
DINAMIKA FAKTOR LINGKUNGAN DAN TRAUMA DALAM PEMBENTUKAN KELEKATAN ANAK USIA DINI: STUDI KEPUSTAKAAN PERSPEKTIF BOWLBY

Saifullah Mamonto¹, Rahmat Olii²

Universitas Bina Mandiri, Universitas Negeri Gorontalo

Email : saifullahmamonto3@gmail.com, oliirahmat@gmail.com

Kata kunci:

Anak Usia Dini;
*Internal Working
Models*; John
Bowlby; Perilaku
Kelekatan; Studi
Kepustakaan.

ABSTRAK

Perilaku kelekatan (*attachment*) pada anak usia dini merupakan fondasi krusial yang menentukan trajektori perkembangan psikologis individu sepanjang hayat. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi tahapan perkembangan kronologis kelekatan berdasarkan perspektif John Bowlby, mengidentifikasi faktor-faktor inti yang memengaruhinya, serta menganalisis dampak jangka panjangnya terhadap aspek sosial, emosional, kognitif, dan hubungan interpersonal di masa dewasa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kepustakaan (*literature review*) dengan pendekatan kualitatif-deskriptif. Sumber data diperoleh dari basis data jurnal bereputasi seperti Scopus, ScienceDirect, dan Google Scholar dalam rentang tahun 2018 hingga 2024. Teknik analisis data dilakukan secara tematik melalui tahapan reduksi, kategorisasi, dan sintesis literatur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perkembangan kelekatan berlangsung secara kronologis, bertransformasi dari respons biologis non-selektif menjadi skema kognitif internal yang mapan berupa *Internal Working Models* (IWMs). Pembentukan pola kelekatan ini dipengaruhi oleh tiga faktor determinan utama, yaitu kualitas interaksi pengasuh yang responsif, stabilitas lingkungan keluarga, serta paparan trauma masa kecil. Lebih lanjut, analisis menemukan bahwa kualitas kelekatan usia dini memberikan implikasi mendalam yang menetap hingga masa dewasa, yang secara signifikan memengaruhi kematangan regulasi emosi, kapasitas fungsi kognitif eksekutif, dan pola membangun kepercayaan dalam hubungan interpersonal. Penelitian ini menyimpulkan bahwa intervensi dini yang berfokus pada peningkatan sensitivitas pengasuh dan mitigasi trauma sangat krusial untuk membangun resiliensi anak lintas generasi.

Keywords :

Early Childhood;
*Internal Working
Models*; John Bowlby;
Attachment Behavior;
Literature Review.

ABSTRACT

*Early childhood attachment behavior serves as a crucial foundation that determines an individual's lifelong psychological development trajectory. This study aims to explore the chronological development stages of attachment from John Bowlby's perspective, identify the core influencing factors, and analyze its long-term impacts on social, emotional, cognitive, and interpersonal relationship outcomes in adulthood. The method employed in this study is a literature review with a qualitative-descriptive approach. Data sources were retrieved from reputable journal databases, including Scopus, ScienceDirect, and Google Scholar, within the publication years of 2018 to 2024. Data analysis was conducted thematically through the stages of reduction, categorization, and literature synthesis. The results indicate that attachment development unfolds chronologically, transforming from non-selective biological responses into well-established internal cognitive schemas known as *Internal Working Models* (IWMs). The*

formation of these attachment patterns is driven by three main determinants: the quality of responsive caregiver interaction, the stability of the family environment, and exposure to early childhood trauma. Furthermore, the analysis reveals that the quality of early childhood attachment has profound implications that persist into adulthood, significantly influencing emotional regulation maturity, executive cognitive functioning capacity, and trust-building patterns in interpersonal relationships. This study concludes that early interventions focusing on enhancing caregiver sensitivity and mitigating trauma are highly critical for building children's resilience across generations.

PENDAHULUAN

Perilaku kelekatan (*attachment*) merupakan fondasi krusial dalam fase perkembangan anak usia dini yang menentukan lintasan pertumbuhan psikologis mereka secara jangka panjang. Berdasarkan perspektif teori kelekatan klasik dari John Bowlby, hubungan emosional yang mendalam antara anak dan pengasuh utama tidak sekadar berfungsi sebagai pelindung biologis, melainkan sebagai basis keamanan (*secure base*) yang krusial bagi anak (Posada and Waters 2018). Kelekatan ini terbentuk secara bertahap sejak masa bayi hingga usia prasekolah, di mana anak mulai menginternalisasi pengalaman interaksi tersebut menjadi representasi mental atau *internal working models* yang memandu cara mereka mempersepsikan diri sendiri dan orang lain di masa depan (Posada and Waters 2018).

Kelekatan yang aman yang terbentuk pada masa awal kehidupan ini terbukti memberikan kontribusi yang signifikan terhadap aspek biospsikososial anak, khususnya pada domain sosial dan emosional. Kualitas interaksi yang sensitif dan responsif dari pengasuh utama secara konsisten terbukti mampu mendorong kemampuan regulasi emosi yang baik, membangun resiliensi psikologis, dan mendukung pembentukan hubungan interpersonal yang positif di kemudian hari (Ding 2019)(Green and Scholes 2018). Selain itu, stimulasi rasa aman dari pengasuh juga berdampak positif pada perkembangan kognitif, yang ditunjukkan melalui tingginya keterlibatan tugas serta pencapaian performa akademik anak yang lebih optimal (Ding 2019). Oleh karena itu, periode usia dini menjadi masa yang sangat kritis untuk memastikan pola kelekatan ini berkembang secara sehat.

Namun, realitas kontemporer menunjukkan adanya berbagai fenomena di lapangan yang mengancam pembentukan kelekatan aman pada anak. Banyak pengasuh utama pada era modern menghadapi hambatan dalam memberikan pengasuhan yang responsif akibat tingginya tingkat stres, ketidakhadiran secara emosional, serta konflik di dalam lingkungan keluarga (Verdult 2020). Lebih jauh lagi, beberapa fenomena yang lebih ekstrem memperlihatkan bahwa anak-anak usia dini sering kali terpapar pada lingkungan pengasuhan yang tidak menguntungkan, seperti adanya pengabaian (*neglect*) atau kekerasan emosional (Verdult 2020). Berbagai dinamika lingkungan dan stresor prenatal hingga pascanatal ini secara nyata mendisrupsi proses alamiah anak dalam membangun hubungan emosional yang stabil dengan orang tua mereka.

Kegagalan dalam membentuk kelekatan yang aman ini memicu masalah perkembangan yang kompleks dan bersifat destruktif bagi masa depan anak. Ketika anak

mengalami pola kelekatan yang tidak aman (*insecure attachment*) atau bahkan kelekatan yang tidak terorganisasi (*disorganized attachment*), mereka cenderung mengalami kesulitan besar dalam mengadaptasi diri dengan lingkungan sosial (Ding 2019). Masalah ini bermanifestasi dalam bentuk dysregulasi emosi yang parah, kecemasan, risiko gangguan psikopatologi, hingga penurunan fungsi kognitif dan keterampilan akademik (Ding 2019). Tanpa penanganan yang tepat, masalah kelekatan di usia dini ini akan terus terbawa hingga masa dewasa, yang mengakibatkan tingginya kecemasan dan perilaku menghindar (*avoidance*) dalam relasi romantis maupun sosial di masa depan (Tom and King 2021).

Meskipun dampak buruk dari gangguan kelekatan telah banyak dibahas, masih terdapat celah penelitian (*research gap*) yang mendasar dalam literatur saat ini. Sebagian besar penelitian terdahulu cenderung berfokus pada dampak jangka pendek kelekatan terhadap perilaku anak di sekolah tanpa mengintegrasikan secara komprehensif bagaimana tahapan kronologis perkembangan kelekatan Bowlby berinteraksi langsung dengan faktor risiko spesifik modern, seperti akumulasi trauma lingkungan dan dinamika keluarga baru (Posada and Waters 2018)(Tom and King 2021). Kebaruan (*novelty*) dari penelitian ini terletak pada sintesis komprehensif yang menghubungkan secara linier antara tahapan perkembangan kronologis anak, analisis multi-faktor eksternal, dan konsekuensi jangka panjangnya pada tiga domain sekaligus (sosial, emosional, dan kognitif) dalam satu model konseptual yang utuh berdasarkan perspektif kontemporer Bowlby.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan menganalisis secara mendalam tahapan perkembangan kronologis perilaku kelekatan anak usia dini, mengidentifikasi faktor-faktor inti yang memengaruhinya (seperti kualitas interaksi pengasuh, lingkungan keluarga, dan trauma), serta memetakan dampak jangka panjangnya terhadap hasil perkembangan sosial-emosional-kognitif dan hubungan interpersonal anak di masa depan. Melalui tujuan ini, diharapkan penelitian dapat memberikan kontribusi teoritis bagi praktisi perkembangan anak serta menghasilkan rekomendasi intervensi yang efektif.

Untuk mencapai tujuan tersebut, penelitian ini dirumuskan ke dalam beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana tahapan perkembangan kronologis perilaku kelekatan pada anak usia dini ditinjau dari perspektif John Bowlby?
2. Faktor-faktor inti apa sajakah termasuk kualitas interaksi pengasuh, lingkungan keluarga, dan trauma yang paling signifikan memengaruhi pembentukan pola kelekatan tersebut?
3. Bagaimana dampak jangka panjang dari kualitas kelekatan masa usia dini terhadap capaian sosial, emosional, kognitif, serta pola hubungan interpersonal anak di masa depan?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan (*literature review* atau *narrative review*) dengan pendekatan kualitatif-deskriptif. Metode ini dipilih untuk mengumpulkan, mengintegrasikan, dan menganalisis secara mendalam literatur ilmiah yang

relevan mengenai perkembangan perilaku kelekatan pada anak usia dini dari perspektif John Bowlby.

Prosedur pelaksanaan penelitian ini dibagi ke dalam tiga tahapan utama sebagai berikut:

1. Strategi Pengumpulan Data dan Sumber Informasi

Data dalam penelitian ini diperoleh melalui penelusuran digital pada basis data jurnal bereputasi global, yaitu Scopus, ScienceDirect, dan Google Scholar. Proses pencarian literatur menggunakan kombinasi kata kunci (*keywords*) berbasis logika Boolean, antara lain: ("early childhood attachment" OR "attachment behavior") AND "John Bowlby" AND ("social emotional development" OR "interpersonal relationships").

2. Kriteria Inklusi dan Eksklusi Sampel Literatur

Untuk menjaga aktualitas, relevansi, dan kualitas data yang disintesis, ditetapkan kriteria seleksi artikel sebagai berikut:

- a. Kriteria Inklusi: (a) Artikel jurnal ilmiah orisinal atau *review* yang diterbitkan dalam rentang tahun 2018 hingga 2024; (b) Artikel menggunakan bahasa Indonesia atau bahasa Inggris; (c) Fokus bahasan secara eksplisit mengulas tahapan kronologis kelekatan Bowlby, faktor yang memengaruhi (kualitas pengasuhan, lingkungan, trauma), atau dampak jangka panjangnya pada domain sosial-emosional-kognitif anak.
- b. Kriteria Eksklusi: (a) Artikel yang diterbitkan di luar rentang tahun 2018–2024; (b) Artikel yang hanya membahas kelekatan orang dewasa tanpa mengaitkannya dengan fase usia dini; (c) Dokumen non-jurnal seperti abstrak prosiding yang tidak lengkap atau artikel populer.

3. Teknik Analisis Data

Data literatur yang telah lolos seleksi kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) secara tematik. Langkah-langkah analisis meliputi:

- a. Reduksi Data: Membaca secara menyeluruh (*skimming* dan *scanning*) artikel terpilih untuk mengeksplorasi temuan kunci.
- b. Kategorisasi: Mengelompokkan data ke dalam tiga tema utama sesuai pertanyaan penelitian, yaitu tahapan kronologis perkembangan kelekatan, faktor-faktor inti yang mendisrupsi/mendukung kelekatan, dan dampak jangka panjang pada masa depan anak.
- c. Sintesis dan Penarikan Kesimpulan: Membandingkan, mengintegrasikan, dan mengontekstualisasikan temuan-temuan dari berbagai literatur internasional untuk menghasilkan kesimpulan teoritis yang utuh dan komprehensif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahapan Kronologis Perkembangan Kelekatan dalam Perspektif Bowlby

Berdasarkan sintesis literatur, perkembangan perilaku kelekatan (*attachment behavior*) pada anak usia dini bukanlah suatu kondisi yang bersifat statis, melainkan sebuah proses perkembangan yang adaptif dan kronologis. Meninjau kembali konseptualisasi teoretis John Bowlby, fase-fase awal kehidupan merupakan periode krusial dalam

transformasi orientasi sosial anak. Pada bulan-bulan pertama pascakelahiran, bayi menunjukkan respons perilaku non-selektif yang bertujuan untuk mempertahankan kedekatan fisik dengan figur pengasuh demi kelangsungan hidup biologisnya.

Seiring dengan kematangan neurologis dan motorik, pola interaksi ini bertransformasi menjadi lebih terarah. Memasuki usia prasekolah, perkembangan kemampuan kognitif dan bahasa secara signifikan mereduksi ketergantungan anak pada kedekatan fisik secara konstan; anak mulai mengandalkan representasi mental yang abstrak untuk mengelola kebutuhan emosional mereka (Fournier et al. 2021). Pola interaksi kronologis pada masa awal inilah yang mengonstruksi komponen esensial dalam teori Bowlby, yaitu *Internal Working Models* (IWMs). IWMs berfungsi sebagai skema kognitif internal yang mapan, yang secara sadar maupun tidak sadar membentuk ekspektasi, interpretasi, serta keputusan perilaku individu dalam menavigasi hubungan interpersonal di masa depan (Fournier et al. 2021).

Analisis Faktor-Faktor Inti yang Memengaruhi Pola Kelekatan

Pembentukan IWMs dan stabilitas pola kelekatan anak sangat bergantung pada kualitas determinan eksternal yang melingkupinya. Eksplorasi literatur mengidentifikasi tiga faktor inti yang saling berkorelasi:

1. Kualitas Interaksi Pengasuh (*Caregiver Interaction Quality*)

Kualitas pengasuhan memegang peranan paling krusial dalam menentukan arah sekuritas kelekatan anak. Pengasuhan yang sensitif, adaptif, dan responsif terhadap sinyal distress anak secara konsisten menstimulasi terbentuknya kelekatan yang aman (*secure attachment*). Sebaliknya, inkonsistensi respons atau pengabaian emosional dari pengasuh primer memicu berkembangnya kelekatan yang tidak aman (*insecure attachment*) (Fournier et al. 2021).

2. Lingkungan Keluarga (*Family Environment*)

Dinamika sistem keluarga secara makro turut mengintervensi proses kelekatan anak. Pola pengasuhan bersama (*co-parenting*) yang harmonis serta dukungan emosional dalam ekosistem keluarga inti terbukti memperkuat stabilitas basis keamanan anak (Osofsky 2024). Di sisi lain, ketidakstabilan lingkungan keluarga akibat tekanan ekonomi atau disfungsi relasi antarpengasuh bertindak sebagai salah satu faktor risiko utama yang mendisrupsi proses ini.

3. Trauma dan Kemiskinan Pengasuhan (*Trauma and Adversity*)

Paparan trauma pada masa awal pertumbuhan, seperti kekerasan fisik, penolakan psikologis, maupun penelantaran ekstrem, secara radikal mendistorsi perkembangan sistem regulasi stres biologi anak. Pengalaman traumatis tersebut memicu disorganisasi pola kelekatan (*disorganized attachment*) yang berkorelasi linier dengan kerentanan psikologis jangka panjang, termasuk manifestasi kecemasan klinis dan depresi di kemudian hari.

Dampak Jangka Panjang Kelekatan Terhadap Trajektori Kehidupan Anak

Implikasi dari kualitas kelekatan yang terbangun di masa usia dini meluas melampaui batas fase kanak-kanak, serta memengaruhi tiga ranah perkembangan utama secara berkelanjutan:

1. Dampak Sosial dan Emosional

Anak-anak yang menginternalisasi kelekatan aman pada masa infansi menunjukkan kapasitas regulasi emosi yang jauh lebih matang, kompetensi sosial yang adaptif, serta kemampuan membangun kemitraan yang positif dengan teman sebaya (Brumariu and Kerns 2022). Sebaliknya, manifestasi kelekatan yang tidak aman cenderung memicu munculnya perilaku eksternalisasi, gangguan konduktif, dan isolasi sosial (Brumariu and Kerns 2022).

2. Perkembangan Kognitif

Ikatan emosional yang stabil memberikan rasa aman yang membebaskan energi kognitif anak untuk mengeksplorasi lingkungan sekitarnya. Pengasuhan awal yang suportif dan penuh kehangatan terbukti mengoptimalkan fungsi eksekutif, kemampuan pemecahan masalah (*problem-solving*), dan efektivitas proses belajar, yang dampaknya terhadap kapasitas kognitif ini tetap bertahan hingga fase lanjut usia (Thomas et al. 2024).

3. Relasi Interpersonal Dewasa

Konsekuensi jangka panjang dari IWMs yang terbentuk di masa kecil terefleksi secara nyata pada kualitas hubungan interpersonal di masa dewasa. Individu dengan riwayat kelekatan masa kecil yang hangat dan suportif memiliki peluang lebih besar untuk membangun hubungan romantis maupun familial yang sehat, berbasis kepercayaan (*trust*), dan keintiman yang matang (Thomas et al. 2024). Di sisi lain, sisa-sisa kelekatan tidak aman masa kecil memicu kesulitan kronis dalam membangun komitmen dan kepercayaan interpersonal saat dewasa (Homan and Kong 2024).

SIMPULAN

Berdasarkan sintesis literatur ilmiah rentang tahun 2018 hingga 2024, penelitian ini menyimpulkan bahwa perkembangan perilaku kelekatan anak usia dini menurut perspektif John Bowlby merupakan proses kronologis-adaptif yang bertransformasi menjadi skema kognitif menetap berupa *Internal Working Models* (IWMs) sebagai cetak biru psikologis individu dalam memandang dunia sosialnya. Pembentukan pola kelekatan ini tidak berdiri sendiri, melainkan dipengaruhi secara dinamis oleh kualitas interaksi pengasuh yang sensitif-responsif dan stabilitas keluarga sebagai fasilitator utama, serta faktor risiko seperti trauma atau penelantaran yang dapat mendisrupsi regulasi stres biologis anak. Implikasi dari kualitas kelekatan masa awal ini terbukti berdampak jangka panjang dan menetap hingga masa dewasa dalam memengaruhi kapasitas regulasi emosi, fungsi kognitif eksekutif, dan kemampuan membangun hubungan interpersonal yang sehat. Oleh karena itu, para praktisi pendidikan, orang tua, dan pembuat kebijakan direkomendasikan untuk menginisiasi program intervensi dini serta psikoedukasi yang berfokus pada peningkatan sensitivitas pengasuhan, penguatan stabilitas keluarga, dan mitigasi trauma sejak dini guna memutus rantai penularan kelekatan tidak aman (*insecure attachment*) lintas generasi demi mewujudkan generasi masa depan yang tangguh.

DAFTAR RUJUKAN

Brumariu, L. E., and K. A. Kerns. 2022. "Parent-Child Attachment in Early and Middle Childhood." Pp. 425–42 in *The Wiley-Blackwell Handbook of Childhood Social*

- Development*. Adelphi University, Garden City, NY, United States: Wiley Blackwell.
- Ding, Y. H. 2019. "Early childhood attachment and later social development." *Zhongguo Ertong Baojian Zazhi* 27(9):932–35. doi:10.11852/zgetbjzz2019-0829.
- Fournier, M., C. Brassely, M. Fasquel, and J. P. Housieaux. 2021. "Multidisciplinary Approach of Attachment Bonds in Children: Clinical Case." *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence* 69(1):13–19. doi:10.1016/j.neurenf.2020.05.007.
- Green, M., and M. Scholes. 2018. *Attachment and Human Survival*. University of Wolverhampton, United Kingdom: Taylor and Francis.
- Homan, K. J., and J. Kong. 2024. "Self-Acceptance in Mid to Late Life: Lingering Effects of Childhood Maltreatment and Positive Contributions of Warm and Supportive Relationships." *Journal of Adult Development* 31(3):227–36. doi:10.1007/s10804-023-09462-7.
- Osofsky, J. D. 2024. "Parenting and Caregiving." Pp. 251–54 in *WAIMH Handbook of Infant and Early Childhood Mental Health: Biopsychosocial Factors: Volume One*. Vol. 1. Departments of Pediatrics and Psychiatry, Louisiana State University Health Sciences Center, New Orleans, LA, United States: Springer International Publishing.
- Posada, G. E., and H. S. Waters. 2018. "I. INTRODUCTION: THE CO-CONSTRUCTION OF MOTHER–CHILD ATTACHMENT RELATIONSHIPS IN EARLY CHILDHOOD." *Monographs of the Society for Research in Child Development* 83(4):7–21. doi:10.1111/mono.12388.
- Thomas, P. A., E. Teas, E. Friedman, L. L. Barnes, M. R. Sauerteig-Rolston, and K. F. Ferraro. 2024. "Early-Life Parental Affection, Social Relationships in Adulthood, and Later-Life Cognitive Function." *Journal of Aging and Health*. doi:10.1177/08982643241303589.
- Tom, K., and A. R. King. 2021. "Childhood Attachment Style Antecedents to Impaired Adult Relationship Functioning." Pp. 97–131 in *Psychological Distress: Current Perspectives and Challenges*. University of North Dakota, Psychology Department, Grand Forks, ND, United States: Nova Science Publishers, Inc.
- Verdult, R. 2020. "Prenatal Roots of Attachment." Pp. 227–46 in *Handbook of Prenatal and Perinatal Psychology: Integrating Research and Practice*. Private Practice, Gors-Opleeuw, Belgium: Springer International Publishing.