

## PROSES PEMBENTUKAN KELEKATAN PADA BAYI

Dwi Hardiyanti

Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, IKIP Veteran Semarang  
dwiardiyanti@gmail.com

Diterima: April 2017. Disetujui: Mei 2017. Dipublikasikan: Juli 2017

### ABSTRAK

Kelekatan merupakan sebuah ikatan emosional antara anak dan orang tuanya yang terjalin sejak dini. Kelekatan ini bukan hanya sebatas ikatan emosional melainkan juga dasar bagi perkembangan sosial emosi anak ke depannya. Anak membangun kelekatan ini dengan figur lekatnya yang dapat saja berupa ibu, ayah, pengasuh atau anggota keluarga lainnya. Kelekatan pasti terbentuk pada anak, hanya ada anak yang mengembangkan bentuk kelekatan aman sedangkan yang lainnya mengembangkan bentuk kelekatan yang tidak aman. Kelekatan yang aman akan membawa dampak positif bagi perkembangan anak sedangkan kelekatan yang tidak aman akan membawa dampak negatif bagi perkembangan anak. Dampak negatif ini dapat berupa permasalahan perilaku, sosial atau emosi yang akan sulit tertangani karena letak permasalahannya ada pada hubungan orang tua dan anak yang tidak berjalan harmonis. Dampak positif yang muncul pada anak dengan kelekatan yang aman adalah anak akan menjadi individu yang mandiri, berani dan percaya diri walaupun berada di lingkungan baru serta kemampuan adaptasinya baik yang akan membuat anak ini menjadi individu yang menyenangkan. Kesimpulannya adalah sangat penting membentuk kelekatan yang aman pada anak agar perkembangan sosial emosionalnya menjadi lebih optimal.

**Kata kunci:** Kelekatan, sosial, emosional.

### PENDAHULUAN

Anak adalah bentuk karunia terbesar bagi orang tua dan keluarga. Beberapa anak diberkahi dengan orang tua yang dapat membimbing dan menyayangi mereka. Namun, ada pula beberapa anak yang merasa tidak dekat dengan orang tuanya atau merasa bahwa orang tuanya adalah musuhnya. Lalu, bagaimana mungkin perasaan bermusuhan pada orang tuanya itu dapat muncul pada diri anak? Alasan yang biasanya muncul adalah karena anak tersebut tidak merasa ada kedekatan dengan orang tuanya. Alasan ini kemudian mengarahkan pada pertanyaan lain, bagaimana prosesnya sampai seorang anak dapat merasa tidak dekat dengan orang tuanya? Fenomena ini di dalam kajian psikologi perkembangan terkait dengan konsep kelekatan atau *attachment*.

Kelekatan sendiri pada dasarnya adalah sebuah ikatan emosional yang terjalin antar individu, biasanya diwujudkan dalam bentuk hubungan orang tua dan anak. Carruth (2006) mendefinisikan *attachment* sebagai suatu ikatan emosional yang melibatkan keinginan untuk mencari dan mempertahankan kedekatan dengan orang tertentu terutama dalam situasi sulit, sebuah lingkungan yang menyediakan rasa aman, perlindungan, dan keselamatan bagi individu. Menurut Wilson dalam Carruth (2006) mendefinisikan *attachment* sebagai sebuah ikatan yang kuat dan berlangsung lama yang secara biologis berasal dari fungsi untuk melindungi dari bahaya. Definisi yang

diajukan oleh Wilson ini membatasi proses pembentukan kelekatan pada individu yang memiliki hubungan biologis atau dengan kata lain hubungan antara orang tua kandung dan anak kandung. Kelekatan bukanlah ikatan yang terjadi secara alamiah, ada serangkaian proses yang harus dilalui untuk membentuk kelekatan tersebut.

Teori tentang kelekatan sendiri paling banyak dibahas oleh Bowlby di tahun 1969. John Bowlby mengembangkan konsep *attachment* melalui observasi cara bayi dan anak kecil hingga usia dua tahun berinteraksi dengan ibunya (Bowlby, 1969, 1982; Ainsworth, 1978 dalam Cassidy & Phillips, 2002). Ainsworth (dalam Belsky & Nezworski, 1988) menjelaskan bahwa hubungan kelekatan terbentuk dari pengalaman bayi dengan pengasuh ditahun-tahun pertama kehidupannya. Kepekaan ibu atau pengasuh dalam memberikan respons atas sinyal yang diberikan bayi, sesegera mungkin atau menunda, respons yang diberikan tepat atau tidak itulah yang menjadi faktor penting dalam proses pembentukan kelekatan pada anak.

Sebagian besar anak telah membentuk kelekatan dengan pengasuh utama (*primary care giver*) pada usia sekitar delapan bulan dengan proporsi 50% pada ibu, 33% pada ayah dan sisanya pada orang lain Sutcliffe (2002). Hubungan anak dengan orang tua adalah sumber dari pemenuhan kebutuhan emosional dan kognitif bagi anak. Hubungan yang sehat antara orang tua dan anak memberi kesempatan bagi anak untuk mengeksplorasi lingkungan maupun kehidupan sosial. Hubungan anak pada masa-masa awal dapat menjadi model dalam hubungan-hubungan selanjutnya. Contohnya, hubungan yang akan dibentuk anak dengan teman sebayanya, dengan gurunya, dengan lingkungan sosialnya atau dengan lawan jenisnya.

Menurut Sutcliffe (2002) hubungan awal yang tercipta antara orang tua dan anak ini dimulai sejak anak terlahir ke dunia, bahkan sebetulnya sudah dimulai sejak janin berada dalam kandungan. Klaus dan Kennel dalam Bee (1981) menyatakan bahwa masa kritis seorang bayi adalah 12 jam pertama setelah dilahirkan. Masa kritis ini bukanlah masa yang merujuk pada kondisi medis saja tetapi juga merujuk pada kondisi psikologis bayi tersebut. Oleh karena itu, sangatlah penting bagi orang tua untuk membentuk kelekatan melalui pembentukan hubungan emosional dengan anak yang dimulai dengan melakukan kontak fisik dengan anak selama 12 jam pertama tersebut.

Menurut Bowlby (1969) kondisi yang dapat menimbulkan kelekatan pada bayi dapat diuraikan sebagai berikut (1) pengasuh bayi, termasuk pada siapa dan bagaimana pengasuhan dilakukan. Orang yang paling banyak mengasuh bayi adalah orang yang paling sering berhubungan dengan bayi dengan maksud mendidik dan membesarkan bayi. Hal ini menyangkut kualitas hubungan antara pengasuh dan bayi, di samping itu pengasuh bayi harus tetap dan berhubungan dengan bayi secara berkesinambungan; (2) komposisi keluarga, anak mempunyai kemungkinan untuk memilih salah satu dari orang-orang yang ada dalam keluarga sebagai figur lekatnya. Ibu biasanya menduduki peringkat pertama figur lekat utama anak. Hal ini dapat dipahami karena ibu biasanya lebih banyak berinteraksi dengan anak dan berfungsi sebagai orang yang memenuhi kebutuhannya serta memberikan rasa nyaman, tetapi dalam hal ini kuantitas waktu bukanlah faktor utama terjadinya kelekatan. Kualitas hubungan menjadi hal yang lebih dipentingkan. Kualitas hubungan ibu dan anak jauh lebih penting daripada lamanya mereka berinteraksi karena dengan mengetahui lamanya anak berinteraksi belum tentu diketahui tentang apa yang dilakukan selama interaksi. Hal ini dibuktikan oleh Schaffer dan Emerson (dalam Hetherington dan Parke, 1999; Durkin, 1995) yang menemukan bahwa bayi memilih ayah dan orang dewasa lainnya sebagai figur lekat, padahal bayi menghabiskan waktu lebih banyak bersama ibu.

Menurut Bowlby (1969), perkembangan kelekatan terhadap figur tertentu merupakan hasil proses yang bekerja dalam diri anak, yaitu: 1) kecenderungan anak untuk melakukan orientasi, melihat dan mendengarkan suatu kelompok stimuli tertentu dan sejumlah stimuli yang lain. Hal ini memungkinkan bayi yang masih sangat muda menaruh perhatian khusus pada orang yang merawatnya (sebagai suatu stimuli); (2) kegiatan belajar memungkinkan bayi belajar tentang atribut persepsual dari orang yang memberikan perhatian kepadanya dan membedakan orang tersebut dari orang-orang di sekitarnya; (3) bayi mempunyai kecenderungan untuk mendekati orang yang sudah dikenalnya dan telah dibedakan dari orang lain.

Berdasarkan uraian-uraian di atas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan figur lekat adalah individu-individu yang dapat memenuhi kebutuhan bayi baik itu kebutuhan fisik maupun kebutuhan psikologisnya berupa terpenuhinya rasa aman dan nyaman serta kepastian. Figur lekat biasanya adalah orang yang mengasuh bayi, namun pengasuh yang hanya memenuhi kebutuhan fisik tetapi tidak responsif terhadap keinginan dan tingkah laku lekat bayi tidak akan dipilih menjadi figur lekat.

Kelekatan sendiri dapat dibedakan menjadi dua bentuk yaitu kelekatan yang aman atau *secure attachment* dan kelekatan yang tidak aman atau *insecure attachment*. Aman atau tidaknya bentuk kelekatan ini terkait dengan figur pemberi kelekatan atau biasa disebut dengan figur lekat. Figur lekat sendiri seperti yang dijabarkan sebelumnya didominasi oleh ibu, ayah barulah figur lainnya seperti pengasuh atau anggota keluarga yang lain (Sutcliffe, 2002). Jika figur pemberi kelekatan responsif terhadap kebutuhan bayi, maka bayi tersebut akan membentuk kelekatan aman. Namun, jika yang terjadi sebaliknya maka bayi tersebut akan membentuk kelekatan yang tidak aman.

Dampak dari bentuk kelekatan yang aman adalah anak akan memiliki percaya diri dalam mengeksplorasi lingkungannya, tidak mudah merasa khawatir di lingkungan baru dan juga memiliki kemampuan adaptasi yang baik. Anak dengan kelekatan yang tidak aman akan menunjukkan sifat yang sebaliknya yaitu kurang atau tidak percaya diri, merasa takut di lingkungan baru serta kemampuan adaptasinya tidak terlalu baik. Contoh dampak dari kelekatan yang tidak aman adalah anak yang selalu minta ditunggu oleh ibu atau pengasuhnya walaupun sudah bersekolah lebih dari satu semester di PAUD. Contoh lainnya adalah bayi yang gampang menangis dan rewel saat diasuh selain oleh figur lekatnya, atau bayi yang tidak mau lepas dari gendongan figur lekatnya juga dapat diasumsikan sebagai tanda bahwa bayi tersebut sedang mengembangkan bentuk kelekatan yang tidak aman.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Santrock (2002) bentuk kelekatan yang tidak aman ini di kemudian hari dapat mengarah pada permasalahan perilaku pada anak yang disebut dengan gangguan kelekatan (*attachment disorder*). Bentuk permasalahan lainnya adalah pembentukan sikap, perilaku, kepribadian, keterampilan sosial dan emosional yang tidak sehat. Penulis akan berusaha menjelaskan tentang bentuk kelekatan sebagai berikut:

### **Kelekatan Aman (*Secure Attachment*)**

Ainsworth, Blehar, Waters dan Wall (1978 dalam Cassidy & Phillips, 2002) mendefinisikan *secure attachment* sebagai suatu keadaan dimana tidak adanya masalah dalam perhatian dan ketersediaan pengasuh. *Secure attachment* membantu bayi dalam mengeksplorasi dunia dan memperluas pengetahuannya akan lingkungan, karena dengan mengajarkan bayi bahwa ketika proses eksplorasi tidak berjalan terlalu baik maka bayi dapat mengandalkan pengasuhnya untuk menghilangkan rasa takutnya. Bayi

dengan *secure attachment* percaya akan adanya ketersediaan pengasuh yang sensitif dan responsif dan sebagai hasilnya bayi akan berani berinteraksi dengan dunianya. Bayi yang diklasifikasikan dapat menjadikan pengasuhnya sebagai *secure base* dalam bereksplorasi. Bayi yang *secure* bersikap ramah kepada orang asing dan dapat juga merasa nyaman dengan orang asing selama masa perpisahan tetapi tetap saja terdapat suatu keinginan akan kenyamanan dari pengasuhnya yang lebih jelas. Ketika pada masa bertemu kembali dengan pengasuhnya, bayi yang *secure* akan mencari kontak dengan pengasuhnya dan mempertahankan kontak selama dibutuhkan (Bowlby dalam Cassidy & Phillips, 2002). Sebagian bayi *secure* cukup responsif pada kembalinya pengasuh, akan menyambut dengan senyum, mengeluarkan suara-suara dan memulai suatu interaksi. *Secure attachment* akan terbentuk apabila anak mendapatkan perlakuan yang hangat, konsisten dan responsif dari pengasuh. Kepribadian anak yang *secure* ketika dewasa akan lebih mudah untuk mengungkapkan kekurangan-kekurangan dirinya.

### **Kelekatan Tidak Aman (*Insecure Attachment*)**

Bayi yang mengalami *insecure attachment* tidak mengalami kenyamanan dari pengasuh yang konsisten ketika merasakan adanya ancaman. Keinginan akan perhatian tidak diatasi dengan adanya perhatian yang konsisten (Ainsworth, 1978; Bowlby, 1969 dalam Cassidy & Phillips, 2002). Dampak dari *insecure attachment* adalah bayi yang menjadi pencemas, rasa takut akan tidak adanya respons, atau respons yang tidak efektif ketika dibutuhkan. Mereka juga dapat menjadi marah pada pengasuhnya karena kurangnya respons kepada mereka. Bowlby (1973 dalam Cassidy & Phillips, 2002) memperkirakan bahwa kemungkinan reaksi tersebut sengaja dilakukan untuk mendorong agar perilaku pengasuh menjadi lebih responsif. *Attachment* yang dialami oleh seseorang di masa kecilnya akan berpengaruh kepada kepribadian di masa dewasanya. Kepribadian yang *insecure* di masa depannya akan tidak mudah untuk mengungkapkan kekurangan-kekurangan dalam dirinya. Anak-anak yang *insecure* juga akan lebih mengingat memori-memori yang tidak menyenangkan di masa kecilnya (Belsky, Spritz dan Chnric, 1996 dalam Cassidy & Phillips, 2002).

Menurut Main & Solomon dalam Cassidy & Phillips (2002) terdapat tiga bentuk *attachment* yang tergolong juga dalam *insecure attachment* sebagai berikut: (1) *Avoidant*, bayi yang tergolong *avoidant* dengan pengasuhnya biasanya terfokus pada mainan ketika sedang ada pengasuh. Bayi cenderung untuk tidak menunjukkan rasa berbagi yang efektif seperti tersenyum atau menunjukkan mainan pada pengasuh, meskipun bayi terkadang membutuhkan pengasuh hanya sebagai bantuan dalam alat-alat bermain (Parkes, Hinde, Marris, 1991). Selama masa perpisahan, bayi cenderung tidak menjadi sedih meskipun kesedihan akan muncul ketika bayi sendiri. Bayi yang mengembangkan *avoidant insecure style* akan memperlakukan orang asing sama seperti memperlakukan pengasuhnya atau pada beberapa kasus, bayi justru menjadi lebih responsif pada orang asing. Ketika bayi bertemu kembali dengan figur lekatnya bayi yang *avoidant* menunjukkan tanda-tanda sikap acuh, tidak melihat figur lekat atau melewati pengasuh tanpa ada usaha untuk mempertahankan kontak; (2) *Ambivalent*, Hubungan *ambivalent* akan terbentuk apabila figur lekat tidak mempertahankan konsistensi antara bersikap baik dan meninggalkan bayi. Bayi yang dibesarkan dalam hubungan *ambivalent* menjadi terokupasi dengan keberadaan ibunya dan tidak dapat mengeksplorasi lingkungannya secara bebas dan menganggap figur lekatnya sebagai tempat yang aman. Bayi akan mencari kedekatan dengan figur lekatnya bahkan sebelum terjadi perpisahan dan menjadi waspada terhadap orang asing. Bayi yang *ambivalent* menunjukkan suatu kepasifan dan terus menerus menangis tetapi gagal untuk mencari

kontak secara aktif; (3) Disorganized, tingkah laku dan respons dari bayi yang *disorganized* merupakan gabungan dari bentuk *avoidant* dan *ambivalent*. Main dan Hesse (1990 dalam Cassidy & Phillips, 2002) mengemukakan bahwa bentuk *disorganized* ini merupakan akibat dari perlakuan orang tua sebagai figur yang menakutkan tetapi juga menenangkan. Anak merasa takut dan juga menemukan kenyamanan sehingga hasilnya membingungkan dan terbentuklah perilaku yang tidak teratur.

Hubungan interpersonal yang dibangun bayi dengan *caregivernya* (ibu/pengasuh) akan menjadi model bagi hubungan interpersonal bayi pada seting-seting lingkungan sosial lainnya Bowlby (1969). Bayi menangis, menempel, merengek dan tersenyum kemudian mulai merangkak perlahan-lahan, berjalan dan mengikuti ibu. Tujuan dari perilaku bayi tersebut adalah untuk mempertahankan agar ibu selalu dekat (Santrock, 2002). Sroufe (2003) yang mengemukakan hasil penelitian tentang *attachment* yang mendukung pandangan Bowlby bahwa, pada usia kira-kira 6 hingga 7 bulan, *attachment* bayi dengan pengasuhnya meningkat. *Secure attachment* yang muncul sejak dini akan berkaitan dengan perilaku sosial anak di kemudian hari dalam perkembangannya (Santrock, 2002). Penelitian yang dilakukan oleh Soufre (1985 dalam Santrock, 2002) mengemukakan bahwa bayi yang merasakan *secure attachment* sejak awal pada masa bayi kurang mengalami frustrasi dan lebih gembira pada usia dua tahun dibandingkan dengan bayi yang tidak merasakannya.

*Secure attachment* atau *insecure attachment* akan membantu anak membentuk *internal working model*. *Internal working model* inilah yang membantu anak dalam proses pengenalan dan pemahaman emosinya serta membantu anak dalam memunculkan perilaku atau tidak memunculkan perilaku sosial yang tepat. Misalnya saat anak membentuk *secure attachment* dengan figur lekatnya, anak akan belajar tentang emosi seperti tersenyum, tertawa, dan bahagia karena kebutuhannya terpenuhi dengan baik. Namun, anak yang mengembangkan *insecure attachment* dengan figur lekatnya tidak akan mendapat pengalaman emosi yang cukup untuk membantunya belajar dalam pengenalan emosi yang efek jangka panjangnya adalah ketidakmampuan anak untuk beradaptasi dan berfungsi secara optimal di lingkungan sosial.

Kelekatan yang dibentuk pada bayi tidak terjadi secara otomatis tetapi melalui proses timbal balik antara *caregiver* (ibu/pengasuh) dengan anak. Menilik pada teori psikososial Erikson, pada usia 0-2 tahun, dalam rangka membentuk *basic trust* pada bayi, yang dibutuhkan adalah kontak dengan bayi yang berlangsung secara berkesinambungan (Shaffer & Kipp, 2010). Jika bayi sudah membentuk *basic trust* maka bentuk kelekatan yang akan dikembangkannya adalah bentuk kelekatan yang aman. Bayi akan merasa lebih nyaman dengan lingkungannya dan saat ditinggal oleh *caregiver* (ibu/pengasuh) bayi tidak akan rewel karena tahu bahwa *caregivernya* akan kembali.

Inisiasi Menyusui Dini adalah salah satu cara lain yang dapat digunakan untuk membangun kelekatan yang aman antara bayi dan ibunya. Penyebabnya adalah, bayi sejak awal sudah merasakan kedekatan dengan ibunya melalui kontak langsung antara bayi dengan ibu sehingga akan timbul kenyamanan yang sangat diperlukan bayi terutama karena perbedaan lingkungan yang terjadi pada saat bayi lahir (dari dalam kandungan kemudian keluar ke lingkungan). Namun, pada beberapa kasus, terutama pada bayi yang sudah “ditolak” oleh ibunya, bayi kemungkinan besar tidak akan membentuk kelekatan dengan ibunya karena sejak awal bayi ini sudah ditolak.

Penolakan tersebut dapat dikarenakan berbagai macam hal seperti kehamilan di luar nikah, sudah memiliki terlalu banyak anak, jenis kelamin bayi tidak sesuai harapan atau karena faktor hormonal yang membuat ibu menumbuhkan perasaan tidak suka pada bayi. Penolakan ini akan membuat bayi mencari figur lain yang dapat memberikan kenyamanan pada dirinya. Namun, jika bayi kemudian tidak menemukan figur lain maka bayi ini akan mengembangkan bentuk kelekatan yang tidak aman atau *insecure attachment*.

## PENUTUP

Uraian di atas tentu semakin mengingatkan pada pentingnya membentuk kelekatan yang aman pada bayi. Kelekatan itu sendiri tidak dapat terjadi secara otomatis melainkan melalui proses yang berkesinambungan yang diawali dengan kontak fisik antara ibu dan bayinya. Kelekatan ini akan membawa dampak yang positif bagi perkembangan bayi kedepannya sehingga tentu sangat dianjurkan agar ibu membentuk kelekatan yang aman dengan bayinya. Hal ini tentu semakin mengingatkan bahwa bayi sampai berusia lima tahun memasuki sebuah masa yang dikenal sebagai masa *golden age*, tetapi jika bayi tersebut ternyata tidak mengembangkan bentuk kelekatan yang aman maka dapat dikatakan masa *golden age*-nya ini akan terlewat dengan sia-sia karena bayi atau anak akan merasa takut saat mengeksplorasi lingkungannya baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial.

Saran yang dapat penulis berikan adalah marilah kita mulai membangun pondasi belajar anak dengan membentuk kelekatan yang aman pada anak. Kelekatan yang aman pada anak akan membantu anak mengeksplorasi lingkungannya dengan lebih berani dan percaya diri yang pada akhirnya akan memaksimalkan masa *golden age* anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Belsky, J., & Neworski. (1988). *Clinical implication of attachment*. Hillsdale, NJ: Erlbaum
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books
- Cassidy, J., & Phillips, R.S. (2002). *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications*. New York: Guilford Press
- Carruth, B. (2006). *Psychological Trauma and Addiction Treatment*. Upper Saddle River: Pearson Education Inc
- Durkin, K. (1995). *Developmental Social Psychology*. Massachusetts: Blackwell Publisher Inc
- Hetherington, E.M & Parke R.D., (Ed). (1999). *Child Psychology : A Contemporary View Point*. Fifth Edition. New York: Mc Graw-Hill College
- Parkes, C.M., Hinde, J.S., & Marris, P. (1991). *Attachment Across The Life Cycle*. Canada: Routledge Taylor and Francis Group
- Santrock, J.W. (2002). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 1* (Terjemahan oleh Achmad Chusairi, S.Psi). Jakarta: Erlangga
- Sroufe, L.A., (2003). Attachment Categories as Reflection of Multiple Dimensions : Comment on Fraley and Spieker. *Journal of Developmental Psychology* Vol 39, No 3, 413-416. American Psychological Association Inc
- Sutcliffe, J., (2002). *Baby Bonding*. Jakarta: Taramedia & Restu Agung

