

**SELF-FULFILLING PROPHECY DALAM HUBUNGAN ASMARA:
PENGARUH REJECTION SENSITIVITY TERHADAP RELATIONSHIP
SATISFACTION DI KALANGAN EMERGING ADULTHOOD**

**Devi Jong¹, Mudita Valencia², Fransiska Angelika³, Maria Shella Riliseptin⁴, Rita
Markus Idulfilastri⁵**
Universitas Tarumanagara^{1,2,3,4,5}
e-mail: ritamarkus@fpsi.untar.ac.id

ABSTRAK

Hubungan asmara pada masa emerging adulthood kerap menghadirkan tantangan emosional akibat perbedaan karakter individu. Salah satu faktor psikologis yang dapat menurunkan kepuasan dalam hubungan (relationship satisfaction) adalah sensitivitas terhadap penolakan (rejection sensitivity), yang berpotensi menciptakan reaksi negatif dan memicu terjadinya self-fulfilling prophecy. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh rejection sensitivity terhadap relationship satisfaction pada individu dewasa awal di Indonesia. Desain penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional-prediktif, dengan partisipan sebanyak 213 mahasiswa aktif berusia 18–20 tahun yang sedang atau pernah menjalin hubungan asmara. Instrumen yang digunakan adalah Rejection Sensitivity Questionnaire (RSQ) dan Relationship Assessment Scale (RAS), serta analisis data dilakukan melalui uji korelasi Pearson dan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara rejection sensitivity dan relationship satisfaction ($r = -0.281$, $p < 0.01$), dengan kontribusi pengaruh sebesar $R^2 = 7.9\%$. Semakin tinggi rejection sensitivity seseorang, semakin rendah tingkat kepuasan yang dirasakannya dalam hubungan asmara. Temuan ini menegaskan pentingnya kemampuan regulasi emosi dan penanganan kecemasan penolakan dalam menjaga kualitas hubungan romantis di masa dewasa awal. Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap literatur psikologi hubungan interpersonal di Indonesia dan dapat menjadi dasar intervensi preventif dalam konseling pasangan muda.

Kata Kunci: *Rejection Sensitivity, Relationship Satisfaction, Self-Fulfilling Prophecy, Hubungan Asmara, Dewasa Awal*

ABSTRACT

Romantic relationships during emerging adulthood often present emotional challenges due to individual character differences. One psychological factor that can reduce relationship satisfaction is rejection sensitivity, which may trigger negative reactions and lead to a self-fulfilling prophecy. This study aims to examine the influence of rejection sensitivity on relationship satisfaction among young adults in Indonesia. The research employed a quantitative correlational-predictive approach, involving 213 active university students aged 18–20 who are currently or have previously been in romantic relationships. The instruments used were the Rejection Sensitivity Questionnaire (RSQ) and the Relationship Assessment Scale (RAS), and data analysis was conducted using Pearson correlation and simple linear regression. The results revealed a significant negative relationship between rejection sensitivity and relationship satisfaction ($r = -0.281$, $p < 0.01$), with a contribution of $R^2 = 7.9\%$. The higher an individual's rejection

sensitivity, the lower their perceived relationship satisfaction. These findings highlight the importance of emotional regulation and managing rejection-related anxiety in maintaining the quality of romantic relationships during early adulthood. This study contributes to the literature on interpersonal relationship psychology in Indonesia and may serve as a foundation for preventive interventions in counseling for young couples.

Keywords: *Rejection Sensitivity, Relationship Satisfaction, Self-Fulfilling Prophecy, Romantic Relationships, Emerging Adulthood*

PENDAHULUAN

Di kalangan emerging adulthood, menjalin hubungan asmara merupakan hal yang umum dan sering ditemui. Individu pada masa ini umumnya mengharapkan hubungan yang aman, saling mendukung, dan minim konflik. Meskipun konflik merupakan bagian yang wajar dari dinamika hubungan, ketidakmampuan dalam mengelola konflik secara sehat dapat berdampak buruk pada kepuasan dalam hubungan atau relationship satisfaction. Setiap individu membawa latar belakang, karakteristik, dan pengalaman masa lalu yang unik, termasuk potensi trauma atau ketakutan terhadap penolakan yang tidak disadari. Ketakutan tersebut sering kali memengaruhi cara individu berinteraksi dengan pasangannya dan secara tidak langsung dapat mengganggu kualitas hubungan. Relationship satisfaction didefinisikan sebagai evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hubungan yang mencakup rasa aman, keintiman, dan dukungan emosional dari pasangan (Girme et al., 2018). Pengukuran relationship satisfaction dapat mencakup dimensi seperti keterikatan yang aman (secure attachment), kesamaan karakter (agreeableness), dan stabilitas emosi (emotional stability).

Relationship satisfaction berperan penting dalam menentukan kualitas hubungan romantis. Collins et al. (2009) membagi kualitas hubungan menjadi dua, yaitu kualitas positif (misalnya kedekatan emosional, dukungan, dan interdependensi) dan kualitas negatif (misalnya konflik, dominasi, dan antagonisme), yang juga ditegaskan dalam penelitian terbaru bahwa hubungan romantis mencakup aspek positif dan negatif yang saling memengaruhi (Fincham & Beach, 2010; Mosmann et al., 2010). Salah satu faktor psikologis yang dapat menurunkan kualitas hubungan adalah rejection sensitivity. Rejection sensitivity didefinisikan sebagai kecenderungan kognitif-afektif untuk bereaksi secara berlebihan terhadap isyarat penolakan, baik nyata maupun yang dibayangkan (Downey & Feldman, 1996). Individu dengan rejection sensitivity yang tinggi cenderung menciptakan interpretasi negatif terhadap interaksi sosial, termasuk interaksi dengan pasangan. Ketika ketakutan akan penolakan ini mendorong perilaku yang justru menjauhkan pasangan, maka terbentuklah pola self-fulfilling prophecy, yaitu keyakinan awal yang salah menjadi kenyataan karena perilaku individu itu sendiri. Fenomena ini telah dibuktikan dalam studi kontemporer bahwa sensitivitas terhadap penolakan dapat meningkatkan kepekaan terhadap ancaman dalam hubungan romantis dan menurunkan kualitas relasi (Norona & Welsh, 2016; Shulman, 2017; Sun et al., 2018).

Rejection sensitivity merupakan kecenderungan kognitif-afektif individu untuk mengantisipasi dan bereaksi secara emosional terhadap penolakan, baik nyata maupun yang ditafsirkan secara subjektif (Downey & Feldman, 1996; Sun et al., 2018). Individu dengan tingkat sensitivitas yang tinggi terhadap penolakan sering kali memiliki ekspektasi negatif terhadap perlakuan orang lain dan menafsirkan isyarat sosial yang

ambigu sebagai bentuk penolakan, yang dapat memicu kecemasan, kemarahan, atau perilaku defensif dalam hubungan romantis. Reaksi berlebihan ini berdampak pada dinamika hubungan, di mana individu menjadi terlalu sensitif terhadap perilaku pasangannya dan membentuk persepsi penolakan yang keliru. Akumulasi dari pola interaksi semacam ini dapat menimbulkan ketegangan emosional yang berujung pada penurunan kualitas hubungan atau relationship satisfaction. Dalam jangka panjang, ketakutan terhadap penolakan yang terus-menerus dapat mewujudkan dirinya dalam bentuk self-fulfilling prophecy sebuah kondisi di mana individu secara tidak sadar menciptakan situasi yang memperkuat keyakinannya bahwa ia akan ditolak (Madon et al., 2011; Romney, Harrison & Benson, 2023). Ketika individu bersikap negatif karena merasa akan ditolak, pasangan dapat merasa terbebani atau tidak dihargai, sehingga hubungan menjadi tidak sehat dan rawan berakhiran. Hal ini tidak hanya menurunkan kepuasan hubungan, tetapi juga dapat memicu dampak psikologis lanjutan seperti menurunnya harga diri (Berenson & Downey, 2006). Oleh karena itu, penting bagi individu di masa emerging adulthood untuk mengembangkan kemampuan regulasi emosi dan memilih pasangan yang mendukung kesehatan emosionalnya (Manning et al., 2010).

Penelitian sebelumnya telah membuktikan adanya hubungan negatif antara rejection sensitivity dengan relationship satisfaction (Candel & Turliuc, 2019; Mishra & Allen, 2023). Namun, beberapa studi menunjukkan hasil yang tidak konsisten, seperti temuan Malhotra dan Chowdhury (2023) yang mengidentifikasi hubungan positif antara kedua variabel tersebut dalam konteks budaya tertentu. Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif atau korelasional tanpa memasukkan dimensi prediktif serta tidak menyertakan pengujian mendalam terhadap efek self-fulfilling prophecy sebagai mekanisme mediasi. Studi ini menawarkan perbedaan metodologis melalui pendekatan kuantitatif korelasional-prediktif, serta mengukur secara spesifik dua dimensi rejection sensitivity yaitu kecemasan dan ekspektasi penolakan dalam mempengaruhi relationship satisfaction.

Penelitian yang mengangkat topik ini di Indonesia masih terbatas, baik dalam hal jumlah, bahasa publikasi, maupun konteks populasi. Mayoritas studi sebelumnya juga melibatkan partisipan perempuan secara dominan (Norona & Welsh, 2016), yang membatasi generalisasi temuan. Oleh karena itu, studi ini menyertakan representasi gender yang lebih seimbang dan berfokus pada kelompok usia 18–20 tahun, yakni masa transisi penting menuju kedewasaan. Dukungan tambahan dari literatur mutakhir seperti Richter & Schoebi (2021), dan Xie et al. (2022), menunjukkan bahwa sensitivitas terhadap penolakan semakin relevan dalam hubungan digital modern yang rentan terhadap misinterpretasi sinyal sosial.

Secara teoretis, penelitian ini memberikan kontribusi dalam memperkuat pemahaman tentang mekanisme psikologis yang menjembatani karakter individu dengan kualitas hubungan romantis, terutama melalui konsep self-fulfilling prophecy. Studi ini juga memperluas wacana akademik dalam kajian lintas budaya mengenai hubungan interpersonal, yang selama ini masih didominasi oleh penelitian dari konteks Barat. Dari sisi praktis, temuan penelitian ini dapat dimanfaatkan dalam merancang intervensi psikologis yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan regulasi emosi dan membentuk pola relasi yang sehat di kalangan emerging adulthood. Aplikasi praktis ini

dapat diimplementasikan melalui layanan konseling di lingkungan kampus maupun program psikoedukasi bagi pasangan muda.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara rejection sensitivity dan relationship satisfaction dalam konteks hubungan asmara pada emerging adulthood. Rejection sensitivity sebagai disposisi pemrosesan kognitif-afektif menimbulkan kecenderungan individu untuk merasa cemas dan takut ditolak, yang kemudian tercermin dalam perilaku negatif terhadap pasangan. Ketegangan yang terus terjadi dapat menurunkan kenyamanan dalam hubungan, dan pada akhirnya menciptakan realisasi dari ketakutan tersebut melalui mekanisme self-fulfilling prophecy. Topik ini dipilih karena fenomenanya kerap dijumpai dalam kehidupan nyata, di mana hubungan romantis berakhir akibat beban emosional yang ditimbulkan oleh pasangan yang memiliki kecemasan berlebih terhadap penolakan. Selain itu, penelitian ini juga menjawab sejumlah kesenjangan dari studi sebelumnya, seperti perbedaan hasil temuan mengenai arah hubungan antara rejection sensitivity dan relationship satisfaction—yang beberapa menunjukkan hubungan negatif (Candel & Turliuc, 2019; Gewirtz-Meydan & Finzi-Dottan, 2020; Londero-Santos et al., 2020; Mishra & Allen, 2023; Vollmann et al., 2019), dan yang lain menunjukkan hubungan positif (Malhotra & Chowdhury, 2023). Penelitian mengenai topik ini juga masih minim di Indonesia dan banyak bergantung pada literatur asing. Di samping itu, studi dalam lima tahun terakhir masih terbatas, dan mayoritas partisipan dalam penelitian terdahulu didominasi oleh perempuan (Norona & Welsh, 2016), sehingga generalisasi hasil menjadi kurang optimal.

Fenomena rejection sensitivity dan rendahnya relationship satisfaction dalam hubungan asmara merupakan isu yang cukup sering dijumpai dalam kehidupan sehari-hari, sehingga penting untuk dikaji lebih lanjut. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan dampak negatif dari kecenderungan merasa takut ditolak terhadap kualitas hubungan romantis, dan pada akhirnya mengurangi kasus hubungan dengan tingkat kepuasan rendah. Selain itu, studi ini dilakukan untuk menanggapi sejumlah kesenjangan dari penelitian sebelumnya, seperti keterbatasan studi di Indonesia, dominasi partisipan perempuan dalam riset terdahulu (Norona & Welsh, 2016), serta minimnya publikasi berbahasa Indonesia yang mengangkat isu ini dalam konteks lokal. Sebagai bentuk kontribusi baru, penelitian ini berfokus pada populasi emerging adulthood berusia 18–20 tahun yang merupakan Warga Negara Indonesia (WNI), dengan distribusi partisipan laki-laki dan perempuan yang seimbang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji ulang hubungan antara rejection sensitivity dan relationship satisfaction, dengan hipotesis bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut pada kalangan emerging adulthood.

METODE PENELITIAN

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang merupakan Warga Negara Indonesia (WNI), dengan pengalaman saat ini atau sebelumnya dalam menjalin hubungan asmara. Sesuai dengan definisi partisipan dalam studi kualitatif menurut Yin (2018), mereka merupakan individu yang memiliki pemahaman relevan terhadap permasalahan yang diteliti. Total partisipan dalam penelitian ini berjumlah 213 orang, yang terdiri atas 145 perempuan (68,1%) dan 68 laki-laki (31,9%) dengan rentang usia 18–20 tahun. Dari jumlah tersebut, sebanyak 84 orang (39,4%) sedang berada dalam hubungan romantis dan 129 orang (60,6%) memiliki pengalaman hubungan di masa lalu.

Berdasarkan sebaran usia, terdapat 56 orang berusia 18 tahun (26,3%), 75 orang berusia 19 tahun (35,2%), dan 82 orang berusia 20 tahun (38,5%). Partisipan berasal dari berbagai wilayah di Indonesia yang tersebar di 13 provinsi, termasuk Aceh, Sumatera Utara, Sumatera Barat, Sumatera Selatan, Lampung, DKI Jakarta, Banten, Jawa Barat, Jawa Tengah, DIY, Jawa Timur, Kalimantan Timur, dan Sulawesi Selatan, dengan konsentrasi terbanyak dari DKI Jakarta (40,8%).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional-prediktif. Strategi ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara rejection sensitivity dan relationship satisfaction. Teknik pengambilan sampel melibatkan kombinasi proportionate stratified sampling dan quota sampling. Proportionate stratified sampling digunakan untuk membagi populasi berdasarkan usia dan jenis kelamin, sementara quota sampling digunakan untuk mengatur proporsi partisipan dalam setiap strata agar sesuai dengan proporsi yang telah ditentukan.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan skala model Likert, yang dirancang untuk mengukur respons individu terhadap suatu pernyataan berdasarkan derajat persetujuan atau ketidaksetujuan mereka. Menurut Sugiyono (2017), skala Likert efektif digunakan untuk mengevaluasi sikap, persepsi, dan pandangan seseorang maupun kelompok terhadap fenomena sosial tertentu. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel rejection sensitivity dan relationship satisfaction masing-masing adalah Rejection Sensitivity Questionnaire (RSQ) dan Relationship Assessment Scale (RAS). RSQ dikembangkan oleh Downey dan Feldman (1996) untuk menilai sensitivitas individu terhadap penolakan, dan terdiri dari 18 item positif dengan enam pilihan respons yang berjenjang dari “sangat tidak peduli” hingga “sangat peduli.” Instrumen ini memuat dua dimensi utama, yaitu ‘degree of anxiety and concern about the outcome’ yang menilai tingkat kecemasan terhadap hasil dari tindakan tertentu, dan ‘expectations of acceptance or rejection’ yang mengukur ekspektasi individu terhadap kemungkinan penerimaan atau penolakan dari orang lain. Contoh item pada dimensi pertama adalah “Seberapa khawatir atau cemas Anda mengenai apakah teman Anda ingin berbicara dengan Anda atau tidak?”, sedangkan pada dimensi kedua adalah “Saya berharap orang tersebut bersedia meminjamkan catatannya kepada saya.” Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa dimensi ekspektasi memiliki nilai Cronbach’s Alpha sebesar 0.903, dan dimensi kecemasan sebesar 0.894. Setelah dilakukan uji validitas internal, tiga butir (item 2, 4, dan 17) dinyatakan tidak reliabel ($p < 0.2$) sehingga dikeluarkan dari analisis. Secara keseluruhan, 15 butir RSQ yang digunakan dalam penelitian ini memiliki nilai Cronbach’s Alpha sebesar 0.823, dengan konsistensi internal berkisar antara 0.313 hingga 0.577.

Untuk mengukur tingkat kepuasan individu dalam menjalani hubungan romantis, penelitian ini menggunakan instrumen Relationship Assessment Scale (RAS) yang dikembangkan oleh Susan Hendrick (1988). Alat ukur ini terdiri dari dua dimensi utama, yaitu ‘relationship built on expectations and satisfaction of needs’ yang menilai hubungan berdasarkan sejauh mana harapan dan kebutuhan individu dalam relasi dipenuhi, serta ‘relationship built on love and devotion’ yang mengukur kekuatan cinta dan komitmen dalam hubungan. Skala RAS memuat tujuh item pernyataan, termasuk dua item yang bersifat negatif pada nomor 4 dan 7, yang skornya dibalik dalam proses penilaian. Setiap item diukur dengan skala Likert lima poin, mulai dari 1 (sangat tidak puas) hingga 5

(sangat puas). Contoh pernyataan negatif pada dimensi kebutuhan dan harapan adalah: “Seberapa sering Anda berharap tidak menjalin hubungan ini?”, sedangkan contoh pernyataan positif pada dimensi cinta dan pengabdian adalah: “Seberapa besar Anda mencintai pasangan Anda?”. Berdasarkan hasil uji reliabilitas, skala ini menunjukkan nilai koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0.854, dengan konsistensi internal antar item berada dalam rentang 0.343 hingga 0.770.

Peneliti memulai proses pengumpulan data dengan melakukan uji translasi dan adaptasi alat ukur psikologis ke dalam Bahasa Indonesia, yang telah divalidasi oleh expert judgement, kemudian disusun dalam format Google Form. Penyebaran kuesioner dilakukan secara daring melalui media sosial seperti WhatsApp, Line, dan Instagram, mulai dari 26 Oktober hingga 22 November 2023. Partisipan diminta untuk menyetujui informed consent sebelum mengisi data demografis dan melanjutkan ke pengisian dua skala utama, yaitu Rejection Sensitivity Questionnaire (RSQ) dan Relationship Assessment Scale (RAS). Setelah pengisian selesai, partisipan diarahkan ke halaman penutup yang berisi ucapan terima kasih. Seluruh data yang terkumpul kemudian diseleksi menggunakan Microsoft Excel dan dianalisis menggunakan SPSS 15 for Windows. Tahapan analisis diawali dengan uji reliabilitas terhadap instrumen penelitian, dilanjutkan dengan uji normalitas menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test, serta analisis utama berupa uji korelasi Pearson dan regresi linear sederhana. Uji asumsi klasik regresi seperti normalitas residual, linearitas, dan heteroskedastisitas juga dilakukan untuk memastikan validitas model yang digunakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dalam menentukan teknik pengolahan data, peneliti melakukan uji normalitas dengan menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Unstandardized Residual, didapatkan nilai asymp. sig. $p = 0.109$ ($p > 0.050$) maka dapat disimpulkan bahwa data yang diperoleh terdistribusi dengan normal. Dengan demikian digunakan uji korelasi Pearson untuk mengetahui hubungan antar variabel pada data yang terdistribusi secara normal. Hasil uji korelasi antar variabel rejection sensitivity dan relationship satisfaction menunjukkan bahwa $r = -0.281$ dengan tingkat signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.010$).

Dengan demikian, digunakan uji korelasi Pearson untuk mengetahui hubungan antara variabel pada data yang terdistribusi secara normal. Hasil uji korelasi antara variabel rejection sensitivity dan relationship satisfaction menunjukkan bahwa $r = -0.281$ dengan tingkat signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.010$). Hal ini berarti bahwa rejection sensitivity dengan relationship satisfaction memiliki hubungan yang negatif yang sangat signifikan. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat rejection sensitivity individu, maka semakin rendah relationship satisfaction atas hubungan asmara yang dijalani individu. Sebaliknya, semakin rendah tingkat rejection sensitivity individu, maka semakin tinggi relationship satisfaction atas hubungan asmara yang dijalani oleh individu.

Dalam penelitian ini, uji korelasi Pearson juga dilakukan antara variabel relationship satisfaction dengan dua dimensi dari variabel rejection sensitivity. Hasil uji korelasi antara relationship satisfaction dengan dimensi degree of anxiety and concern about the outcome menunjukkan bahwa $r = 0.197$, $p = 0.040$ ($p < 0.050$) dan dimensi

expectations of acceptance or rejection menunjukkan bahwa $r = 0.546$, $p = 0.000$ ($p < 0.050$).

Tabel 1. Hasil Uji Korelasi Pearson Antarvariabel Penelitian

No	Variabel	Mean	SD	1	2	3
1	<i>Relationship satisfaction</i>	3.55	0.843	1		
2	<i>Degree of anxiety and concern about the outcome</i>	3.41	0.998	0.197**	1	
3	<i>Expectations of acceptance or rejection</i>	4.63	0.930	0.546**	0.288**	1

Pengolahan data hipotesis menggunakan regresi linear sederhana, maka diperlukan pengujian normalitas, pengujian linearitas dan pengujian heteroskedastisitas. Hasil pengujian menunjukkan data terdistribusi normal dengan nilai asymp. sig $p = 0.109$ ($p > 0.050$); hasil pengujian linearitas menunjukkan hasil linear pada hubungan variabel rejection sensitivity dengan variabel relationship satisfaction dengan nilai Deviation from Linearity sebesar 0,088 ($p > 0.050$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear secara signifikan antara kedua variabel tersebut; hasil pengujian heteroskedastisitas dengan menggunakan uji glejser diperoleh nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,337 ($p > 0.050$). Maka dari itu, disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa persyaratan asumsi uji klasik regresi telah terpenuhi sehingga peneliti dapat melanjutkan pada pengujian regresi linear sederhana.

Penelitian ini memiliki hipotesis bahwa terdapat hubungan negatif *signifikan rejection sensitivity* terhadap *relationship satisfaction* di *kalangan emerging adulthood* (usia 18 hingga 20 tahun) di Indonesia. Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana antara *rejection sensitivity* terhadap *relationship satisfaction*, diperoleh *standardized coefficients* sebesar -0.281 dengan $p = 0.000$ ($p < 0.050$). Selain itu, diperoleh hasil $R^2 = 0.079$ yang menjelaskan bahwa *rejection sensitivity* sudah mempunyai kontribusi terhadap *relationship satisfaction* sebesar 7,9% dan sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor di luar penelitian. Berdasarkan pemaparan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa *rejection sensitivity* berpengaruh negatif terhadap *relationship satisfaction* dengan total pengaruh sebesar 7,9%. Pengaruh negatif ini bermakna semakin tinggi tingkat *rejection sensitivity*, maka semakin rendah *relationship satisfaction*. Sebaliknya, jika tingkat *rejection sensitivity* semakin rendah, maka *relationship satisfaction* semakin tinggi.

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis Variabel *Rejection Sensitivity* dengan Variabel *Relationship Satisfaction*

Variabel	Standardized coefficients	p	R ² (%)
<i>Rejection Sensitivity</i>	-0.281	0.000	7,9%
<i>Relationship Satisfaction</i>			

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah *rejection sensitivity* dapat memprediksi rendahnya tingkat *relationship satisfaction* di *kalangan emerging adulthood* (usia 18 hingga 20 tahun) yang merupakan Warga Negara Indonesia (WNI), berstatus

sebagai mahasiswa/i aktif di universitas yang berada di Indonesia, dan sedang atau pernah menjalin hubungan asmara. Berdasarkan hasil olah data penelitian, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara rejection sensitivity dengan relationship satisfaction. Selain itu, melalui uji regresi linear sederhana, diperoleh hasil yang menyatakan bahwa rejection sensitivity memiliki peran alias dapat memprediksi rendahnya relationship satisfaction. Dengan kata lain, terdapat pengaruh negatif antara rejection sensitivity terhadap relationship satisfaction dengan total pengaruh sebesar 7,9%.

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Mishra dan Allen (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara rejection sensitivity dengan relationship satisfaction. Melalui penelitian tersebut, Mishra dan Allen (2023) mengatakan bahwa individu dengan tingkat rejection sensitivity yang tinggi cenderung memiliki tingkat relationship satisfaction dan kedekatan hubungan yang rendah. Selain itu, hasil penelitian terkait juga menyatakan bahwa tingkat rejection sensitivity yang tinggi cenderung diasosiasikan dengan persepsi individu bahwa pasangan mereka tidak bahagia dalam hubungan yang mereka jalani, rentan terhadap terjadinya kekerasan, tingkat kekhawatiran hubungan dan kecemburuan yang tinggi, peningkatan self-silencing behavior, lebih rentan terhadap perilaku seksual yang berisiko dan kompulsif, serta sering terjadinya konflik dalam hubungan.

Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Norona dan Welsh (2016) yang menyatakan bahwa rejection sensitivity memiliki hubungan yang negatif dengan relationship satisfaction. Penemuan dari hasil penelitian ini mengatakan bahwa individu dengan tingkat rejection sensitivity yang tinggi dapat menyebabkan individu menjauhkan diri dari pasangannya untuk menurunkan kemungkinan mengalami penolakan sehingga pada akhirnya berdampak pada penurunan kepuasan hubungan (Norona & Welsh, 2016). Pada dasarnya, rejection sensitivity kerap dihubungkan dengan persepsi penolakan pada pasangan sehingga menyebabkan penurunan kedekatan antara pihak yang terlibat di dalam hubungan asmara tersebut (Richter & Schoebi, 2021).

Individu dengan tingkat rejection sensitivity yang tinggi berarti bahwa terdapat kecemasan bahwa suatu saat, dirinya akan mengalami penolakan (Downey & Feldman, 1996). Hal ini memperlihatkan bahwa individu terkait tidak memiliki rasa aman yang baik. Kecemasan merupakan salah satu elemen yang terdapat pada individu dengan insecure attachment (Zeigler- Hill & Shackelford, 2020). Pada hasil sebuah penelitian, individu dengan insecure attachment memiliki hubungan yang negatif dengan relationship satisfaction (Candel & Turliuc, 2019). Jadi, dapat dikatakan bahwa individu dengan insecure attachment memiliki kerentanan terhadap rejection sensitivity sehingga tingkat relationship satisfaction dapat ikut terpengaruh ke arah yang negatif.

Di sisi lain, individu dengan tingkat kecemasan yang tinggi cenderung lebih mungkin untuk melakukan kekerasan psikologis sehingga pada akhirnya menyebabkan turunnya tingkat relationship satisfaction (Gewirtz-Meydan & Finzi-Dottan, 2020). Tingginya kecemasan individu bahwa pasangannya akan melakukan penolakan terhadapnya akan mendorong individu terkait untuk melakukan hal-hal yang membuat pasangannya merasa tidak nyaman yang mana hal tersebut dapat mengarah pada kekerasan psikologis. Pada akhirnya, kepuasan hubungan individu menjadi menurun. Hal

ini juga selaras dengan hasil penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa kecemasan memiliki kontribusi dan hubungan yang negatif terhadap kepuasan suatu hubungan karena hal tersebut dapat menciptakan persepsi bahwa tidak adanya rasa syukur dalam hubungan sehingga mampu membuat individu merasakan kekecewaan terhadap pasangannya (Vollmann et al., 2019). Selain itu, individu dengan kecemasan yang tinggi akan penolakan cenderung menafsirkan perilaku pasangan mereka secara lebih negatif, seperti menganggap bahwa pasangan mereka akan meninggalkan mereka suatu saat nanti dan hal tersebut pada akhirnya membuat kepuasan hubungan menjadi menurun (Londero-Santos et al., 2020).

Pada dasarnya, dalam sebuah hubungan asmara, setiap pasangan ingin mengharapkan hubungan yang sejahtera dan mampu memberikan rasa aman (Janicka, 2015). Dalam menciptakan kondisi hubungan yang demikian, diperlukan interaksi yang positif antarindividu yang terlibat dalam hubungan asmara tersebut (Plooy & Beer, 2018). Namun, tidak dapat dipungkiri bahwa terdapat dinamika dari setiap individu dalam berinteraksi. Individu dengan tingkat rejection sensitivity yang tinggi cenderung memiliki kecemasan dan kerap kali bereaksi secara berlebihan terhadap tanda-tanda penolakan. Individu dengan rejection sensitivity yang tinggi sering membuat ilusi terhadap suatu penolakan yang sebenarnya tidak terjadi. Mereka juga seringkali merasa cemas terhadap tanggapan dari lawan bicara mereka. Oleh karena itu, individu dengan rejection sensitivity cenderung sensitif dalam menanggapi suatu interaksi serta pembicaraan (Downey & Feldman, 1996; Harrison & Benson, 2023). Individu dengan rejection sensitivity tinggi juga dapat terkesan mendominasi dalam mengontrol pasangannya (Downey & Feldman, 1996).

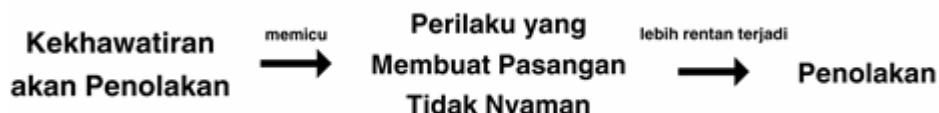
Tingkat sensitivitas yang tinggi ini kemudian dapat memicu terjadinya interaksi yang kurang positif di antara pasangan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Martania et al., (2014), individu dengan tingkat rejection sensitivity yang tinggi cenderung memiliki kemampuan self- monitoring yang rendah. Maka dari itu, kemungkinan individu untuk dapat mengontrol emosi terhadap pasangan pun cenderung rendah. Hal ini kemudian dapat menurunkan tingkat kepuasan hubungan asmara. Persepsi pasangan berdampak pada kepuasan relasi asmara yang dijalin di mana hal ini berkaitan dengan rasa pengertian yang tercermin dalam afeksi, rasa hormat, dan dialog dalam hubungan mereka (Santos et al., 2020).

Seiring berjalannya waktu, jika interaksi negatif yang disebabkan oleh sensitivitas pasangan yang berlebihan terus berlanjut, pasangan dari individu yang memiliki *rejection sensitivity* perlahan-lahan akan mulai berubah sesuai dengan apa yang ditakutkan oleh individu tersebut. Hal ini mencerminkan konsep *self-fulfilling prophecy*, yakni kondisi ketika keyakinan awal yang keliru terhadap situasi sosial justru menciptakan perilaku yang mewujudkan keyakinan itu menjadi kenyataan (Madon et al., 2011; Romney, Harrison & Benson, 2023). Ketika individu dengan *rejection sensitivity* tinggi secara terus-menerus memberi respons negatif terhadap pasangan, maka hubungan menjadi tidak nyaman dan kualitasnya menurun. Pada akhirnya, kecemasan yang sebelumnya hanya berupa persepsi semu dapat berkembang menjadi kenyataan yang nyata dan mendorong keinginan untuk mengakhiri hubungan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dikatakan bahwa *rejection sensitivity* memiliki peran terhadap relationship satisfaction. Jika tingkat *rejection sensitivity* tinggi, maka

relationship satisfaction menjadi rendah. Hal ini berlaku sebaliknya. Individu dengan rejection sensitivity yang tinggi akan lebih rentan untuk menimbulkan interaksi yang negatif sehingga hal tersebut mempengaruhi tingkat kepuasan suatu hubungan asmara. Kaitan fenomena ini dengan self- fulfilling prophecy terletak pada ketakutan dari individu yang memiliki rejection sensitivity bahwa suatu saat pasangannya akan menolaknya. Ketakutan tersebut kemudian secara tidak sadar mendorong individu melakukan hal-hal yang membuat pasangannya merasa tidak nyaman sehingga kepuasan hubungan menurun. Akhirnya, penolakan yang awalnya hanya ketakutan belaka benar-benar terwujud menjadi kenyataan. Proses terjadinya self-fulfilling prophecy akibat tingkat rejection sensitivity yang tinggi sehingga mempengaruhi relationship satisfaction menjadi menurun dapat dilihat pada Gambar 1.

Gambar 1. Proses Kekhawatiran terhadap Penolakan dari Pasangan Berubah Menjadi Kenyataan



KESIMPULAN

Dengan demikian berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan, peneliti mendapatkan kesimpulan bahwa rejection sensitivity dikalangan emerging adulthood tergolong sedang. Dalam hal ini, rejection sensitivity berpengaruh negatif terhadap relationship satisfaction. Dimana pengaruh negatif ini bermakna semakin tinggi tingkat rejection sensitivity seseorang, maka semakin rendah relationship satisfaction. Sebaliknya, jika tingkat rejection sensitivity seseorang semakin rendah, maka relationship satisfaction semakin tinggi. Individu dengan tingkat rejection sensitivity yang tinggi cenderung memiliki kecemasan dan kerap kali bereaksi secara berlebihan terhadap tanda-tanda penolakan. Kecemasan dan reaksi yang diberikan seseorang yang memiliki rejection sensitivity yang tinggi cenderung memiliki hubungan asmara yang kurang memuaskan.

Seiring berjalannya waktu, jika interaksi negatif yang disebabkan oleh sensitivitas pasangan yang berlebihan terus berlanjut, pasangan dari individu yang memiliki rejection sensitivity perlahan-lahan akan mulai berubah sesuai dengan yang ditakutkan oleh individu. Hal ini disebut sebagai self-fulfilling prophecy. Terjadinya self-fulfilling prophecy dari seorang individu dengan rejection sensitivity yang tinggi dikhawatirkan dapat memicu perselisihan sehingga yang terjadi adalah relationship satisfaction dari suatu individu cenderung rendah. Dengan adanya penelitian ini, harapan kedepannya dapat menambah pengetahuan dalam bidang ilmu Psikologi, khususnya Psikologi Klinis Sosial, mengenai self-fulfilling prophecy dalam hubungan asmara dan hubungan antara rejection sensitivity dengan relationship satisfaction di kalangan emerging adulthood dan dapat digunakan untuk pengembangan ilmu pengetahuan serta menjadi sumber acuan bagi penelitian-penelitian selanjutnya. Penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya untuk meregulasi emosi, mengatur kecemasan dan keyakinan

yang negatif, serta bersikap bijak dalam menjalani hubungan agar tidak terjadi hal-hal yang dapat merugikan dan membubarkan hubungan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Berenson, K. R., & Downey, G. (2006, Januari). Self esteem and rejection sensitivity in close relationships. *Self-Esteem: Issues and Answers*, 367-374.
https://www.researchgate.net/publication/233870938_Self_esteem_and_rejection_sensitivity_in_close_relationships
- Candel, O. S., & Turluc, M. N. (2019, September 1). Insecure attachment and relationship satisfaction: A meta-analysis of actor and partner associations. *Personality and Individual Differences*, 147, 190-199.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.037>
- Collins, W. A., Welsh, D. P., & Furman, W. (2009). Adolescent romantic relationships. *Annual Review of Psychology*, 60(1), 631–652.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163459>
- Downey, G., & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327-1343.
- du Plooy, K., & de Beer, R. (2018). Effective interactions: Communication and high levels of marital satisfaction. *Journal of Psychology in Africa*, 28(2), 161–167. <https://doi.org/10.1080/14330237.2018.1435041>
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010). Marriage in the new millennium: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 630–649.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00722.x>
- Girme, Y. U., Overall, N. C., & Faingataa, S. (2018). Attachment insecurity and support seeking across changing contexts and partners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 115(5), 911–935. <https://doi.org/10.1037/pspi0000134>
- Gewirtz-Meydan, A., & Finzi-Dottan, R. (2020). Psychological abuse as a mediator between insecure attachment orientations and relationship satisfaction. *Family Relations*. <https://doi.org/10.1111/fare.12490>
- Hendrick, S. S., Dicke, A., & Hendrick, C. (1998). The Relationship Assessment Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(1), 137–142.
<https://doi.org/10.1177/0265407598151009>
- Janicka, I. (2015). Original article Sense of security in single women and women in lasting relationships. *Health Psychology Report*, 2, 158–166.
<https://doi.org/10.5114/hpr.2015.49632>
- Lontero-Santos, A., Natividade, J. C., & Carneiro, T. F. (2020, September 17). Attachment and relationship satisfaction: Mediating role of perception of the partner's investment. *Journal of Relationships Research*, 11(e13), 1-7.
<https://doi.org/10.1017/jrr.2020.13>
- Malhotra, D., & Chowdhury, I. (2023). Effect of rejection sensitivity and adult attachment on relationship satisfaction. *The International Journal of Indian Psychology*, 11(1), -. <https://doi.org/10.25215/1101.171>
- Madon, S., Willard, J., Guyll, M., & Scherr, K. C. (2011). *Self-fulfilling prophecies: Mechanisms, power, and links to social problems*. Social and Personality

Psychology Compass, 5(8), 578-590. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2011.00375.x>

Manning, W. D., Giordano, P. C., & Longmore, M. A. (2010, Oktober). Romantic relationships and academic/career trajectories in emerging adulthood. The Center for Family and Demographic Research. 10.1017/CBO9780511761935.017

Martania, D. P. (2014). Hubungan antara rejection sensitivity dan self-monitoring pada dewasa muda yang memiliki hubungan romantis = The correlation between rejection sensitivity and self monitoring in romantic relationship of young adults [Skripsi sarjana tidak dipublikasikan]. Universitas Indonesia.

Mishra, M., & Allen, M. S. (2023, Juli). Rejection sensitivity and romantic relationships: A systematic review and meta-analysis. Personality and individual differences, 208. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112186>

Mosmann, C. P., Wagner, A., & Féres-Carneiro, T. (2010). Couple relationship: A review of the studies in Brazilian scientific journals from 2000 to 2009. *Paideia (Ribeirão Preto)*, 20(47), 331–339. <https://doi.org/10.1590/S0103-863X2010000300010>

Norona, J. C., & Welsh, D. P. (2016). Rejection sensitivity and relationship satisfaction in dating relationships: The mediating role of differentiation of self. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 5(2), 124–135. <https://doi.org/10.1037/cfp0000056>

Richter, M., & Schoebi, D. (2021). Rejection sensitivity in intimate relationships: Implications for perceived partner responsiveness. *Zeitschrift Für Psychologie*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/bfjv9>

Romney, M., Harrison, T., & Benson, R. (2023). Looking back to predict the future: A review of empirical support for the self-fulfilling prophecy. *Management Research Review*, 46(1), 22–36. <https://doi.org/10.1108/mrr-01-2022-0051>

Santos, A. L., Natividade, J. C., & Carneiro, T. F. (2020, September 17). Attachment and relationship satisfaction: Mediating role of perception of the partner's investment. *Journal of Relationships Research*, 11. <https://doi.org/10.1017/jrr.2020.13>

Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Shulman, S. (2017). Changes in rejection sensitivity across adolescence and emerging adulthood: Associations with relationship involvement, quality, and coping. *Journal of Adolescence*, 60, 110–117. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.07.003>

Sun, T., Wei, D., Wang, K., & Qiu, J. (2018). Rejection sensitivity and romantic relationship satisfaction: The mediating role of interpersonal self-support. *Personality and Individual Differences*, 134, 220–225. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.06.026>

Vollmann, M., Sprang, S., & van den Brink, F. (2019). Adult attachment and relationship satisfaction: The mediating role of gratitude toward the partner. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(11–12), 3875–3886. <https://doi.org/10.1177/0265407519841712>

Xie, X., Qi, S., Yang, Z., & Ma, S. (2022). The impact of social media on rejection sensitivity: A systematic review. *Current Psychology* <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03267-5>

Yin, R. K. (2018). Case study research and applications: Design and methods (6th ed.). Sage Publications.

Zeigler-Hill, V., Shackelford, T.K. (2020). Encyclopedia of Personality and Individual Differences. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_302029