

# Ontologi Attachment dalam Dinamika Keluarga: Peran Orang Tua dalam Pembentukan Identitas Anak

Alfi Wirda Mawaddah<sup>1</sup>, Helfi Zahrah<sup>2</sup>, Ahmaddin Ahmad Tohar<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

e-mail: [alfiwirdamawaddah@gmail.com](mailto:alfiwirdamawaddah@gmail.com)

## Abstrak

*Attachment* merupakan elemen esensial dalam dinamika keluarga yang berperan penting dalam pembentukan identitas anak. Dalam konteks ontologis, kelekatan (*attachment*) tidak hanya menjadi sarana dukungan emosional tetapi juga memengaruhi bagaimana anak membangun identitas diri. Artikel ini bertujuan untuk menganalisis peran *attachment* antara orang tua dan anak melalui studi kasus NM dan L, di mana ketidakhadiran emosional dalam pola hubungan keluarga menyebabkan anak mencari kelekatan di luar lingkungan yang aman. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif dengan teknik analisis kasus. Data diperoleh melalui observasi studi literatur mengenai teori *attachment* dari John Bowlby dan aplikasi praktisnya dalam konteks keluarga. Studi kasus NM dan L dianalisis sebagai contoh nyata bagaimana keterikatan yang tidak aman antara orang tua dan anak dapat memengaruhi dinamika identitas anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidakseimbangan dalam *attachment* mendorong anak untuk mencari validasi dan *attachment* eksternal yang berpotensi merusak. Studi ini menyoroti pentingnya *attachment* yang sehat dalam keluarga sebagai fondasi pembentukan identitas yang kuat dan stabil pada anak.

**Kata kunci:** *Attachment, Identitas Anak, Dinamika Keluarga, Dukungan Emosional, Validasi Eksternal*

## Abstract

Attachment is an essential element in family dynamics that plays an important role in the formation of a child's identity. In an ontological context, attachment is not only a means of emotional support but also affects how children build self-identity. This article aims to analyze the role of attachment between parents and children through a case study of NM and L, where the emotional absence in family relationship patterns causes children to seek attachment outside a safe environment. This study uses a qualitative-descriptive approach with case analysis techniques. Data was obtained through the observation of literature studies on attachment theory from John Bowlby and its practical application in the family context. The case study of NM and L was analyzed as a real example of how an insecure attachment between parents and children can affect the dynamics of a child's identity. Research results show that imbalance in attachment encourages children to seek external validation and attachment that is potentially destructive. This study highlights the importance of healthy attachment in the family as the foundation for the formation of a strong and stable identity in children.

**Keywords:** *Attachment, Child Identity, Family Dynamics, Emotional Support, External Validation*

## PENDAHULUAN

*Attachment* atau kelekatan adalah hubungan emosional mendalam yang terjalin antara anak dan orang tua, berperan penting dalam pembentukan identitas dan stabilitas emosional anak. Kelekatan yang kuat dan aman dari orang tua memberikan anak rasa aman, yang menjadi fondasi bagi perkembangan psikologis yang sehat. Sebaliknya, kurangnya kelekatan dapat berdampak buruk pada perkembangan identitas dan rasa aman anak (Putri et al., 2022).

Menurut John Bowlby (1979), *attachment* adalah ikatan emosional yang terbentuk antara anak dan figur pengasuh utama, yang menyediakan dasar aman (*secure base*) bagi anak untuk

bereksplorasi dan membangun rasa percaya diri. Attachment yang aman memungkinkan anak membangun identitas yang stabil dan memiliki kepercayaan diri, sedangkan attachment yang tidak aman sering kali menyebabkan krisis identitas dan ketergantungan pada validasi eksternal.

Bowlby menjelaskan beberapa jenis attachment, yaitu attachment aman dan attachment tidak aman. Pada attachment aman, anak mendapat dukungan emosional dan perhatian konsisten dari orang tua, yang membangun fondasi bagi identitas yang kuat. Sebaliknya, attachment tidak aman, seperti avoidant dan anxious-ambivalent, cenderung terbentuk saat anak menerima perhatian yang tidak konsisten dari orang tua, sehingga anak merasa kurang aman dan mengalami kebingungan dalam membentuk identitas.

Dari perspektif perkembangan psikososial, Erik Erikson memperkuat konsep bahwa identitas anak terbentuk melalui pengalaman keterikatan di masa kanak-kanak. Erikson berpendapat bahwa pada masa remaja, anak secara aktif mengeksplorasi peran dan nilai hidup untuk membentuk identitas. Namun, dalam keluarga dengan keterikatan yang tidak stabil, anak lebih rentan terhadap kebingungan identitas dan cenderung mencari kelekatan atau validasi di luar keluarga, yang sering kali tidak bersifat konstruktif (Berzoff, 2011).

Dalam konteks ontologis, *attachment* tidak hanya menjadi sarana dukungan emosional tetapi juga memengaruhi keberadaan dan identitas sosial anak. Ketika anak kehilangan attachment yang aman dalam keluarga, ia mungkin mencari attachment pengganti di luar lingkungan keluarga, yang belum tentu memberikan stabilitas yang sama. Hal ini terlihat pada kasus NM dan L, di mana ketidakhadiran emosional orang tua dalam pola hubungan mereka memicu L untuk mencari attachment eksternal dalam hubungannya dengan pasangan.

Saat orang tua tidak mampu menyediakan kelekatan yang aman, anak sering kali mengalami krisis identitas. Tanpa dukungan emosional yang memadai, anak kehilangan rasa percaya diri dan keamanan, yang memicu mereka untuk mencari bentuk attachment di luar lingkungan keluarga. Ketiadaan kelekatan dalam keluarga membuat anak cenderung mencari validasi emosional dari orang lain, yang tidak selalu positif dan konstruktif (Bernadette, 2022).

Dalam studi ini, kasus NM dan L diangkat sebagai contoh nyata dampak dari ketidakseimbangan attachment dalam keluarga. Ketidakharmonisan hubungan antara NM dan L menunjukkan bagaimana attachment yang tidak stabil dapat mendorong anak mencari dukungan emosional di luar keluarga. Analisis ini menggambarkan bahwa anak yang tidak mendapatkan attachment yang cukup dalam keluarga memiliki risiko besar membentuk hubungan di luar keluarga yang mungkin berdampak negatif atau destruktif terhadap perkembangan diri mereka.

## **METODE**

Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif dengan teknik analisis kasus. Data diperoleh melalui observasi studi literatur mengenai teori attachment dari John Bowlby dan aplikasi praktisnya dalam konteks keluarga. Studi kasus NM dan L dianalisis sebagai contoh nyata bagaimana keterikatan yang tidak aman antara orang tua dan anak dapat memengaruhi dinamika identitas anak. Fokus utama analisis adalah dampak ketidakseimbangan attachment pada keputusan anak untuk mencari attachment eksternal, yang ditelaah melalui perspektif ontologis dan psikologi perkembangan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil analisis menunjukkan bahwa ketidakhadiran attachment yang stabil dalam hubungan antara NM dan L menciptakan ketidakpastian emosional yang cukup besar pada L. Tanpa dukungan emosional yang konsisten dari orang tua, L tidak memperoleh fondasi kelekatan yang aman, yang membuatnya rentan terhadap krisis identitas dan kebutuhan akan validasi eksternal. Ketidakstabilan ini kemudian mendorong L untuk mencari attachment alternatif, terutama dalam hubungan dengan pasangan, sebagai pengganti kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi dari lingkungan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa kelekatan yang aman dengan orang tua memainkan peran fundamental dalam membangun rasa aman dalam diri anak, dan ketidakhadirannya menciptakan dampak yang berkepanjangan.

Pencarian attachment ini menjadi indikator adanya pola kelekatan tidak aman dalam diri L. Alih-alih merasa aman dan utuh dalam hubungan keluarganya, ia merasa perlu untuk bergantung

pada orang lain sebagai sumber validasi dan dukungan emosional. Kebutuhan ini menciptakan pola ketergantungan terhadap orang di luar keluarga untuk mendapatkan rasa aman yang seharusnya berasal dari hubungan dengan orang tua. Kebergantungan yang intens terhadap pasangan atau teman untuk memenuhi kebutuhan emosionalnya dapat menghalangi L membangun hubungan yang mandiri dan sehat, serta memengaruhi perkembangan identitas dirinya yang stabil.

Pola kelekatan yang tidak aman ini memengaruhi perkembangan identitas L, mengarahkan perilakunya pada tindakan-tindakan yang bersifat destruktif, dan menciptakan ketergantungan pada pasangan sebagai pengganti figur attachment yang seharusnya didapatkan dari keluarga. Ketidadaan kelekatan yang aman tidak hanya memengaruhi aspek emosional, tetapi juga berpengaruh pada pembentukan perilaku dan pengambilan keputusan, terutama dalam hubungan interpersonal yang dimiliki L. Pola kelekatan tidak aman ini membuatnya mencari validasi di luar dirinya, yang sering kali mengarahkan pada hubungan yang tidak sehat dan merugikan dirinya.

Kondisi ini menggambarkan bagaimana absennya kelekatan yang stabil dan aman dalam keluarga dapat berdampak buruk bagi perkembangan psikologis seorang anak. Tanpa kelekatan yang sehat, anak lebih rentan terhadap hubungan emosional yang tidak stabil dan berisiko mencari kepuasan emosional dari sumber-sumber eksternal yang mungkin kurang positif atau konstruktif bagi perkembangan dirinya (Arianda et al., 2021). Anak yang tidak memiliki kelekatan aman cenderung memiliki tingkat kecemasan yang tinggi, kesulitan dalam mengatur emosi, dan lebih mungkin mengalami krisis identitas, terutama saat berada dalam lingkungan yang tidak mendukung.

Pengaruh kelekatan yang tidak aman juga terlihat dalam keputusan L untuk mengabaikan faktor-faktor yang lebih sehat dalam hidupnya, dan memilih hubungan atau situasi yang bersifat sementara dan kurang stabil. Dalam jangka panjang, kecenderungan ini dapat berdampak pada kesejahteraan mentalnya, di mana ia mengalami pola ketidakpuasan yang berkepanjangan karena tidak mampu merasa nyaman dengan dirinya sendiri. Ini menunjukkan bahwa kelekatan yang stabil dari orang tua bukan hanya memberikan dukungan emosional, tetapi juga membentuk karakter, rasa percaya diri, dan keterampilan interpersonal.

Bagi L, mencari pengganti attachment dalam hubungan di luar keluarga tidak hanya menunjukkan kebutuhan yang tidak terpenuhi, tetapi juga memperlihatkan adanya pola interaksi yang mungkin terus berlanjut. Tanpa bimbingan yang tepat dan pemahaman atas pola attachment-nya, ia bisa terjebak dalam lingkaran ketergantungan emosional terhadap orang lain, yang berpotensi membahayakan perkembangan jangka panjangnya. Sebaliknya, dukungan dari orang tua yang konsisten akan membantu anak mengembangkan rasa percaya diri dan ketahanan mental, memungkinkan mereka untuk tumbuh menjadi individu yang mandiri.

Dengan demikian, pentingnya attachment yang stabil dalam keluarga menjadi kunci bagi perkembangan anak yang sehat secara emosional dan psikologis. Tanpa kelekatan yang kuat dan aman, anak akan berusaha mencari validasi dari luar, yang berpotensi membuat mereka terjebak dalam hubungan yang tidak sehat dan perilaku destruktif.

### **Pengaruh Orang Tua dalam Pembentukan Identitas**

Dari perspektif ontologis, attachment tidak sekadar hubungan emosional antara individu tetapi merupakan fondasi eksistensi sosial manusia yang menegaskan keberadaan individu dalam suatu komunitas, terutama keluarga. Konsep attachment dalam konteks ontologi menekankan bahwa eksistensi manusia dibangun melalui keterhubungan dengan orang lain, sehingga identitas dan keberadaan seseorang sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan interpersonalnya. Dalam lingkungan keluarga, attachment aman adalah bentuk keterhubungan yang paling fundamental, di mana anak dapat merasa diterima dan dicintai, memberi mereka rasa keutuhan dan kepercayaan diri untuk mengekspresikan diri (Sholeha & Al Baqi, 2023).

Attachment yang aman dalam keluarga biasanya terbentuk ketika orang tua konsisten memberikan perhatian, dukungan, dan kasih sayang. Melalui keterikatan ini, anak belajar untuk memahami nilai-nilai internal dan membangun rasa identitas yang stabil. Anak-anak yang tumbuh dengan attachment yang aman memiliki landasan yang kuat untuk menghadapi dunia luar, karena mereka memiliki rasa percaya diri yang berasal dari pengalaman dicintai dan diterima tanpa

syarat. Dalam konteks ontologis, keberadaan mereka dimaknai melalui hubungan yang stabil ini, yang memberi mereka pijakan kokoh untuk mengeksplorasi dunia tanpa merasa kehilangan jati diri.

Sebaliknya, jika pola attachment ini terganggu atau tidak konsisten, anak mungkin mengembangkan attachment yang tidak aman (insecure attachment). Anak-anak dengan attachment tidak aman sering kali mengalami ketidakpastian emosional dan sulit dalam menemukan nilai-nilai internal yang solid. Ketidakamanan ini menciptakan keraguan akan identitas mereka sendiri, yang memengaruhi cara mereka berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka. Mereka merasa terputus dari fondasi emosional yang stabil, sehingga mengalami kesulitan dalam mempertahankan identitas diri yang utuh dan konsisten (Assayidah & Yoenanto, 2022).

Anak-anak dengan attachment tidak aman cenderung mencari validasi di luar keluarga sebagai cara untuk mengisi kekosongan emosional yang mereka rasakan. Validasi ini sering kali mereka cari dalam hubungan di luar keluarga, termasuk hubungan pertemanan, pasangan romantis, atau bahkan lingkungan sosial yang dianggap memberikan penerimaan. Dalam pencarian tersebut, mereka rentan terhadap perilaku berisiko karena keinginan yang mendalam untuk merasa dihargai dan diterima. Perilaku berisiko dan ketergantungan pada orang lain menjadi cara mereka untuk memenuhi kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi dalam keluarga, tetapi hal ini jarang menghasilkan stabilitas yang dibutuhkan untuk kesejahteraan psikologis.

Menurut Komala (2017) kondisi ini menunjukkan bahwa, dari sudut pandang ontologis, attachment yang tidak aman bukan hanya masalah emosional tetapi menyentuh inti eksistensi anak sebagai individu. Ketidakmampuan untuk menemukan stabilitas dalam attachment dapat menyebabkan ketergantungan pada hubungan eksternal, yang pada gilirannya memperburuk ketidakamanan dan keraguan akan identitas diri. Ketiadaan attachment yang aman membentuk pola interaksi anak dengan dunia luar yang cenderung tidak stabil, karena fondasi eksistensial yang rapuh. Akibatnya, mereka terus-menerus mencari makna dan keterhubungan yang sulit dipertahankan tanpa fondasi attachment yang kuat dari keluarga.

### **Kasus NM dan L**

Dalam teori attachment yang dikembangkan oleh John Bowlby, kelekatan yang aman dari orang tua memberikan landasan penting bagi anak untuk mengeksplorasi dunia dan membentuk identitas yang stabil. Attachment yang aman ini memungkinkan anak merasa dihargai, dicintai, dan didukung, sehingga anak dapat bertumbuh menjadi pribadi yang mandiri dan memiliki rasa percaya diri yang kuat. Pola attachment yang aman membuat anak merasa cukup nyaman untuk mengeksplorasi lingkungan di sekitarnya, karena mereka tahu bahwa mereka selalu dapat kembali ke dukungan dan kenyamanan dari orang tua. Inilah yang menjadi dasar stabilitas emosional dan psikologis yang krusial untuk perkembangan jangka panjang.

Namun, ketika pola attachment yang terbentuk tidak aman, dampaknya bisa sangat merusak. Kelekatan yang tidak stabil dapat menciptakan ketidakpastian emosional, membuat anak merasa cemas atau bahkan terabaikan. Anak yang tidak mendapatkan dukungan emosional memadai dari orang tua sering kali merasa terasing, yang pada gilirannya mendorong mereka untuk mencari sumber kelekatan di luar keluarga. Sumber kelekatan ini sering kali tidak sehat dan bersifat sementara, karena anak cenderung mencari validasi dari hubungan yang tidak kokoh sebagai pengganti dari dukungan emosional yang tidak mereka dapatkan di rumah. Dalam konteks ini, attachment yang tidak aman menjadi faktor risiko dalam perkembangan psikologis anak, mengakibatkan ketergantungan emosional pada hubungan yang mungkin justru memperburuk kondisi psikologis mereka (Sari et al., 2018).

Kasus NM dan L memberikan contoh nyata dari dampak ketidakstabilan attachment dalam keluarga. Ketidakstabilan hubungan emosional dengan orang tua mendorong L untuk bergantung pada hubungan di luar keluarga sebagai bentuk pencarian kelekatan. Ketiadaan rasa aman di rumah mendorongnya mencari dukungan dan validasi dari pasangan, yang sebenarnya menggantikan peran yang seharusnya diberikan oleh orang tua. Studi ini mendukung teori attachment dari Bowlby, yang menyatakan bahwa anak yang tidak mendapatkan kelekatan yang aman dari orang tua akan cenderung mencari dukungan emosional eksternal. Hal ini sering kali mengarah pada perilaku yang merugikan atau destruktif, karena anak menjadi rentan terhadap

hubungan yang tidak selalu positif bagi perkembangan psikologis mereka.

Pola kelekatan yang tidak aman dalam diri L tidak hanya memengaruhi perkembangan identitasnya tetapi juga mendorongnya untuk menjalin hubungan yang bersifat ketergantungan. Alih-alih merasa cukup dengan dirinya sendiri, L membutuhkan kehadiran pasangan sebagai sumber utama validasi emosional. Hal ini dapat menyebabkan perilaku yang destruktif, di mana ia cenderung melakukan apa saja untuk mempertahankan hubungan, meskipun hubungan tersebut tidak sehat. Ketergantungan pada pasangan sebagai pengganti attachment yang seharusnya didapatkan dari keluarga menciptakan siklus ketidakamanan emosional yang sulit diputus. L menjadi terjebak dalam dinamika hubungan yang tidak seimbang, yang akhirnya menghambat perkembangan identitas dan rasa percaya diri yang stabil (Safari & Aryesha, 2021).

Pola attachment yang tidak aman membawa dampak jangka panjang yang serius pada kesejahteraan psikologis anak. Dalam banyak kasus, seperti pada L, ketiadaan kelekatan yang sehat dalam keluarga membuat anak lebih rentan terhadap hubungan di luar keluarga yang tidak stabil atau bahkan merugikan. Kelekatan yang aman dari orang tua bukan hanya menciptakan fondasi identitas yang kuat tetapi juga mempengaruhi cara anak membentuk hubungan di masa depan. Oleh karena itu, attachment yang tidak stabil bukan hanya memengaruhi hubungan jangka pendek tetapi juga berdampak pada seluruh aspek kehidupan emosional dan psikologis seorang individu (Irzalinda et al., 2022).

### **Dampak Attachment Tidak Aman pada Dinamika Sosial dan Emosional Anak**

Attachment yang tidak aman dapat berdampak signifikan pada aspek sosial dan emosional anak dalam kehidupan sehari-hari. Anak-anak yang mengalami ketidakpastian dalam attachment, seperti pada kasus L, sering kali merasa tidak stabil secara emosional dan memiliki kebutuhan kuat untuk mencari validasi dari luar keluarga. Dalam kasus L, ketiadaan stabilitas emosional yang seharusnya ia dapatkan dari orang tuanya membuatnya mencari pengganti melalui hubungan dengan pasangan. Bagi L, pasangan menjadi sumber dukungan emosional yang seharusnya diberikan oleh keluarga, sehingga hubungan ini bukan lagi sekadar interaksi biasa, melainkan tempat di mana ia merasa mendapat validasi dan kelekatan yang ia butuhkan.

Saat attachment tidak aman berkembang, anak sering kali menunjukkan gejala-gejala emosional dan perilaku yang berhubungan dengan ketidakpastian diri. Salah satu gejala yang paling umum adalah ketergantungan emosional yang berlebihan, di mana anak merasa sulit untuk berdiri sendiri secara emosional dan cenderung bergantung pada orang lain untuk merasa aman dan diterima. Selain itu, anak dengan attachment tidak aman sering kali memiliki self-esteem yang rendah karena kurangnya dukungan emosional di masa kecil. Mereka tidak merasa berharga atau dicintai apa adanya, yang membuat mereka mencari pengakuan eksternal sebagai cara untuk menutupi kekosongan emosional yang ada (Kurniasari, 2019).

Kondisi ini juga membuat anak lebih rentan terhadap pengaruh negatif dari lingkungan sekitar. Anak-anak yang tidak memiliki fondasi attachment yang aman dari keluarga sering kali mengalami kesulitan dalam memilah mana yang baik dan buruk, karena mereka terlalu fokus pada kebutuhan untuk diterima dan divalidasi. Akibatnya, mereka cenderung lebih mudah dipengaruhi oleh perilaku negatif yang mungkin ditawarkan oleh lingkungan atau teman-teman mereka. Mereka menjadi lebih mudah terjerumus dalam hubungan yang tidak sehat atau berperilaku sesuai harapan orang lain demi mendapatkan penerimaan, meskipun itu bertentangan dengan nilai-nilai positif.

Menurut Muarifah et al. (2024) dampak dari attachment yang tidak aman ini dapat berlanjut hingga dewasa, membentuk pola interaksi sosial yang tidak stabil dan cenderung destruktif. Individu yang tumbuh tanpa attachment yang aman sering kali mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan yang sehat dengan pasangan, teman, atau bahkan rekan kerja. Mereka kerap merasa tidak puas dalam interaksi sosial karena keterikatan yang dibangun tidak pernah terasa cukup memadai untuk menutupi kebutuhan emosional yang mereka miliki sejak kecil. Ketidakmampuan untuk menjalin hubungan yang seimbang juga membuat mereka rentan terhadap konflik, kekecewaan, dan kesalahpahaman, yang semakin memperburuk kondisi emosional mereka.

Ketidakstabilan dalam attachment dengan orang tua berperan penting dalam membentuk

kemampuan anak dalam mengelola emosi serta membangun hubungan sosial yang sehat. Attachment atau kelekatan yang stabil memberikan fondasi yang kokoh bagi anak untuk tumbuh dengan perasaan aman dan percaya diri. Namun, ketika attachment ini goyah atau tidak konsisten, anak akan merasa kekosongan emosional yang sulit untuk dipenuhi. Ketidaklengkapan ini memicu mereka untuk mencari validasi dari orang lain di luar lingkup keluarga, sering kali dengan cara yang kurang konstruktif. Dampaknya tidak hanya dirasakan dalam tahap perkembangan anak-anak tetapi juga berlanjut hingga dewasa, memengaruhi aspek-aspek penting dalam kehidupan mereka.

Anak yang tumbuh tanpa fondasi attachment yang aman cenderung memiliki self-esteem atau harga diri yang rendah. Rasa percaya diri yang seharusnya terbentuk melalui hubungan yang stabil dengan orang tua menjadi sulit untuk diwujudkan. Akibatnya, mereka mengalami kesulitan dalam menyikapi perasaan dan menghadapi tantangan, karena mereka tidak merasa cukup berharga atau mampu. Attachment yang tidak aman membuat mereka lebih rentan terhadap kritik dan penolakan, sehingga cenderung terus-menerus mencari pengakuan dari lingkungan sosial sebagai pengganti dukungan yang tidak mereka peroleh dari keluarga. Ketergantungan ini menciptakan pola perilaku yang sulit diubah, bahkan setelah mereka beranjak dewasa (Suryana & Lina, 2021).

Ketidakmampuan untuk mengelola emosi secara efektif juga menjadi konsekuensi dari attachment yang tidak stabil. Emosi seperti kecemasan, ketakutan, dan ketidakpastian menjadi sulit untuk dikelola karena tidak ada mekanisme dukungan yang terbentuk di dalam keluarga. Tanpa kemampuan pengelolaan emosi yang sehat, anak cenderung melampiaskan perasaannya melalui perilaku impulsif atau bahkan merusak diri sendiri. Pola ini terus berulang dalam hubungan interpersonal yang dijalin oleh anak tersebut ketika dewasa, di mana mereka mungkin bertindak berdasarkan kebutuhan emosional yang mendalam tanpa pertimbangan rasional, sehingga mengarah pada hubungan yang tidak sehat.

Selain itu, attachment yang tidak aman juga sering kali menyebabkan pola ketergantungan yang sulit diatasi. Anak yang tidak memiliki kelekatan yang stabil akan terus mencari figur pengganti yang mampu memberikan rasa aman. Ketergantungan ini menjadi hambatan besar bagi mereka untuk membangun hubungan yang setara, di mana mereka merasa perlu mengorbankan diri demi mempertahankan hubungan. Ketergantungan emosional pada pasangan atau teman dekat sering kali mengakibatkan konflik dalam hubungan tersebut, karena mereka cenderung menuntut lebih banyak perhatian dan pengakuan yang sulit dipenuhi.

Kondisi ini dapat menghalangi mereka dari mencapai kebahagiaan dan kepuasan dalam hubungan mereka. Alih-alih merasa puas dengan apa yang mereka miliki, mereka terus-menerus merasa tidak cukup, karena rasa aman yang dibutuhkan tidak pernah terpenuhi secara menyeluruh. Hubungan yang didasarkan pada kebutuhan mendalam untuk memperoleh validasi jarang sekali bertahan lama, karena ketika pasangan atau teman tidak mampu memenuhi ekspektasi yang tinggi, rasa kecewa dan frustrasi pun muncul. Akibatnya, mereka sering kali berada dalam siklus hubungan yang putus-sambung, mengulangi pola pencarian attachment tanpa pernah benar-benar mendapatkan kelekatan yang dibutuhkan.

Lebih jauh lagi, dampak dari ketidakstabilan attachment ini tidak hanya berhenti pada kehidupan pribadi tetapi juga memengaruhi karier dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Orang yang tidak memiliki attachment aman cenderung kesulitan membentuk hubungan profesional yang sehat dan produktif. Di lingkungan kerja, mereka mungkin merasa tidak percaya diri atau terlalu bergantung pada atasan atau rekan kerja untuk memperoleh validasi. Hal ini bisa menghambat potensi mereka untuk berkembang dan mencapai kesuksesan profesional yang optimal (Iradhanie & Cahyanti, 2013).

Dengan demikian, attachment yang stabil bukan sekadar hubungan emosional antara anak dan orang tua, tetapi merupakan pondasi yang menentukan banyak aspek kehidupan anak di masa depan. Ketidadaannya tidak hanya berdampak pada emosi dan perilaku, tetapi juga membentuk pola pikir dan cara anak memandang diri mereka sendiri dalam konteks sosial. Oleh karena itu, membangun attachment yang aman sejak dini menjadi kunci dalam pembentukan pribadi yang kuat, mandiri, dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan optimisme dan ketahanan yang tinggi.

## **Pencarian Identitas di Luar Keluarga sebagai Konsekuensi Attachment yang Tidak Sehat**

Dampak signifikan dari attachment yang tidak sehat adalah kecenderungan anak untuk mencari identitas di luar lingkungan keluarga. Tanpa fondasi attachment yang aman di rumah, anak-anak sering kali merasa kehilangan arah dalam memahami siapa mereka sebenarnya. Mereka cenderung mencari validasi dan rasa berharga melalui hubungan eksternal, yang bisa melibatkan teman atau pasangan (Zulfikri, 2023). Dalam kasus L, ketidakseimbangan attachment dengan orang tuanya menyebabkan adanya kekosongan emosional yang memicu kebutuhan akan kelekatan pengganti. Sebagai akibatnya, ia beralih pada hubungan dengan pasangan untuk menutupi kekosongan ini, menjadikan pasangan sebagai sumber utama identitas dan dukungan emosional.

Pencarian identitas di luar keluarga ini sering kali memicu pola perilaku yang tidak sehat. Anak yang merasa terabaikan di dalam keluarga akan berusaha menemukan jati dirinya dalam hubungan di luar yang tidak selalu positif atau stabil. Mereka mungkin merasa bahwa perhatian atau pengakuan dari orang lain adalah satu-satunya cara untuk merasa berarti. Pola ini menyebabkan mereka berisiko terjebak dalam hubungan yang hanya menawarkan validasi sementara tanpa memberi fondasi kuat untuk membangun identitas diri. Dalam konteks ini, identitas anak menjadi terikat pada persepsi atau penerimaan dari orang luar, yang sifatnya fluktuatif dan tidak selalu mendukung perkembangan yang positif.

Ketika identitas dibentuk terutama dari hubungan eksternal yang kurang stabil, anak dapat mengalami kesulitan besar dalam membangun harga diri yang positif. Tanpa dukungan yang kuat dari keluarga, mereka cenderung memiliki self-esteem yang rendah dan menjadi rentan terhadap pengaruh negatif dari luar. Identitas mereka terbentuk dari pendapat dan perhatian orang lain, sehingga mereka menjadi sangat bergantung pada hal-hal eksternal untuk merasa berharga. Dampaknya, anak-anak ini tumbuh dengan kepercayaan diri yang rapuh, rentan merasa tidak aman, dan mudah merasa hampa ketika perhatian yang mereka terima berkurang atau hilang (Nianggolan & Sari, 2022).

Situasi ini menggarisbawahi peran penting attachment dalam keluarga sebagai landasan utama bagi pembentukan identitas diri yang sehat dan stabil. Attachment yang aman memberi anak kepastian bahwa mereka dicintai dan dihargai apa adanya, bukan berdasarkan prestasi atau penilaian eksternal. Rasa diterima ini menciptakan ruang aman bagi anak untuk mengeksplorasi dirinya tanpa takut akan penolakan. Hal ini sangat krusial dalam proses pembentukan identitas diri, karena anak yang merasa diterima secara utuh mampu menerima dirinya sendiri dengan lebih baik, sekaligus lebih siap menghadapi penolakan atau tantangan dari lingkungan luar.

Attachment yang aman juga memberikan kepercayaan diri pada anak bahwa mereka mampu menghadapi masalah, yang menjadi dasar bagi pengembangan harga diri yang kuat. Ketika mereka merasa dihargai di lingkungan keluarganya, anak cenderung memiliki rasa berharga yang tidak mudah terguncang oleh penolakan atau kritik dari luar. Anak dengan harga diri yang kokoh ini tidak bergantung pada validasi dari orang lain untuk merasa utuh, sehingga ia dapat lebih mandiri dalam proses pencarian dan pembentukan identitasnya sendiri. Dengan fondasi attachment yang kuat, anak tumbuh menjadi pribadi yang tidak hanya percaya diri, tetapi juga resilient, mampu bangkit dari kekecewaan tanpa kehilangan jati diri.

Sebaliknya, attachment yang tidak sehat atau tidak stabil cenderung membuat anak merasa perlu mendapatkan validasi dari luar untuk merasa berharga. Ketika anak tidak merasakan keterikatan yang aman di lingkungan keluarga, ia akan cenderung mencari pengakuan di tempat lain, baik melalui teman, pasangan, maupun lingkungan sosial lainnya. Ketergantungan pada validasi eksternal ini sering kali sulit dipenuhi secara konsisten, karena penilaian orang lain bersifat berubah-ubah. Hal ini menempatkan anak dalam pola pencarian identitas yang tidak stabil, di mana rasa diri mereka menjadi tergantung pada respons dan ekspektasi orang lain.

Attachment yang tidak sehat ini juga memengaruhi anak dalam memilih dan menjalin hubungan. Karena adanya kebutuhan yang besar akan pengakuan, anak mungkin terjebak dalam hubungan yang tidak sehat atau memiliki ketergantungan emosional terhadap orang lain untuk mendapatkan rasa aman. Hubungan semacam ini sering kali bersifat sementara atau berisiko, karena ketika pasangan atau teman tidak lagi memberikan validasi yang diharapkan, anak akan kembali merasa hampa dan mengalami kebingungan dalam memahami jati dirinya. Dampak ini

menjelaskan pentingnya attachment yang aman sebagai pondasi agar anak dapat membangun hubungan yang setara, sehat, dan stabil dengan orang lain (Andriyani, 2016).

Keberhasilan anak dalam membangun identitas yang kuat dan mandiri sangat bergantung pada keterikatan yang mereka bangun di lingkungan keluarga. Anak yang memiliki kelekatan yang aman merasa nyaman dalam mengeksplorasi minat, nilai, dan prinsip-prinsip yang membentuk identitas mereka. Mereka cenderung memiliki kompas internal yang lebih jelas dan tidak mudah goyah oleh pengaruh eksternal. Dengan attachment yang stabil, mereka mampu mengenali dan menghargai perbedaan antara diri mereka dan orang lain, serta memiliki pandangan yang lebih sehat terhadap siapa diri mereka dan apa yang mereka inginkan dalam hidup.

Lebih jauh lagi, attachment yang aman tidak hanya berfungsi sebagai fondasi identitas diri tetapi juga membentuk pandangan anak terhadap dunia. Anak yang tumbuh dengan rasa aman melihat dunia sebagai tempat yang dapat diandalkan, di mana ia merasa berhak atas keberhasilan dan kebahagiaan. Sebaliknya, anak yang tumbuh tanpa attachment yang stabil cenderung melihat dunia dengan keraguan dan ketakutan. Mereka mungkin merasa bahwa keberhasilan atau kebahagiaan bukanlah sesuatu yang wajar bagi mereka, karena lingkungan awal mereka tidak memberikan dukungan yang cukup untuk membangun keyakinan tersebut (Stevanus & Macarau, 2021).

Oleh karena itu, attachment dalam keluarga bukan hanya hubungan emosional semata, melainkan investasi dalam pembentukan karakter anak. Attachment yang aman memungkinkan anak untuk tumbuh sebagai pribadi yang utuh, memiliki kekuatan mental, dan tidak bergantung pada penerimaan eksternal. Keutuhan diri ini menjadi modal yang sangat berharga bagi mereka dalam membangun kehidupan yang memuaskan, hubungan yang sehat, dan cita-cita yang realistis. Dalam jangka panjang, fondasi attachment yang kuat berkontribusi pada kesejahteraan emosional yang stabil, yang mendukung mereka untuk menjadi individu yang mandiri, resilient, dan bahagia dalam berbagai aspek kehidupan.

## SIMPULAN

Studi ini menyimpulkan bahwa attachment dalam keluarga adalah komponen esensial dalam pembentukan identitas anak, di mana ketidakseimbangan attachment, seperti yang terlihat dalam kasus NM dan L, berpotensi membuat anak mencari attachment yang bersifat eksternal dan tidak sehat. Kelekatan yang stabil dan suportif dari orang tua menciptakan rasa aman bagi anak, memberikan pijakan emosional yang kuat sehingga mereka tidak perlu bergantung pada validasi dari luar untuk merasa berharga. Penelitian ini menekankan pentingnya peran orang tua dalam membangun hubungan emosional yang konsisten dan mendukung, karena kelekatan yang aman ini menjadi fondasi bagi anak untuk mengembangkan identitas yang stabil, percaya diri, dan mandiri, serta meminimalisasi risiko krisis identitas yang dapat muncul akibat kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi di lingkungan keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, J. (2016). Korelasi peran keluarga terhadap penyesuaian diri remaja. *Jurnal Al-Bayan: Media Kajian dan Pengembangan Ilmu Dakwah*, 22(2).
- Arianda, V., Salim, I. K., & Ruzain, R. B. (2021). Secure Attachment (Kelekatan Aman) Ibu Dan Anak Dengan Perkembangan Sosial Emosional Pada Anak. *Journal Of Islamic And Contemporary Psychology*, 1(2), 67-74.
- Assayidah, F., & Yoenanto, N. H. (2022). Hubungan Secure Attachment Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Smp Islamic Boarding School. *Buletin Penelitian Psikologi Dan Kesehatan Mental (Brpkm)*, 2(2), 826-831.
- Bernadette, P. (2022). Pengaruh Perceraian Orang Tua Terhadap Diri Anak Serta Implikasinya Bagi Pelayanan Remaja Di Gereja (Doctoral Dissertation, Sekolah Tinggi Teologi Saat Malang).
- Berzoff, J. (2011). *The Theory Of Erik Erikson. Inside Out And Outside In: Psychodynamic Clinical Theory And Psychopathology In Contemporary Multicultural Contexts*. Lanham: Rowman & Littlefield Publishing Group

- Bowlby, J. (1979). The Bowlby-Ainsworth Attachment Theory. *Behavioral And Brain Sciences*, 2(4), 637-638.
- Irdhanie, A., & Cahyanti Ika, Y. (2013). Adult romantic attachment pada dewasa muda yang mengalami childhood abuse. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(02), 20-36.
- Irzalinda, V., Sofia, A., & Erika, A. L. (2022). Pentingnya Kelekatan Ibu Dalam Membangun Kecerdasan Sosial Emosional Anak Usia 5–6 Tahun. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(1).
- Komala, E. (2017). Hubungan Kelekatan Anak-Orangtua (Attachment) Dengan Perilaku Delinquency Pada Remaja (Doctoral Dissertation, Univeristas Islam Riau).
- Kurniasari, A. (2019). Dampak Kekerasan Pada Kepribadian Anak. *Sosio Informa*, 5(1).
- Muarifah, A., Fauziah, M., & Saputra, W. N. E. (2024). Kontribusi Parent-Child Attachment Terhadap Regulasi Emosi, Harga Diri, Konformitas Dan Resiliensi Siswa. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 14.
- Nainggolan, N. P., & Sari, I. U. (2022). Pelatihan Pengenalan Internet Sehat Dan Aman Bagi Anak Pada Kelurahan Sungai Harapan Kecamatan Sekupang Batam. *Jupadai: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 176-181.
- Putri, S., Marlina, L., Sofyan, F. A., Oktamarina, L., Muhtarom, M., Cindrya, E., ... & Susana, S. (2022). Pelatihan Membangun Kelekatan Antara Orang Tua Dan Anak Melalui Kegiatan Practical Life. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sabangka*, 1(03), 68-75.
- Safari, M., & Aryesha, V. (2021). Utilitas Pola Kelekatan Ibu-Anak Bagi Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Genta Mulia*, 12(2).
- Sari, S. L., Devianti, R., & Nur'aini, S. A. F. I. T. R. I. (2018). Kelekatan Orangtua Untuk Pembentukan Untuk Pembentukan Karakter Anak. *Educational Guidance And Counseling Development Journal*, 1(1), 16-31.
- Sholeha, F. Z., & Al Baqi, S. (2023). Pengaruh Keberadaan Anggota Keluarga Terhadap Pembentukan Identitas Gender Anak Usia Dini. *Wisdom: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 99-112.
- Suara.com. (2023, 21 November). Nikita Mirzani Keluarkan Lolly dari Kartu Keluarga, Dipastikan Tak Dapat Warisan. Diakses pada 21 November 2023, dari <https://www.suara.com/entertainment/2023/11/21/124648/nikita-mirzani-keluarkan-lolly-dari-kartu-keluarga-dipastikan-tak-dapat-warisan>
- Suara.com. (2024, 18 September). Klarifikasi Kabar Hamil, Lolly Malah Buka Aib Sendiri: Kalau Gak Ngapa-ngapain Kenapa Pakai Test Pack?. Diakses pada 18 September 2024, dari <https://www.suara.com/entertainment/2024/09/18/191500/klarifikasi-kabar-hamil-lolly-malah-buka-aib-sendiri-kalau-gak-ngapa-ngapain-kenapa-pakai-test-pack>
- Stevanus, K., & Macarau, V. V. V. (2021). Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Keluarga Terhadap Pembentukan Karakter Remaja Di Era 4.0. *Jurnal Dinamika Pendidikan*, 14(2), 117-130.
- Suryana, D., & Lina, R. (2021). Daycare Perkantoran Berbasis Attachment: Bahan Ajar Manajemen Pendidikan Anak Usia Dini.
- Zulfikri, A. (2023). Hubungan Antara Pola Attachment Orang Tua Dan Keinginan Untuk Melakukan Hubungan Seks Pranikah Pada Remaja: Analisis Peran Faktor-Faktor Psikologis Dan Konteks Keluarga. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 1(03), 153-163.