

Gaya Keterikatan dan Manajemen Konflik: Memprediksi Perilaku Destruktif dan Konstruktif dalam Hubungan Dekat

Aldinel Fikri^{1*}, Yassir Arafat², Istiana Tajuddin³

¹ Program Studi Psikologi, Universitas Indonesia Membangun, Bandung, Indonesia

^{2,3} Program Studi Psikologi, Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia

Email: aldinel.fikri@inaba.ac.id

Informasi Artikel

Lini masa Penerbitan Artikel:

Diterima: 01-11-2023

Direvisi: 29-01-2024

Disetujui: 12-02-2024

Tersedia secara online: Ya/Tidak

Kata Kunci:

Gaya keterikatan, strategi resolusi konflik, hubungan dekat.

Keyword:

Attachment style, conflict resolution strategies, close relationship



This is an open access article under the CC BY-SA license.

Copyright ©2024 by Author.

Published by Universitas Indonesia Membangun

Abstrak

Strategi pasangan dalam menangani dan menyelesaikan konflik secara efektif berperan penting dalam upaya untuk memelihara hubungan yang sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *attachment style* (*anxiety* dan *avoidance*) terhadap strategi penyelesaian konflik dalam hubungan dekat yang ditinjau berdasarkan 4 karakteristik penyelesaian konflik, yaitu *exit*, *neglect*, *voice*, dan *loyalty*. Sebanyak 352 individu berpartisipasi dalam penelitian ini, terdiri dari 227 wanita (64,4%) dan 125 pria (35,5%) berusia antara 17 hingga 52 tahun yang sedang menjalin hubungan dekat atau sudah menikah. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa *anxiety* dan *avoidance* memiliki peran yang variatif dalam memprediksi strategi penyelesaian konflik. Jenis kelamin juga memiliki efek prediktif secara khusus pada sub-dimensi *loyalty*. Sedangkan, status hubungan diketahui tidak memiliki implikasi yang signifikan terhadap masing-masing sub-dimensi yang terdapat ada variabel strategi penyelesaian konflik

Abstract

Effectively addressing and resolving conflicts in close relationships plays an important role in maintaining healthy relationships. This study aims to examine the influence of attachment styles (specifically anxiety and avoidance) on conflict resolution strategies in close relationships, assessed across four dimensions: exit, neglect, voice, and loyalty. A total of 352 individuals participated in the study, comprising 227 women (64.4%) and 125 men (35.5%) aged between 17 and 52 years, all of whom were either in a close romantic relationship or married. The multiple regression analysis indicate that anxiety and avoidance differentially predict various conflict resolution strategies. Additionally, gender was found to have a specific predictive effect on the loyalty sub-dimension, while relationship status did not show significant implications for any of the conflict resolution strategy sub-dimensions. These findings suggest nuanced interactions between attachment styles and conflict resolution strategies, with implications for understanding gender differences in relational dynamics.

1. Pendahuluan

Perasaan yang dipertukarkan antara pasangan, pengertian, dan komunikasi dapat membantu menghadirkan persatuan dan integritas dalam hubungan interpersonal. Hubungan dekat memainkan peran penting dalam kehidupan dan keberadaan manusia (Hicks, 2021; Siegel, 2020). Meskipun gagasan positif ini ada, kesalahpahaman, ketidakcocokan, dan konflik merupakan bagian yang tak terelakkan dari komunikasi (Burrell, Allen, Mae, & Preiss, 2014). Konflik dalam pasangan sering kali muncul dari tujuan yang berbeda yang mungkin tidak selalu disadari (Bradbury, Rogge, & Lawrence, 2016). Ketidaksepakatan dapat terjadi dalam bentrokan kepribadian, masalah keuangan, dinamika kekuasaan, kegiatan rekreasi, kehidupan beragama, interaksi sosial, dan pendekatan seksual (Igbo, Grace, & Christiana, 2015). Dampak dari ketidaksepakatan tersebut tidak hanya memengaruhi pasangan individu tetapi juga meluas ke masyarakat yang lebih luas. Cara pasangan menyelesaikan konflik menentukan apakah hubungan mereka

akan bertahan atau gagal (Graber, Laurenceau, Miga, Chango, & Coan, 2011; Igbo et al., 2015). Manajemen konflik yang tepat dapat menghasilkan pemahaman, keintiman, dan rasa hormat yang lebih besar, sehingga masalah dapat diatasi, solusi dapat ditemukan, dan kepuasan dalam hubungan dapat berkembang. Di sisi lain, konflik yang ditangani dengan buruk dapat menumbuhkan kebencian, permusuhan, dan bahkan perpisahan atau perceraian, terutama ketika pasangan tidak mau berkompromi atau memenuhi kebutuhan satu sama lain (Ben-Naim, Einav, Laslo-Roth, & Margalit, 2017).

Model EVLN Rusbult dan Zembrodt (1983) menguraikan dua dimensi utama—konstruktif-destruktif dan aktivitas-pasif—yang membentuk respons terhadap konflik dalam hubungan dekat. Empat strategi penyelesaian konflik muncul dari model ini: (a) Suara adalah pendekatan aktif dan konstruktif di mana pasangan secara terbuka membahas isu-isu untuk menyelesaikan konflik dan mempertahankan ikatan yang kuat. Mereka yang menggunakan strategi ini memprioritaskan komunikasi yang jelas dan mengeksplorasi berbagai opsi untuk menyelesaikan perselisihan. (b) Loyalitas adalah strategi pasif tetapi konstruktif yang melibatkan penantian masalah untuk diselesaikan sendiri. Pasangan yang menggunakan strategi ini percaya bahwa setelah konflik berakhir, hubungan akan kembali normal. (c) Keluar mengacu pada pendekatan aktif dan destruktif di mana konflik meningkat, sering kali melibatkan ancaman untuk mengakhiri hubungan dan perilaku negatif seperti menyalahkan, mengkritik, atau agresi verbal. (d) Pengabaian adalah pendekatan pasif dan destruktif yang ditandai dengan pelepasan dan kurangnya komitmen terhadap hubungan, di mana salah satu pasangan dapat menarik diri dan menghindari diskusi atau interaksi. Sejalan dengan konteks yang dibahas di atas, teori keterikatan menyediakan kerangka kerja untuk memahami perilaku penyelesaian konflik dalam hubungan. Menurut teori ini, interaksi awal dengan pengasuh membentuk model internal diri dan orang lain, yang pada gilirannya memengaruhi gaya keterikatan—baik aman atau tidak aman (Mikulincer & Shaver, 2012).

Individu yang memiliki keterikatan aman menyeimbangkan keintiman dengan otonomi, sementara individu yang memiliki keterikatan tidak aman mencari kedekatan yang berlebihan karena takut ditolak (keterikatan cemas) atau menghindari hubungan emosional dan memprioritaskan kemandirian (keterikatan menghindar). Individu yang cemas sering kali menunjukkan tekanan dan mencari kedekatan untuk mengatur emosi mereka, sementara individu yang menghindar cenderung menekan emosi mereka (Maas, Laan, & Vingerhoets, 2011; Nyklíček, Vingerhoets, & Zeelenberg, 2011). Teori keterikatan juga membantu menjelaskan bagaimana gaya keterikatan yang berbeda memengaruhi strategi penyelesaian konflik. Keterikatan yang tidak aman, khususnya pada individu yang cemas dan menghindar, dikaitkan dengan penggunaan strategi penyelesaian konflik yang destruktif (Fowler & Dillow, 2011; Mikulincer & Shaver, 2012). Individu yang memiliki keterikatan yang cemas sering kali terlibat dalam konflik karena kebutuhan akan kepastian dan mungkin menarik diri karena takut ditolak. Sebaliknya, individu yang menghindar lebih cenderung menghindari konflik, menarik diri secara emosional, dan menghindari penyelesaian masalah (Bonache, Gonzalez-Mendez, & Krahé, 2019; Fowler & Dillow, 2011). Dalam situasi konflik yang meningkat, individu yang menghindar mungkin menjadi lebih terlibat untuk menjauhkan diri dari pasangannya. Mereka yang memiliki gaya keterikatan yang cemas cenderung mengungkapkan kesusahan mereka secara terbuka dan dapat menimbulkan rasa bersalah pada pasangannya (Feeney & Fitzgerald, 2019; Mikulincer et al., 2012). Sebaliknya, individu yang menghindar sering kali menghindari menganalisis penyebab konflik dan menolak negosiasi atau komunikasi terbuka (Domingue & Mollen, 2009).

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa gaya keterikatan membentuk bagaimana individu menanggapi konflik. Individu yang cemas-ambivalen, misalnya, rentan terhadap emosi yang ekstrem, mencari kehangatan dalam hubungan tetapi juga memendam kebencian yang merusak keintiman (Feeney & Fitzgerald, 2019). Individu-individu ini cenderung bereaksi secara defensif dan mungkin menarik diri karena takut ditolak (Bonache et al., 2019; Dutton & White, 2012). Sebaliknya, individu yang menghindar, menjaga jarak emosional dan mungkin menanggapi konflik secara pasif, menunjukkan perilaku seperti pengabaian atau agresi pasif (Bonache et al., 2019; Feeney & Fitzgerald, 2019; Fowler & Dillow, 2011). Lebih jauh, perbedaan gender dalam gaya keterikatan dan strategi penyelesaian konflik juga telah diamati. Misalnya, wanita dengan gaya keterikatan yang sibuk (mirip dengan cemas-ambivalen) lebih cenderung menunjukkan kesetiaan dengan menunggu secara pasif keadaan membaik (Johnson, 2005; Yildiz, 2023). Pria dengan gaya keterikatan yang mengabaikan (mirip dengan menghindar) cenderung menggunakan strategi keluar, seperti mengancam akan meninggalkan hubungan (Civilotti, Dennis, Acquadro Maran, & Margola, 2021). Namun, Mandal dan Lip (2022) berpendapat bahwa pria juga dapat menggunakan strategi kesetiaan, menunggu secara pasif masalah terselesaikan karena pendekatan mereka yang lebih rasional dan dingin terhadap konflik. Sebagai kesimpulan, meskipun gaya keterikatan jelas memengaruhi strategi

penyelesaian konflik, temuan penelitian terkadang tidak konsisten, yang menunjukkan bahwa hubungan antara variabel-variabel ini masih belum sepenuhnya dipahami.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana gaya keterikatan yang tidak aman memprediksi strategi penyelesaian konflik yang konstruktif dan destruktif dalam hubungan dekat. Hipotesisnya adalah bahwa individu dengan tingkat penghindaran dan kecemasan yang tinggi lebih cenderung mengadopsi strategi penyelesaian konflik yang destruktif, seperti pengabaian dan keluar. Sebaliknya, tingkat kecemasan dan penghindaran yang lebih rendah diperkirakan terkait dengan penggunaan strategi suara yang konstruktif, sementara kecemasan yang lebih tinggi dan penghindaran yang lebih rendah dapat menjelaskan penggunaan strategi loyalitas, yang dianggap sebagai pendekatan yang kurang efektif tetapi tetap konstruktif.

2. Metode

2.1. Research Design

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk mengukur hubungan antara dua variabel atau lebih untuk memahami sejauh mana hubungan tersebut (Cohen, Cohen, West, & Aiken, 2013).

2.2. Participants

Penelitian ini melibatkan 352 partisipan, yang terdiri dari 227 perempuan (64,4%) dan 125 laki-laki (35,5%) berusia antara 17 dan 52 tahun, yang semuanya menjalin hubungan romantis atau menikah. Di antara partisipan, 263 (74,6%) telah menikah, sementara 89 (25,4%) menjalin hubungan dekat. Sampel penelitian dipilih menggunakan metode pengambilan sampel praktis, di mana partisipan yang paling mudah diakses dipilih untuk penelitian ini (Cohen, Manion, & Morrison, 2017). Data dikumpulkan di Makassa, Sulawesi Selatan, Indonesia.

2.3. Measurement and Procedure

Dua instrumen utama digunakan untuk mengukur konstruk psikologis yang relevan dalam penelitian ini. Yang pertama adalah skala Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R), yaitu skala tipe Likert 36-item dengan 7 poin yang dikembangkan oleh Fraley dan Shaver (2000) untuk menilai gaya keterikatan orang dewasa. ECR-R terdiri dari dua subdimensi yang mengukur keterikatan penghindaran dan kecemasan. Dalam penelitian sebelumnya, alpha Cronbach untuk subdimensi penghindaran adalah 0,90, dan untuk subdimensi kecemasan adalah 0,86. Sementara dalam penelitian ini, kedua subdimensi versi adaptasi ECR-R (Fikri, 2019), menghasilkan alpha Cronbach sebesar 0,82, yang menunjukkan reliabilitas yang baik. Analisis faktor konfirmatori (CFA) untuk ECR-R menunjukkan indeks kecocokan yang dapat diterima, dengan GFI sebesar 0,91, NNFI sebesar 0,91, CFI sebesar 0,90, dan RMR sebesar 0,088. Instrumen kedua adalah Instrumen Akomodasi Respons terhadap Ketidakpuasan dalam Hubungan Dekat (EVLN-Accommodation Instrument), yang dikembangkan oleh Rusbult, Verette, Whitney, Slovik, dan Lipkus (1991) untuk menilai bagaimana individu menanggapi masalah dalam hubungan dekat. Skala tipe Likert yang terdiri dari 16 item dan 8 poin ini mencakup empat subdimensi: keluar, mengabaikan, menyuarakan, dan kesetiaan. Skala ini diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Fikri (2021), dengan alfa Cronbach untuk setiap subdimensi berkisar antara 0,63 hingga 0,81, yang sebanding dengan rentang skala asli sebesar 0,53 hingga 0,80. Analisis faktor dengan rotasi Varimax mengonfirmasi bahwa item dikelompokkan menjadi empat faktor, konsisten dengan struktur asli (Shrestha, 2021), meskipun beberapa item dimuat ke faktor yang berbeda.

2.4. Statistical Analysis

Uji chi-square (χ^2) dilakukan untuk mengidentifikasi outlier yang dapat melanggar asumsi linearitas dan normalitas, tetapi tidak ditemukan satu pun. Nilai kurtosis dan skewness dianalisis untuk mengonfirmasi distribusi normal, dan keduanya berada dalam rentang yang dapat diterima yaitu ± 1 (Tabachnick, Fidell, & Ullman, 2013), seperti yang disajikan dalam Tabel 1. Untuk memprediksi signifikansi variabel independen (kecemasan, penghindaran, jenis kelamin, dan status perkawinan) terhadap variabel dependen (keluar, pengabaian, suara, dan loyalitas), analisis regresi berganda dilakukan menggunakan metode enter (Cohen, Cohen, West, & Aiken, 2013)

3. RESULTS

Hubungan di antara variabel-variabel awalnya dianalisis (lihat Tabel 1). Menurut temuan, kecemasan menunjukkan korelasi positif yang signifikan dengan penghindaran ($r = .41, p < .01$), keluar ($r = .45, p < .01$), dan pengabaian ($r = .45, p < .01$). Sebaliknya, kecemasan memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan suara ($r = -.23, p < .01$). Penghindaran berkorelasi positif dengan keluar ($r = .37, p < .01$) dan pengabaian ($r = .31, p < .01$). Selain itu, penghindaran menunjukkan korelasi negatif yang signifikan dengan

suara ($r = -.43, p < .01$) dan loyalitas ($r = -.21, p < .01$). Lebih jauh lagi, korelasi positif dan signifikan ditemukan antara keluar dan pengabaian ($r = .46, p < .01$).

Table 1. Correlations among the variables and descriptive statistics

Variable	1	2	3	4	5	6
1. Anxiety	-					
2. Avoidance	.41**	-				
3. Exit	.45**	.37**	-			
4. Neglect	.45**	.32**	.46**	-		
5. Voice	-.23**	-.44**	-.21**	-.18*	-	
6. Loyalty	-.18*	-.21**	-.15*	-.20*	.26**	-
Mean	3.15	2.87	2.95	2.77	3.35	3.4
SD	0.84	0.79	0.82	0.78	0.81	0.77

Note: * $p < .05$, ** $p < .01$

Uji multikolinearitas menggunakan faktor inflasi varians (VIF) menunjukkan tidak ada masalah yang terdeteksi, yang menunjukkan bahwa kumpulan data tersebut sesuai untuk analisis regresi. Analisis regresi berganda kemudian dilakukan untuk mengevaluasi peran prediktif kecemasan, penghindaran, jenis kelamin, dan status perkawinan pada variabel dependen keluar, pengabaian, suara, dan kesetiaan.

Table 2. Multiple regression analysis results for predicting exit

Predictor	Unstandardized		BCa 95% CI		Standardized		R^2	$F(5,486)$
	B	SE	Lower Limit	Upper Limit	β	t		
Anxiety	.30	.03	.07	.21	.30***	3.96	.29	37.31***
Avoidance	.15	.03	.04	.80	.15**	2.85		
Gender	.08	.47	-.11	.24	.83	1.27		
Marital Status	-.10	.63	-1.97	.01	-0.1	-1.9		

Note: Gender (M) = Male, Marital status (M) = Married, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Model yang memprediksi subdimensi keluar, seperti yang ditampilkan dalam Tabel 2, signifikan ($F(5,486) = 37,31, p < .001$). Kecemasan ($\beta = .30, p < .001$) dan penghindaran ($\beta = .15, p < .01$) secara signifikan memprediksi keluar. Namun, jenis kelamin ($\beta = .08, p > .05$) dan status perkawinan ($\beta = -.10, p > .05$) bukan merupakan prediktor yang signifikan. Model tersebut memperhitungkan 29% varians dalam perilaku keluar ($R^2 = .29$).

Table 2. Multiple regression analysis results for predicting neglect

Predictor	Unstandardized		BCa 95% CI		Standardized		R^2	$F(5,486)$
	B	SE	Lower Limit	Upper Limit	β	t		
Anxiety	.32	.02	.10	2.41	.32***	5.12	.31	37.81***
Avoidance	.08	.04	-.05	.11	.05	1.05		
Gender	-.07	.54	-1.33	.37	-.07	-1.22		
Marital Status	-.11	.73	-2.16	.07	-.11	-1.73		

Note: Gender (M) = Male, Marital status (M) = Married, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Lebih jauh lagi, model regresi untuk memprediksi pengabaian juga signifikan ($F(5,486) = 37,81, p < .001$), seperti yang ditunjukkan pada Tabel 3. Kecemasan ($\beta = .32, p < .001$) merupakan prediktor signifikan pengabaian. Akan tetapi, penghindaran ($\beta = .05, p > .05$), jenis kelamin ($\beta = -.07, p > .05$), dan status perkawinan ($\beta = -.11, p > .05$) tidak memprediksi pengabaian secara signifikan. Model tersebut menjelaskan 31% varians dalam perilaku pengabaian ($R^2 = .31$).

Table 4. Multiple regression analysis results for predicting voice

Predictor	Unstandardized		BCa 95% CI		Standardized		R^2	$F(5,486)$
	B	SE	Lower Limit	Upper Limit	β	t		
Anxiety	.03	.05	-.06	.08	.02	-0.9	.22	39.84***
Avoidance	-.35	.05	-.19	-.14	-.35***	-7.17		
Gender	-.05	.62	-1.22	.81	-.05	-0.47		

Marital Status	.86	.81	-.59	2.13	.08	1.16
----------------	-----	-----	------	------	-----	------

Note: Gender (M) = Male, Marital status (M) = Married, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Untuk subdimensi suara, modelnya kembali signifikan ($F(5,486) = 39,84$, $p < .001$), seperti yang ditunjukkan pada Tabel 4. Penghindaran ($\beta = -.35$, $p < .001$) ditemukan sebagai prediktor signifikan, sementara kecemasan ($\beta = -.02$, $p > .05$), jenis kelamin ($\beta = -.05$, $p > .05$), dan status perkawinan ($\beta = .08$, $p > .05$) tidak signifikan. Model ini menjelaskan 22% varians dalam subdimensi suara ($R^2 = .22$).

Table 5. Multiple regression analysis results for predicting loyalty

Predictor	Unstandardized		BCa 95% CI		Standardized		R^2	$F(5,486)$
	B	SE	Lower Limit	Upper Limit	β	t		
Anxiety	.09	.05	-.07	.12	.21***	-3.27	.14	15.34***
Avoidance	-.10	.05	-.14	-.07	-.25***	-4.06		
Gender	2.57	.54	1.83	.28	.27	-5.75		
Marital Status	-.65	.75	-.81	-.09	.07	.92		

Note: Gender (M) = Male, Marital status (M) = Married, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Seperti yang ditampilkan dalam Tabel 5, model yang memprediksi loyalitas signifikan ($F(5,486) = 15,34$, $p < .001$). Kecemasan ($\beta = .21$, $p < .001$), penghindaran ($\beta = -.25$, $p < .001$), dan jenis kelamin ($\beta = .27$, $p < .001$) merupakan prediktor signifikan loyalitas. Status perkawinan ($\beta = -.07$, $p > .05$) tidak memprediksi loyalitas secara signifikan. Model ini menjelaskan 14% varians dalam perilaku loyalitas ($R^2 = .14$).

4. DISCUSSION

Temuan terkini menunjukkan bahwa kecemasan berkorelasi positif dengan penggunaan strategi keluar dan mengabaikan serta berkorelasi negatif dengan strategi suara, sementara hubungannya dengan loyalitas tidak signifikan. Namun, hasil dari analisis regresi berganda menunjukkan bahwa kecemasan secara positif memprediksi keluar, mengabaikan, dan loyalitas, meskipun tidak secara signifikan memprediksi suara. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan gaya keterikatan cemas biasanya mengelola konflik dengan menunjukkan intensitas emosional dan keasyikan yang berlebihan dengan rasa tidak aman mereka (Creasey, 2002; Pietromonaco, Greenwood, & Barrett, 2004; Somohano, 2013). Individu-individu ini cenderung memberikan tekanan substansial pada pasangan mereka, mendominasi proses penyelesaian konflik (Corcoran & Mallinckrodt, 2000), dan menunjukkan permusuhan yang meningkat (Muris, Meesters, Morren, & Moorman, 2004). Selain itu, mereka sering menggunakan taktik komunikasi yang menimbulkan rasa bersalah dengan pasangan mereka (Feeney & Fitzgerald, 2019). Akibatnya, individu dengan keterikatan cemas cenderung bersikap defensif dalam konflik, khususnya melalui penggunaan strategi keluar. Penelitian sebelumnya mendukung temuan ini, yang menyoroti kecenderungan mereka untuk merespons konflik relasional secara impulsif (Johnson, 2005; Crowley, 2010). Mengingat emosi mereka yang berfluktuasi—yang dicirikan oleh kerinduan akan kedekatan dan ketakutan akan ditinggalkan secara bersamaan—mereka yang memiliki keterikatan cemas sering kali cenderung bersikap aktif namun destruktif dalam menanggapi konflik (Bonache et al., 2019).

Meskipun seseorang mungkin berharap individu yang cemas akan menghindari penggunaan strategi pengabaian, yang biasanya dilihat sebagai bentuk penarikan diri emosional, ketidakstabilan emosional dan sifat mereka yang menuntut tidak menghalangi mereka untuk memanfaatkannya. Penelitian telah menunjukkan bahwa individu yang memiliki tingkat kecemasan tinggi juga dapat terlibat dalam pengabaian sebagai strategi konflik, yang didorong oleh hipersensitivitas mereka terhadap penolakan (Crowley, 2010; Johnson, 2005). Perilaku ini mungkin berasal dari rasa takut mereka yang meningkat akan ditinggalkan oleh pasangan mereka (Bonache et al., 2017). Meskipun gaya keterikatan yang tidak aman secara umum dianggap berhubungan negatif dengan strategi resolusi konflik yang konstruktif (Crowley, 2010; Watson-Currie, 2004), penelitian ini menemukan hubungan positif antara kecemasan dan subdimensi loyalitas. Hal ini sejalan dengan pengamatan Dougall (1998) bahwa individu dengan gaya keterikatan yang sibuk—yang terkait erat dengan keterikatan yang cemas—cenderung tetap loyal terhadap hubungan mereka sambil secara pasif menunggu perbaikan. Fenomena ini dapat dijelaskan lebih lanjut oleh penelitian yang menunjukkan bahwa individu yang cemas sering kali menunjukkan sifat bergantung dan tuntutan emosional yang meningkat, sering kali mengalami perasaan sakit hati atau bersalah baik selama maupun setelah konflik (MacDougall, 2003; Simpson et al., 1996). Mengingat bahwa strategi suara bersifat konstruktif dan aktif, penelitian sebelumnya telah menekankan bahwa keterikatan

yang cemas biasanya merupakan prediktor negatif dari penggunaannya (Crowley, 2010; Gaines et al., 1997). Namun, dalam penelitian ini, kecemasan tidak secara signifikan memprediksi penggunaan suara. Konsisten dengan ini, Johnson (2005) menemukan bahwa individu yang sangat cemas cenderung tidak menggunakan strategi suara selama konflik, dengan menyatakan bahwa individu dengan gaya keterikatan penghindar mengalami kesulitan yang lebih besar dalam mempertahankan komunikasi terbuka selama perselisihan relasional.

Penghindaran berkorelasi positif dengan keluar dan pengabaian dan berkorelasi negatif dengan loyalitas dan suara. Analisis regresi mengungkapkan bahwa penghindaran secara positif memprediksi penggunaan keluar sementara secara negatif memprediksi suara dan loyalitas. Anehnya, penghindaran tidak secara signifikan memprediksi pengabaian dalam penelitian ini. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa individu dengan keterikatan penghindaran cenderung menggunakan pengabaian sebagai strategi penarikan, secara pasif menolak keintiman untuk menjaga jarak emosional (Bonache et al., 2019; Crowley, 2010; Feeney et al., 2017; Fowler et al., 2011; Gaines et al., 2000; Johnson, 2005; Watson-Currie, 2004). Meskipun hasil regresi untuk pengabaian tidak signifikan secara statistik dalam penelitian saat ini, literatur sebelumnya menunjukkan hubungan positif antara penghindaran dan pengabaian, yang menunjukkan bahwa penghindaran dapat memberikan pengaruh tidak langsung pada pengabaian melalui kecemasan. Temuan bahwa penghindaran merupakan prediktor positif untuk keluar dari konflik konsisten dengan penelitian sebelumnya (Crowley, 2010; Gaines et al., 1997; Johnson, 2005; Watson-Currie, 2004), yang menunjukkan bahwa individu dengan keterikatan penghindaran menggunakan strategi keluar untuk menjauhkan diri secara emosional dari pasangan mereka saat konflik meningkat (Mikulincer et al., 2012). Konsisten dengan penelitian sebelumnya (Crowley, 2010; Gaines et al., 2000; Watson-Currie, 2004), penelitian ini menyimpulkan bahwa penghindaran secara negatif memprediksi strategi resolusi konflik yang konstruktif, khususnya suara dan kesetiaan. Hal ini tidak mengejutkan mengingat bahwa individu yang penghindar biasanya menghindari keintiman relasional (Gaines et al., 2000).

Korelasi positif antara kecemasan, penghindaran, keluar dari konflik, dan pengabaian menunjukkan bahwa individu dengan gaya keterikatan yang tidak aman lebih cenderung menyukai strategi resolusi konflik yang destruktif daripada yang konstruktif. Temuan ini sejalan dengan Yildiz, B. (2023) *trattachment, growth fear, dan resolusi konflik dalam hubungan dekat. International Journal of Psychology and Educational Studies*, 10(2), 453-462. Kesimpulan Hayran (2020) bahwa individu yang mengalami ketakutan yang meningkat akan ditinggalkan sering kali mengembangkan "skema keputusan hubungan," yang dicirikan oleh keyakinan bahwa mereka tidak layak dicintai dan berisiko ditolak oleh orang-orang terdekat (Arntz & Jacob, 2019). Individu-individu ini, yang sering kali memandang diri mereka sendiri sebagai orang yang cacat, tidak berharga, dan tidak layak dicintai, cenderung mengalami hasil negatif dalam hubungan romantis dan menghadapi tantangan dalam mempertahankan dinamika relasional yang sehat (Çağlayan & Körük, 2022).

Korelasi positif antara kecemasan, penghindaran, keluar, dan pengabaian menunjukkan bahwa individu dengan gaya keterikatan tidak aman lebih cenderung menyukai strategi penyelesaian konflik yang destruktif daripada yang konstruktif. Temuan ini sejalan dengan Yildiz, B. (2023) *trattachment, growth fear, dan penyelesaian konflik dalam hubungan dekat. International Journal of Psychology and Educational Studies*, 10(2), 453-462. Kesimpulan Hayran (2020) bahwa individu yang mengalami ketakutan yang meningkat akan pengabaian sering kali mengembangkan "skema keputusan hubungan," yang dicirikan oleh keyakinan bahwa mereka tidak layak dicintai dan berisiko ditolak oleh orang penting lainnya (Arntz & Jacob, 2019). Individu-individu ini, yang sering kali memandang diri mereka sendiri sebagai orang yang cacat, tidak berharga, dan tidak layak dicintai, cenderung mengalami hasil negatif dalam hubungan romantis dan menghadapi tantangan dalam mempertahankan dinamika relasional yang sehat (Çağlayan & Körük, 2022).

Mengenai gender, penelitian ini menemukan bahwa penelitian ini hanya memprediksi sub dimensi loyalitas, dengan pria lebih cenderung menggunakan strategi loyalitas selama konflik. Temuan ini mungkin tampak berlawanan dengan intuisi, karena wanita secara umum dianggap lebih cenderung menunggu secara pasif perbaikan relasional, sebuah gagasan yang didukung Namun, konsisten dengan hasil studi ini, Mandal et al. (2022) menemukan bahwa pria lebih cenderung mengadopsi strategi loyalitas, yang menunjukkan bahwa wanita lebih cenderung terlibat dalam argumentasi emosional dan respons emosional yang meningkat selama interaksi yang penuh tekanan, sementara pria cenderung tetap lebih tenang dan lebih rasional. Oleh karena itu, kecenderungan pria untuk secara pasif menunggu penyelesaian konflik dapat mencerminkan perbedaan gender yang mendasari dalam regulasi emosional. Akhirnya, status perkawinan tidak secara signifikan memprediksi salah satu sub dimensi penyelesaian konflik.

Namun demikian, penghindaran dan kecemasan berkorelasi positif dengan status lajang, yang menunjukkan bahwa tidak menikah mungkin secara tidak langsung dikaitkan dengan respons konflik yang destruktif. Mandal et al. (2022) berpendapat bahwa pernikahan memberi individu rasa stabilitas, keamanan, dan ketahanan yang lebih besar dibandingkan dengan hubungan yang kurang formal, yang dapat menjelaskan hubungan ini.

5. LIMITATION AND RECOMMENDATION

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, cakupan konsep yang dieksplorasi dalam penelitian ini terbatas pada ukuran laporan diri yang digunakan, yang dapat menimbulkan bias karena mengandalkan data yang dilaporkan sendiri. Kedua, penggunaan desain cross-sectional membatasi kemampuan untuk menetapkan hubungan sebab-akibat antara variabel. Penelitian di masa mendatang dapat mengatasi keterbatasan ini dengan menggunakan desain eksperimental atau longitudinal untuk memeriksa dinamika antara variabel dari waktu ke waktu. Penelitian metode campuran, yang menggabungkan pendekatan kuantitatif dan kualitatif, juga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang hubungan ini. Selain itu, penelitian ini hanya menggunakan bentuk respons individu dari skala resolusi konflik; penelitian di masa mendatang dapat menghasilkan temuan yang lebih kuat dengan menggabungkan bentuk respons pasangan. Lebih jauh lagi, melakukan penelitian yang mencakup perspektif kedua pasangan dapat meningkatkan validitas dan kedalaman temuan.

6. Reference

- Ben-Naim, S., Einav, M., Laslo-Roth, R., & Margalit, M. (2017). Hope in the family: individual differences in parenting stress, personal resources and coping. *INDIVIDUAL DIFFERENCES, ROLE IN RECOVERY AND IMPACT ON EMOTIONAL HEALTH*, 19.
- Bonache, H., Gonzalez-Mendez, R., & Krahé, B. (2017). Romantic attachment, conflict resolution styles, and teen dating violence victimization. *Journal of youth and adolescence*, 46, 1905-1917.
- Bonache, H., Gonzalez-Mendez, R., & Krahé, B. (2019). Adult attachment styles, destructive conflict resolution, and the experience of intimate partner violence. *Journal of interpersonal violence*, 34(2), 287-309.
- Bradbury, T., Rogge, R., & Lawrence, E. (2016). Reconsidering the role of conflict in marriage. In *Couples in conflict* (pp. 59-81). Routledge.
- Burrell, N., Allen, M., Mae, B., & Preiss, R. (2014). *Managing interpersonal conflict*. New York: Routledge.
- Çaglayan, Z., & Körük, S. (2022). The Predictive Role of Self-Esteem, Attachment Styles, and Family of Origin Functions in Explaining Conflict Resolution in Romantic Relationships. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 9(3), 557-568.
- Civilotti, C., Dennis, J. L., Acquadro Maran, D., & Margola, D. (2021). When love just ends: An investigation of the relationship between dysfunctional behaviors, attachment styles, gender, and education shortly after a relationship dissolution. *Frontiers in psychology*, 12, 662237.
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2013). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences*. Routledge.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2017). Mixed methods research. In *Research methods in education* (pp. 31-50). Routledge.
- Corcoran, K. O. C., & Mallinckrodt, B. (2000). Adult attachment, self-efficacy, perspective taking, and conflict resolution. *Journal of Counseling & Development*, 78(4), 473-483.
- Creasey, G. (2002). Associations between working models of attachment and conflict management behavior in romantic couples. *Journal of counseling Psychology*, 49(3), 365.
- Crowley, A. K. (2010). *The relationship of adult attachment style and interactive conflict styles to marital satisfaction* (Doctoral dissertation, Texas A & M University).
- Domingue, R., & Mollen, D. (2009). Attachment and conflict communication in adult romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(5), 678-696.
- Dutton, D. G., & White, K. R. (2012). Attachment insecurity and intimate partner violence. *Aggression and violent behavior*, 17(5), 475-481.
- Feeney, J., & Fitzgerald, J. (2019). Attachment, conflict and relationship quality: Laboratory-based and clinical insights. *Current opinion in psychology*, 25, 127-131.
- Fowler, C., & Dillow, M. R. (2011). Attachment dimensions and the four horsemen of the apocalypse. *Communication Research Reports*, 28(1), 16-26.

- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of general psychology, 4*(2), 132-154.
- Graber, E. C., Laurenceau, J. P., Miga, E., Chango, J., & Coan, J. (2011). Conflict and love: predicting newlywed marital outcomes from two interaction contexts. *Journal of Family Psychology, 25*(4), 541.
- Hicks, D. (2021). *Dignity: Its essential role in resolving conflict*. Yale University Press.
- Igbo, H. I., Grace, A. R., & Christiana, E. O. (2015). Relationship between duration of marriage, personality trait, gender and conflict resolution strategies of spouses. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 190*, 490-496.
- Johnson, K. (2005). Examining the relationship satisfaction of mothers returning to work or study: The impact of attachment, commitment and conflict. Available from: *researchbank.swinburne.edu.au*.
- Loureto, G. D. L., Gouveia, V. V., da Fonsêca, P. N., Gonçalves, M. P., dos Santos, W. S., Monteiro, R. P., & Freires, L. A. (2022). Predicting Responses to Conflicts in Romantic Relationships from Life History Strategies, Psychopathy, and Values. *Evolutionary Psychological Science, 8*(1), 10-19.
- Maas, J., Laan, A., & Vingerhoets, A. (2010). Attachment, emotion regulation and adult crying. In *Emotion regulation and well-being* (pp. 181-195). New York, NY: Springer New York.
- Mandal, E., & Lip, M. (2022). Mindfulness, relationship quality, and conflict resolution strategies used by partners in close relationships. *Current Issues in Personality Psychology, 10*(2), 135-146.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). Attachment theory expanded. In *The Oxford handbook of personality and social psychology* (p. 467). Oxford University Press.
- Muris, P., Meesters, C., Morren, M., & Moorman, L. (2004). Anger and hostility in adolescents: Relationships with self-reported attachment style and perceived parental rearing styles. *Journal of Psychosomatic Research, 57*(3), 257-264.
- Nyklíček, I., Vingerhoets, A. D., & Zeelenberg, M. (2011). *Emotion regulation and well-being: A view from different angles* (pp. 1-9). Springer New York.
- Pietromonaco, P. R., Greenwood, D., & Barrett, L. F. (2004). Conflict in adult close relationships: An attachment perspective. *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications, 267-299*.
- Rusbult, C. E., & Zembrodt, I. M. (1983). Responses to dissatisfaction in romantic involvements: A multidimensional scaling analysis. *Journal of experimental social psychology, 19*(3), 274-293.
- Rusbult, C. E., Verette, J., Whitney, G. A., Slovik, L. F., & Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: Theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and social Psychology, 60*(1), 53.
- Shrestha, N. (2021). Factor analysis as a tool for survey analysis. *American journal of Applied Mathematics and statistics, 9*(1), 4-11.
- Siegel, D. J. (2020). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are*. Guilford Publications.
- Somohano, V. C. (2013). Mindfulness, attachment style and conflict resolution behaviors in romantic relationships.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2013). *Using multivariate statistics* (Vol. 6, pp. 497-516). Boston, MA: pearson.
- Watson-Currie, E. (2004). *Attachment, accommodation, and the outcomes of romantic relationships*. University of Southern California.
- Yildiz, B. (2023). Attachment, growth fear and conflict resolution in close relationships. *International Journal of Psychology and Educational Studies, 10*(2), 453-462.