

# PERAN GAYA KELEKATAN (ATTACHMENT STYLE) TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (PSYCHOLOGICAL WELL-BEING) WANITA DEWASA AWAL DALAM RELASI ROMANTIS

*Maulia Husna Adila Noor<sup>1</sup>, Haidar Buldan Thontowi<sup>2</sup>*

**Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada**

**e-mail:** [maulia.husna0803@mail.ugm.ac.id](mailto:maulia.husna0803@mail.ugm.ac.id), [haidar.buldan@ugm.ac.id](mailto:haidar.buldan@ugm.ac.id)

**Abstract.** *Psychological well-being is an important aspect of individual life, particularly during emerging adulthood, a period marked by emotional challenges, including those related to romantic relationships. This study aims to examine the role of anxious and avoidant attachment styles on psychological well-being among emerging adult women currently involved in romantic relationships. An online survey was conducted involving 154 early adult female participants aged 18-25. This research implemented a quantitative design through purposive sampling. Data were obtained by administering the Experience in Close Relationships – Revised (ECR-R) and Ryff’s Psychological Well-Being Scale (PWB). The data were analyzed through multiple linear regression. The findings indicated that both anxious and avoidant attachment styles significantly and negatively predicted psychological well-being ( $F(2, 151) = 8.28, p < .001, R^2 = 0.0988$ ). These findings imply that individuals who score high on anxious and avoidant attachment tend to experience lower levels of psychological well-being. This study is expected to enrich academic discourse on attachment styles in romantic relationships and provide a foundation for relevant psychological interventions among emerging adult women.*

**Keyword:** *psychological well-being, attachment styles, young adult women, romantic relationship*

**Abstrak.** *Kesejahteraan psikologis adalah bagian yang penting untuk dimiliki dalam kehidupan individu, terutama pada masa dewasa awal yang rentan terhadap berbagai tantangan emosional, termasuk dalam hubungan romantis. Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran gaya kelekatan *anxious* dan *avoidant* terhadap kesejahteraan psikologis pada wanita dewasa*

awal yang sedang menjalin hubungan romantis. Sebanyak 154 partisipan perempuan berumur 18–25 tahun berpartisipasi dalam penelitian ini melalui kuesioner daring. Pendekatan kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah *Experience in Close Relationships – Revised* (ECR-R) dan *Ryff's Psychological Well-Being Scale* (PWB). Dengan teknik regresi linear berganda, ditemukan hasil bahwa gaya kelekatan *anxious* ataupun *avoidant* memberikan pengaruh negatif secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis ( $F(2, 151) = 8.28, p < .001, R^2 = 0.0988$ ). Hasil penelitian ini menegaskan bahwa peningkatan kelekatan *anxious* atau *avoidant* berhubungan dengan penurunan tingkat kesejahteraan psikologis individu. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur terkait peran gaya kelekatan dalam hubungan romantis terhadap kesejahteraan psikologis wanita dewasa awal, serta menjadi dasar bagi intervensi psikologis yang relevan dalam konteks relasi romantis.

**Kata kunci:** *kesejahteraan psikologis, gaya kelekatan, wanita dewasa awal, relasi romantis*