

Abstrak

Setiap individu memiliki tugas perkembangan yang terbagi dalam beberapa tahapan dari bayi hingga dewasa akhir. Masa remaja merupakan masa yang cukup krusial karena pada masa ini pertumbuhan fisik dan perkembangan mental terjadi dengan cepat. Jika masa ini tidak dilalui dengan baik maka akan terjadi kegagalan dan hambatan dalam menjalani masa selanjutnya. Salah satu hambatan yang paling sering dirasakan remaja yaitu kecemasan. Kecemasan sendiri dapat ditanggulangi dengan attachment style yang aman atau secure. Ketika seseorang memiliki attachment style yang aman maka akan terbentuk secure base dalam melewati situasi tertekan, salah satunya dalam menghadapi hambatan kecemasan di masa remaja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh insecure attachment terhadap kecemasan pada remaja SMA Negeri 67 Jakarta. Responden dari penelitian ini adalah siswa kelas 10-12 yang berjumlah 247 orang. Pengumpulan data menggunakan kuisioner yang disebarakan melalui google form. Hasil penelitian menunjukkan pengaruh antara insecure attachment terhadap kecemasan sebesar 52.6%.

Kata kunci: *insecure attachment, kecemasan, remaja*



Abstract

Each individual has developmental tasks which are divided into several stages from infancy to late adulthood. Adolescence is a crucial period because during this period physical growth and mental development occur rapidly. If this period is not passed well then there will be failure and obstacles in living the next period. One of the obstacles that teenagers most often experience is anxiety. Anxiety itself can be overcome with a safe or secure attachment style. When someone has a secure attachment style, a secure base will be formed in dealing with stressful situations, one of which is dealing with anxiety obstacles in adolescence. The aim of this research is to determine the effect of insecure attachment on anxiety in teenagers at SMA Negeri 67 Jakarta. The respondents of this research were 247 students in grades 10-12. Data collection uses a questionnaire distributed via Google Form. The research results show that the influence of insecure attachment on anxiety is 52.6%.

Keywords: *insecure attachment, anxiety, teenagers*

