & D Perlman. Eds. (1982). Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy. New York: JohnWiley.
- [6] Santrock, J.W. (2007). Remaja Edisi 11 Jilid 2. Jakarta: Erlangga
- [7] Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1(3), 237–244.

<https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

- [8] Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- [9] Halimah, L. (2020). Adiksi Game online Ditinjau Dari Persepsi Komunikasi Interpersonal Dalam Keluarga, Teman Sebaya, Keterampilan Sosial, Dengan Kontrol Diri Sebagai Variabel Mediator.