

PERAN KELEKATAN AMAN KEPADA IBU TERHADAP KECENDERUNGAN DEPRESI ANAK TUNGGAL USIA DEWASA AWAL

Sahna Natania Zahwa¹, Sri Kusrohmaniah²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Abstrak

Anak tunggal memiliki dinamika yang berbeda dalam keluarga dan berpotensi mengalami tantangan perkembangan yang cenderung kompleks di usia dewasa awal. Anak tunggal cenderung memiliki kedekatan dengan ibu mereka, namun di saat yang bersamaan, beban ekspektasi yang diberikan keluarga, termasuk di dalamnya ibu, cenderung lebih besar daripada anak nontunggal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran kelekatan aman dengan ibu terhadap kecenderungan depresi pada anak tunggal usia dewasa awal. Terdapat 112 mahasiswa anak tunggal yang mengisi skala *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9) untuk mengukur kecenderungan depresi dan *Inventory Parent and Peer Attachment* (IPPA) untuk mengukur tingkat kelekatan aman anak dengan ibu. Pengisian skala dilakukan secara *online* dan data dianalisis dengan uji korelasi Pearson *Product-Moment*. Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan yang negatif signifikan antara kelekatan aman dengan kecenderungan depresi anak tunggal. Peran ibu dilihat dari nilai *R square* dan ditemukan bahwa semakin tinggi kelekatan aman dengan ibu, maka semakin rendah kecenderungan depresi individu. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi ibu dengan anak tunggal untuk memahami pentingnya pengasuhan positif dan mengembangkan kelekatan aman di tahap awal usia perkembangan sebagai pondasi awal untuk melindungi individu dari timbulnya depresi di kemudian hari.

Kata kunci: *anak tunggal, depresi, dewasa awal, kelekatan aman ibu, online*

Abstract

Only children face different family dynamics and are prone to complex developmental challenges in early adulthood. They tend to be close to their mothers, but at the same time, the burden of expectations placed on them by the family, including the mother, tends to be greater than for non-only children. This study aimed to determine the role of secure attachment to the mother on the tendency for depression in only children in early adulthood. A total of 112 only-child college students completed the Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) to measure depression tendencies and the Parent and Peer Attachment Inventory (IPPA) to measure the child's level of secure attachment to the mother. The scales were completed online, and the data were analyzed using a Pearson Product-Moment correlation test. The correlation test results showed a significant negative relationship between secure attachment and the tendency for depression in only children. The mother's role was assessed using the R-square value, and it was found that the higher the secure attachment to the mother, the lower the individual's tendency for depression. The results of this study can be used as a reference for mothers of only children to understand the importance of positive parenting and developing secure attachments in the early stages of development as a foundation for protecting individuals from depression later in life.

Keywords: *Only child, depression, early adulthood, mother secure attachment, online*