

**MANAJEMEN KONFLIK PADA INDIVIDU DENGAN GAYA
KELEKATAN MENGHINDAR (*AVOIDANT ATTACHMENT*) DAN GAYA
KELEKATAN CEMAS (*ANXIOUS ATTACHMENT*) DALAM HUBUNGAN
TANPA STATUS**

SKRIPSI



Oleh:

KAYLA ADZRA DIVAYA

NPM. 22043010170

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL, BUDAYA, DAN POLITIK
UPN VETERAN JAWA TIMUR
SURABAYA**

2026

**MANAJEMEN KONFLIK PADA INDIVIDU DENGAN GAYA
KELEKATAN MENGHINDAR (*AVOIDANT ATTACHMENT*) DAN GAYA
KELEKATAN CEMAS (*ANXIOUS ATTACHMENT*) DALAM HUBUNGAN**

TANPA STATUS

SKRIPSI



Oleh:

KAYLA ADZRA DIVAYA

NPM. 22043010170

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL, BUDAYA, DAN POLITIK**

UPN VETERAN JAWA TIMUR

SURABAYA

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

MANAJEMEN KONFLIK PADA INDIVIDU DENGAN GAYA KELEKATAN MENGHINDAR (*AVOIDANT ATTACHMENT*) DAN GAYA KELEKATAN CEMAS (*ANXIOUS ATTACHMENT*) DALAM HUBUNGAN TANPA STATUS

Disusun oleh:

Kayla Adzra Divaya

NPM. 22043010170

Telah disetujui mengikuti ujian lisan skripsi

DOSEN PEMBIMBING



Dian Hutami Rahmawati, S.I.Kom., M.Med.Kom

NIP. 199409202024062001

Mengetahui

DEKAN



Prof. Dr. Catur Suratnoaji, M.Si

NIP. 196804182021211006

LEMBAR PENGESAHAN

**MANAJEMEN KONFLIK PADA INDIVIDU DENGAN GAYA
KELEKATAN MENGHINDAR (*AVOIDANT ATTACHMENT*) DAN GAYA
KELEKATAN CEMAS (*ANXIOUS ATTACHMENT*) DALAM HUBUNGAN
TANPA STATUS**

Oleh :

Kayla Adzra Divaya
NPM. 22043010170

Telah dipertahankan di hadapan dan diterima oleh Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial, Budaya dan Politik
Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur
pada tanggal 10 Juli 2026

Menyetujui,

PEMBIMBING



Dian Hutami Rahmawati, S.I.Kom., M.Med.Kom.
NIP. 199409202024062001

**TIM PENGUJI
KETUA**



Roziana Febrianita, S.Sos., M.A
NIP. 198202112025212038

SEKRETARIS



Augustin Mustika Chairil, S.Ikom., M.A
NIP. 199308082022032016

ANGGOTA



Dian Hutami R., S.I.Kom., M.Med.Kom.
NIP. 199409202024062001

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Sosial, Budaya dan Politik
UPN “Veteran” Jawa Timur



Prof. Dr. Catur Suratnoaji, S.Sos., M.Si.
NIP. 196804182021211006

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Penulis yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kayla Adzra Divaya
NPM : 22043010170
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Sosial, Budaya, dan Politik

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah Skripsi ini tidak terdapat bagian dari karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu Lembaga Pendidikan Tinggi, dan juga tidak terdapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang/lembaga lain, kecuali yang secara tertulis disitasi dalam dokumen ini dan disebutkan secara lengkap dalam daftar Pustaka.

Dan saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur-unsur plagiasi. Apabila dikemudian hari ditemukan indikikasi plagiasi dalam skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun dan untuk dipergunakan sebagaimana semestinya.

Surabaya, 15 Juni 2026



Kayla Adzra Divaya

NPM. 22043010170

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur bagi Allah SWT yang telah menganugerahkan segala karunia dan rahmat-Nya pada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Program Sarjana (S1) di Program Studi Ilmu Komunikasi FISIP UPN Veteran Jawa Timur. Ucapan terima kasih juga penulis haturkan kepada seluruh pihak yang mendukung penulis dalam penyusunan proposal skripsi ini, di antaranya kepada:

1. Dr. Catur Suratnoaji, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial, Budaya dan Politik.
2. Dr. Syafrida N. Febriyanti, M.Med.Kom. selaku Koordinator Program Studi Ilmu Komunikasi.
3. Ibu Dian Hutami Rahmawati, S.I.Kom., M.Med.Kom, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan waktu, ilmu dan motivasi pada penulis.
4. Bapak Dr. Irwan Dwi Arianto, M.I.Kom, selaku Dosen Wali yang telah mendampingi penulis sejak mahasiswa baru.
5. Dosen-dosen Program Studi Ilmu Komunikasi FISIP UPN Veteran Jawa Timur atas ilmu yang diberikan selama empat tahun ini.
6. Keluarga penulis, khususnya kedua orang tua serta kakak-kakak kandung penulis, yang telah memberikan dukungan moril, perhatian, semangat, dan doa selama penulis menjalani kegiatan perkuliahan sejak awal hingga proses pengerjaan skripsi, sehingga penulis dapat menyelesaikannya dengan baik dan tepat waktu.

7. Kepada Kinanti Hanuun Rula, terima kasih telah menjadi teman sejak kecil yang selalu hadir dalam setiap proses kehidupan penulis. Dukungan, kebersamaan, dan kenangan yang telah dilalui bersama menjadi bagian berharga yang tidak dapat dilupakan. Semoga persahabatan ini terus terjaga dengan baik hingga waktu yang panjang.
8. Chris Tobing, Armeidina, Abram Evan, Radja, dan Alatas, sebagai sahabat penulis sejak masa mahasiswa baru hingga saat ini, yang telah memberikan banyak dukungan, kebersamaan, serta menjadi bagian dari perjalanan perkuliahan penulis.
9. Venisia Marsanda, Diva Rahma, dan Kinanti Esa, sebagai sahabat penulis sejak masa SMA yang selalu memberikan dukungan, kebersamaan, serta semangat kepada penulis selama menjalani perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi.
10. Saskia Aisyah, sebagai sahabat penulis yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, perhatian, serta menemani penulis dalam proses penyusunan skripsi hingga dapat terselesaikan dengan baik.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun bagi penelitian ini sangat penulis harapkan guna perbaikan penelitian ini di masa mendatang.

Surabaya, 15 Juni 2026

Penulis

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi manajemen konflik pada pasangan dengan gaya kelekatan *avoidant attachment* dan *anxious attachment* dalam hubungan romantis. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik wawancara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu dengan *anxious attachment* cenderung lebih emosional dan membutuhkan validasi, sedangkan individu dengan *avoidant attachment* cenderung menghindari konflik dan menjaga jarak emosional. Perbedaan tersebut menyebabkan konflik komunikasi dalam hubungan romantis. Selain itu, perbedaan kebutuhan emosional antara kedua individu juga mempengaruhi cara mereka menyelesaikan permasalahan dalam hubungan. Oleh karena itu, komunikasi interpersonal yang terbuka dan saling memahami menjadi penting dalam menjaga hubungan yang sehat dan harmonis.

Kata Kunci: komunikasi interpersonal, manajemen konflik, *avoidant attachment*, *anxious attachment*.

ABSTRACT

This study aims to determine conflict management strategies in romantic relationships involving individuals with avoidant attachment and anxious attachment styles. This research used a qualitative method with in-depth interview techniques. The results showed that individuals with anxious attachment tend to be more emotional and seek validation, while individuals with avoidant attachment tend to avoid conflict and maintain emotional distance. These differences often create communication conflicts in romantic relationships. In addition, the different emotional needs between both individuals also influence the way they resolve problems in the relationship. Therefore, open interpersonal communication and mutual understanding are important in maintaining a healthy and harmonious relationship.

Keywords: *interpersonal communication, conflict management, avoidant attachment, anxious attachment.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	14
1.3 Tujuan Penelitian.....	14
1.4 Manfaat Penelitian.....	14
1.4.1 Manfaat Teoritis	14
1.4.2 Manfaat Praktis	15
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	16
2.1 Penelitian Terdahulu	16
2.2 Tinjauan Pustaka	20
2.2.1 Komunikasi Interpersonal	20
2.2.2 Psikologi Komunikasi	24
2.2.3 Conflict Mode Instrument Theory.....	27
2.2.4 Teori Manajemen Konflik Interpersonal.....	28
2.2.5 <i>Avoidant Attachment</i>	29
2.2.6 <i>Anxious Attachment</i>	30
2.2.7 <i>Attachment Styles</i>	32
2.3 Kerangka Berpikir	35
BAB III METODE PENELITIAN	36

3.1 Metodologi Penelitian	36
3.2 Definisi Konseptual.....	38
3.2.1 Komunikasi Interpersonal	38
3.2.2 <i>Insecure Attachment</i>	39
3.2.3 Manajemen Konflik.....	40
3.2.4 <i>Attachment</i>	41
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	43
3.4 Obyek dan Subyek Penelitian	44
3.5 Pengumpulan Data	44
3.6 Teknik Pengumpulan Informan.....	45
3.7 Analisis Data	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
4.1 Gambaran Umum Obyek dan Subyek Penelitian.....	50
4.2 Identitas Informan	51
4.3 Identifikasi Gaya Kelekatan Subjek.....	54
4.3.1 Gaya Kelekatan Menghindar (<i>Avoidant</i>)	54
4.3.2 Gaya Kelekatan Cemas (<i>Anxious</i>)	61
4.4 Pola Konflik dalam Hubungan Romantis.....	64
4.4.1 Konflik Berdasarkan Sudut Pandang <i>Avoidant</i> dan <i>Anxious</i>	64
4.4.2 Dampak Konflik.....	67
4.4.3 Sumber Konflik	73
4.4.4 Jenis Konflik	76
4.4.5 Tingkat dan Bentuk Konflik.....	84
4.4.6 Manajemen Konflik Berdasarkan Tingkat Intensitas	89
4.5 Strategi Manajemen Konflik	91
4.5.1 Strategi Subjek Gaya Kelekatan Menghindar (<i>Avoidant</i>)	91
4.5.1.1 Strategi Menghindar (<i>Avoiding</i>)	91
4.5.2 Strategi Subjek Gaya Kelekatan Cemas (<i>Anxious</i>)	97
4.5.2.1 Penerapan Strategi Kompromi	97
4.5.3 Penerapan Strategi Akomodatif	103
4.5.4 Strategi Bersama yang Berhasil	110

4.5.3.1 Kompromi	110
4.5.3.2 Competing	112
4.6 Coping Mechanism dalam Mengelola Konflik	116
4.7 Resolusi Konflik Antar Informan.....	117
4.8 Bagan Temuan Penelitian.....	121
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	122
5.1 Kesimpulan.....	122
5.2 Saran	123
DAFTAR PUSTAKA.....	122
LAMPIRAN.....	130
TRANSKRIP WAWANCARA.....	137

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	18
Tabel 4. 1 Data Informan	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Screenshot Tiktok Terkait Fenomena Avoidant dan Anxious	1
Gambar 1. 2 Screenshot Hashtag Mengenai Avoidant dan Anxious pada Platform Tiktok.....	3
Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Wawancara Mendalam (In-Depth Interview) Pedoman Wawancara Mendalam (In-Depth Interview).....	130
Lampiran 2. Letter of Consent	134
Lampiran 3. Letter of Information	135
Lampiran 4. Transkrip Wawancara	137
Lampiran 5. Kartu Bimbingan Skripsi.....	184
Lampiran 6. Surat Keterangan Plagiarisme	185
Lampiran 7. Riwayat Hidup	186