

## Peran Persepsi terhadap Keberfungsian Keluarga dan *Self-Compassion* terhadap *Intimacy* dalam Hubungan Romantis Generasi Z

Clara Widyatna<sup>1</sup>, Aisha Sekar Lazuardini Rachmanie<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada

e-mail: <sup>1</sup>[clarawidyatna1103@mail.ugm.ac.id](mailto:clarawidyatna1103@mail.ugm.ac.id), <sup>2</sup>[aisha.s@mail.ugm.ac.id](mailto:aisha.s@mail.ugm.ac.id)@ugm.ac.id

**Abstrak.** Pada tahap dewasa awal khususnya Generasi Z, individu menghadapi dinamika perkembangan dalam membangun hubungan romantis. *Intimacy* merupakan aspek penting karena mencakup kedekatan, keterbukaan, dan rasa aman psikologis. Sejauh ini, peran faktor relasional dan intrapersonal dalam membentuk *intimacy* masih menunjukkan temuan yang beragam. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji peran keberfungsian keluarga dan *self-compassion* terhadap *intimacy* secara simultan. Penelitian ini melibatkan 267 partisipan berusia 19-28 tahun yang sedang menjalin hubungan romantis. Metode yang digunakan adalah kuantitatif non-eksperimental dengan teknik *purposive sampling* dan analisis regresi linear berganda. Hasil menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga dan *self-compassion* secara simultan berperan signifikan terhadap *intimacy* ( $F = 5,81$ ;  $p = 0,003$ ) dengan kontribusi sebesar 4,21%. Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan untuk bersikap penuh penerimaan terhadap diri sendiri dan mengelola emosi secara adaptif berperan penting dalam membangun kedekatan emosional dan kualitas hubungan romantis yang sehat pada Generasi Z.

**Kata Kunci:** kedekatan emosional, hubungan romantis, *self-compassion*, keberfungsian keluarga, Generasi Z.

**Abstract.** In early adulthood, especially among Generation Z, individuals face developmental dynamics in building romantic relationships. *Intimacy* is an important aspect because it encompasses closeness, openness, and psychological security. So far, the role of relational and intrapersonal factors in shaping *intimacy* still shows mixed findings. Therefore, this study aims to examine the simultaneous role of family functioning and *self-compassion* on *intimacy*. This study involved 267 participants aged 19-28 years who were in romantic relationships. The method used was non-experimental quantitative with *purposive sampling* and multiple linear regression analysis. The results showed that family functioning and *self-compassion* simultaneously played a significant role in *intimacy* ( $F = 5.81$ ;  $p = 0.003$ ), contributing 4.21% to the variance. These findings indicate that the ability to be accepting of oneself, manage emotions adaptively, and reduce self-criticism plays an important role in building emotional closeness and the quality of healthy romantic relationships among Generation Z.

**Keywords:** *intimacy*, romantic relationship, *self-compassion*, family functioning, Generation Z