



Exploring the Attachment of Friendships among Undergraduate Students

Fairuz Haya¹, Theresia Novi Poespita Candra²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

¹fairuz.haya@mail.ugm.ac.id, ²novicandra@ugm.ac.id

Abstract. Attachment is a deep emotional connection that is formed early in life through interactions with caregivers and serves to shape behavioral and emotional patterns in relationships, including friendships, during later life years, such as college. This study used a qualitative phenomenological approach to examine the role of attachment in friendships to navigate academic challenges in the context of college life. Results showed that students with secure attachment demonstrated greater emotional resilience, social belonging, and personal growth, essential for academic performance. In contrast, students with insecure attachment demonstrated increased stress and emotional instability, which hindered the development of supportive friendships, negatively impacting students' overall performance and well-being. This study extends Bowlby's attachment theory in college by emphasizing the role of attachment in setting emotional boundaries as a self-protective mechanism and influencing emotional disclosure. These results highlight the need to foster secure attachment to improve students' emotional well-being, academic performance, and personal growth during college.

Keywords: *Attachment, Friendship, Undergraduate Students, Performance*

Abstrak. Keterikatan adalah hubungan emosional mendalam yang terbentuk sejak dini melalui interaksi dengan pengasuh dan berfungsi untuk membentuk pola perilaku dan emosional dalam hubungan, termasuk persahabatan, selama tahun-tahun kehidupan selanjutnya, seperti kuliah. Studi ini menggunakan pendekatan fenomenologis kualitatif untuk meneliti peran keterikatan dalam persahabatan untuk menavigasi tantangan akademis dalam konteks kehidupan kuliah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan keterikatan aman menunjukkan ketahanan emosional yang lebih besar, rasa memiliki sosial, dan pertumbuhan pribadi, yang penting untuk kinerja akademis. Sebaliknya, mahasiswa dengan keterikatan tidak aman menunjukkan peningkatan stres dan ketidakstabilan emosional, yang menghambat pengembangan persahabatan yang mendukung, berdampak negatif pada kinerja dan kesejahteraan mahasiswa secara keseluruhan. Studi ini memperluas teori keterikatan Bowlby di perguruan tinggi dengan menekankan peran keterikatan dalam menetapkan batasan emosional sebagai mekanisme perlindungan diri dan memengaruhi pengungkapan emosional. Hasil ini menyoroti perlunya menumbuhkan keterikatan yang aman untuk meningkatkan kesejahteraan emosional, kinerja akademis, dan pertumbuhan pribadi mahasiswa selama kuliah.

Kata Kunci: *keterikatan, Persahabatan, Mahasiswa Sarjana, Kinerja.*