

Anxiety Attachment Sebagai Prediktor Kecemburuan Pada Dewasa Awal Yang Berpacaran Di Kota Bekasi

Arinda Nasywa Fadillah¹, Ditta Febrieta², Lenny Utami³

¹²³Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, 202210515039@mhs.ubharajaya.ac.id
ditta.febrieta@dsn.ubharajaya.ac.id

ARTICLE INFO

Keywords:

*Kecemburuan, Anxiety
Attachment, Dewasa Awal*

Article history:

*Received 12-05-2026
Revised 16-05-2026
Accepted 23-05-2026*

ABSTRACT

Hubungan romantis pada dewasa awal tidak terlepas dari berbagai dinamika emosional, salah satunya adalah kecemburuan yang dapat dipengaruhi oleh *anxiety attachment*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *anxiety attachment* terhadap kecemburuan pada dewasa awal yang berpacaran di Kota Bekasi. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain regresi linear sederhana. Partisipan berjumlah 421 individu berusia 18–29 tahun yang sedang menjalani hubungan pacaran minimal tiga bulan dan dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan *Multidimensional Jealousy Scale* (MJS) dan *Anxious Attachment Scale Items* (AASI). Hasil analisis menunjukkan bahwa *anxiety attachment* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecemburuan ($R = 0,616$; $R^2 = 0,380$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *anxiety attachment*, semakin tinggi pula kecenderungan individu mengalami kecemburuan dalam hubungan romantis. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian mengenai faktor psikologis yang memengaruhi kecemburuan pada dewasa awal serta menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya.

This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Ditta Febrieta, S.Psi, M.A

¹²³Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, ditta.febrieta@dsn.ubharajaya.ac.id

INTRODUCTION

Pada tahap perkembangan dewasa awal, individu berada pada fase *intimacy versus isolation*, yaitu tahap ketika individu berupaya membangun kedekatan emosional untuk menghindari perasaan kesepian dan keterasingan (Santrock, 2012). Pada tahap ini, hubungan romantis mulai berkembang ke arah yang lebih serius karena individu cenderung mencari hubungan yang stabil dan berorientasi jangka panjang (Arnett, 2000). Hubungan romantis

menjadi sarana untuk memenuhi kebutuhan emosional, memperoleh dukungan psikologis, serta membangun kedekatan dengan pasangan (Collins dan Steinberg, 2006).

Salah satu bentuk hubungan romantis yang umum dijalani pada masa dewasa awal adalah hubungan pacaran. Hubungan pacaran melibatkan kedekatan emosional, ketertarikan, dan komitmen tertentu tanpa adanya ikatan pernikahan (Furman & Shaffer, 2003). Meskipun hubungan romantis dapat memberikan kebahagiaan dan dukungan emosional, hubungan tersebut juga berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan psikologis, seperti konflik, stres, hingga kekerasan dalam hubungan (Nair & Sinha, 2023; Viejo et al., 2024). Menurut (Sternberg, 1986), hubungan romantis dibangun oleh komponen intimasi, gairah, dan komitmen, namun keberadaan ketiga komponen tersebut tidak selalu mampu mencegah munculnya konflik dalam hubungan.

Salah satu konflik yang sering muncul dalam hubungan romantis adalah kecemburuan Malik & Kumari (2025) menyatakan bahwa kecemburuan sering kali dipicu oleh perasaan tidak aman (*insecurity*) terhadap hubungan. Berdasarkan teori attachment Bowlby (1982), pengalaman awal dengan figur kelekatan membentuk *internal working model* yang memengaruhi cara individu memandang diri sendiri dan orang lain dalam hubungan interpersonal (Fraley dan Shaver, 2008). Pola tersebut berkembang menjadi *secure attachment* maupun *insecure attachment*. Individu dengan *insecure attachment* cenderung mengalami ketidakamanan dalam hubungan, yang tercermin dalam dimensi *anxiety attachment* dan *avoidance attachment* Mikulincer & Shaver (2007)

Penelitian ini berfokus pada *anxiety attachment* karena karakteristiknya yang berkaitan dengan munculnya kecemburuan dalam hubungan romantis. Individu dengan *anxiety attachment* memiliki ketakutan yang tinggi terhadap penolakan dan kehilangan pasangan, membutuhkan kepastian secara terus-menerus, serta lebih sensitif terhadap ancaman dalam hubungan. Akibatnya, individu cenderung menginterpretasikan situasi yang ambigu sebagai ancaman terhadap hubungan sehingga lebih rentan mengalami kecemburuan (Marshall et al., 2013).

METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh *anxiety attachment* terhadap kecemburuan pada dewasa awal yang berpacaran. Partisipan penelitian berjumlah 421 individu berusia 18–29 tahun yang berdomisili di Kota Bekasi, sedang menjalani hubungan pacaran minimal tiga bulan, dan dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan kuesioner dengan skala Likert yang terdiri atas *Multidimensional Jealousy Scale* (MJS) berdasarkan teori Pfeiffer dan Wong (1989), untuk mengukur kecemburuan serta *Anxious Attachment Scale Items* (AASI) berdasarkan West et al. (1993) untuk mengukur *anxiety attachment*. Kedua instrumen telah memenuhi kriteria validitas dan memiliki reliabilitas yang baik. Analisis data dilakukan menggunakan bantuan perangkat lunak JASP melalui uji analisis regresi linear sederhana untuk menguji hipotesis penelitian.

RESULTS AND DISCUSSION

Penelitian ini melibatkan 421 responden yang merupakan individu dewasa awal berusia 18–29 tahun dan berdomisili di Kota Bekasi sesuai dengan kriteria penelitian. Karakteristik responden kemudian dideskripsikan berdasarkan jenis kelamin dan kelompok usia untuk memberikan gambaran mengenai profil partisipan yang terlibat dalam penelitian.

Tabel 1 Profil Responden

Profil	Kategori	N	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	178	42,3%
	Perempuan	243	57,7%
Usia	18	13	3,1%
	19	10	2,4%
	20	45	10,7%
	21	69	16,4%
	22	137	32,5%
	23	54	12,8%
	24	24	5,7%
	25	23	5,5%
	26	10	2,4%
	27	18	4,3%
	28	8	1,9%
	29	10	2,4%
Total		421	100%

Berdasarkan profil responden, penelitian ini melibatkan 421 orang yang merupakan individu dewasa awal dengan rentang usia 18-29 tahun di kota Bekasi. Profil responden dideskripsikan berdasarkan jenis kelamin dan usia. Deskripsi profil responden dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik subjek penelitian yang menjadi sumber data dalam penelitian ini.

Berdasarkan jenis kelamin, responden penelitian didominasi oleh Perempuan sebanyak 243 orang dengan persentase 57,7%, sedangkan responden laki-laki berjumlah 178 orang dengan persentase 42,3%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa partisipasi Perempuan dalam penelitian ini lebih besar dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan usia, mayoritas responden berada pada usia 22 tahun sebanyak 137 orang dengan persentase 32,5% diikuti oleh usia 21 tahun sebanyak 69 orang dengan persentase 16,4% dan usia 23 tahun sebanyak 54 orang dengan persentase 12,8%. Sementara itu, jumlah responden paling sedikit berada pada usia 28 tahun sebanyak 8 orang dengan persentase 1,9%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 21-23 tahun, dengan usia 22 tahun sebagai kelompok usia terbanyak dalam penelitian ini.

Tabel 2 Uji ANOVA

Model	F	Sign
M1	256,5	< 0,001

Berdasarkan hasil uji ANOVA, diperoleh nilai F sebesar 256,5 dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa model regresi yang digunakan signifikan. Dengan demikian, *anxiety attachment* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemburuan pada dewasa awal yang sedang berpacaran di Kota Bekasi.

Tabel 3 Model Summary

Model	R	R ²
M1	0,616	0,380

Berdasarkan hasil analisis regresi diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,616 yang menunjukkan adanya hubungan positif antara *anxiety attachment* dan kecemburuan. Selain itu, nilai R² sebesar 0,380 menunjukkan bahwa model regresi mampu menjelaskan variasi kecemburuan sebesar 38,0%, sedangkan 62,0% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Tabel 4 Uji Koefisien Determinasi

Model	Unstandarizad	t	p
M1	2,177	16,01	<0,001

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan nilai koefisien regresi *anxiety attachment* sebesar 2,177. Nilai koefisien yang positif menunjukkan bahwa *anxiety attachment* memiliki pengaruh positif terhadap kecemburuan pada dewasa awal yang sedang berpacaran. Setiap kenaikan satu skor *anxiety attachment* akan diikuti peningkatan skor kecemburuan sebesar 2,177. Selain itu, nilai t sebesar 16,01 dengan signifikansi $p < 0,001$ menunjukkan bahwa pengaruh *anxiety attachment* terhadap kecemburuan signifikan secara statistik.

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa *anxiety attachment* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemburuan pada dewasa awal yang sedang berpacaran, dengan nilai signifikansi di bawah 0,05 ($p < 0,001$). Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi *anxiety attachment* yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula tingkat kecemburuan yang dirasakan. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan terdapat pengaruh *anxiety attachment* terhadap

kecemburuan pada dewasa awal yang sedang berpacaran diterima, sedangkan hipotesis nol (H_0) ditolak.

Tabel 5 Kategorisasi Skala Kecemburuan

Kategori	Batas Nilai	N	Persentase
Rendah	$X < 56$	95	22,6%
Sedang	$56 \leq X < 88$	127	30,2%
Tinggi	$X \geq 88$	199	47,3%
Total		421	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi skala kecemburuan pada 421 responden, terdapat 95 responden (22,6%) yang berada pada kategori rendah, 127 responden (30,2%) berada pada kategori sedang, dan 199 responden (47,3%) berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori kecemburuan tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dewasa awal yang sedang berpacaran dalam penelitian ini cenderung memiliki tingkat kecemburuan yang tinggi.

Tabel 6 Kategorisasi Skala *Anxiety attachment*

Kategori	Batas Nilai	N	Persentase
Rendah	$X < 21$	25	5,9%
Sedang	$21 \leq X < 33$	111	26,4%
Tinggi	$X \geq 33$	285	67,7%
Total		421	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi skala *anxiety attachment* pada 421 responden, terdapat 25 responden (5,9%) yang berada pada kategori rendah, 111 responden (26,4%) berada pada kategori sedang, dan 285 responden (67,7%) berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori *anxiety attachment* tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dewasa awal yang sedang berpacaran dalam penelitian ini cenderung memiliki tingkat *anxiety attachment* yang tinggi.

CONCLUSION

Penelitian ini menunjukkan bahwa *anxiety attachment* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecemburuan pada dewasa awal yang sedang berpacaran di Kota Bekasi. Semakin tinggi tingkat *anxiety attachment* yang dimiliki individu, semakin tinggi pula kecenderungan individu mengalami kecemburuan dalam hubungan romantis. Temuan ini mengindikasikan bahwa ketakutan akan penolakan, kehilangan pasangan, serta kebutuhan yang tinggi terhadap kedekatan dan kepastian dalam hubungan merupakan faktor psikologis yang berkontribusi terhadap munculnya kecemburuan. Meskipun demikian, *anxiety attachment* hanya menjelaskan sebagian variasi kecemburuan, sehingga masih terdapat faktor lain yang turut memengaruhinya. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk

mengkaji variabel lain, seperti *self-esteem*, kepercayaan terhadap pasangan, regulasi emosi, atau kualitas komunikasi dalam hubungan romantis, serta melibatkan karakteristik responden yang lebih beragam agar memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kecemburuan pada dewasa awal.

REFERENCES

- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books.
- Collins, W. A., & Steinberg, L. (2006). Adolescent development in interpersonal context: Socioemotional processes. In W. Damon & N. Eisenberg (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 4. Social, emotional, and personality development* (6th ed., pp. 1003–1067). Wiley.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2008). Attachment theory and its place in contemporary personality theory and research. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (3rd ed., pp. 518–541). Guilford Press.
- Malik, P., & Kumari, S. (2025). The impact of romantic jealousy on the relationship between self-esteem and symptoms of relationship obsessive-compulsive disorder. *Psychologia*, 67(2), 109–130. <https://doi.org/10.2117/psysoc.2024-A278>
- Marshall, T. C., Bejanyan, K., Di Castro, G., & Lee, R. A. (2013). Attachment styles as predictors of Facebook-related jealousy and surveillance in romantic relationships. *Personal Relationships*, 20(1), 1–22. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2011.01393.x>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Nair, G. G., & Sinha, A. (2023). Romantic dating relationships conflict and mental health among young adults. *International Journal of Indian Psychology*, 11(3), 2173–2177. <https://doi.org/10.25215/1103.203>
- Pfeiffer, S. M., & Wong, P. T. P. (1989). Multidimensional jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6(2), 181–196. <https://doi.org/10.1177/026540758900600203>
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development* (13th ed., Vol. 2; S. Noviethe I., Ed.). Erlangga.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119–135.
- Viejo, C., Ortega-Ruiz, R., & Sánchez-Zafra, M. (2024). Dating violence and the quality of relationships through adolescence: A longitudinal latent class study. *Behavioral Sciences*, 14(10), Article 948. <https://doi.org/10.3390/bs14100948>