

Hubungan Pet Attachment dengan Tingkat Stres Akademik dan Ansietas pada Remaja = The relationship between Pet Attachment and Academic Stress and Anxiety in Adolescents

Aryani Cahya Ningrum, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920566529&lokasi=lokal>

Abstrak

Ansietas merupakan gangguan mental paling umum di antara remaja usia 10 sampai dengan 17 tahun di Indonesia, yaitu sekitar 3,7%. Prevalensi siswa yang mengalami Stres akademik adalah 67%. Pet attachment yang memiliki fungsi sebagai stres reduksi dianggap dapat menjadi salah satu koping untuk mengatasi stres akademik dan ansietas pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pet attachment dengan tingkat stres akademik dan ansietas pada remaja. Metode yang digunakan untuk menganalisis data adalah dengan menggunakan pendekatan cross-sectional, dengan teknik total sampling dan melibatkan 339 siswa SMA yang didapatkan melalui skrining. Instrumen yang digunakan untuk mengukur pet attachment adalah Lexington Attachment of Pet Scale, stres akademik diukur menggunakan Education Stress Scale for Adolescents, dan Ansietas diukur menggunakan Depression Anxiety Stress Scale 21. Analisis data bivariat dilakukan dengan menggunakan uji statistik chi square untuk menganalisis hubungan pet attachment dengan stres akademik dan fisher exact untuk menganalisis hubungan pet attachment dengan ansietas. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pet attachment dengan tingkat stres akademik dan ansietas pada remaja ($p < 0,01$) dan didapatkan bahwa pet attachment yang tinggi cenderung menghasilkan stres akademik yang berat dan ansietas yang sedang. Disarankan remaja dapat menemukan strategi koping yang sesuai dengan kepribadian dan keadaannya, agar tidak menjadi stresor baru.

.....Anxiety is the most common mental disorder among adolescents aged 10 to 17 years in Indonesia, which is around 3.7%. The prevalence of students experiencing academic stress is 67%. Pet attachment which has a function as a stress reducer is considered to be one of the copings to overcome academic stress and anxiety in adolescents. This study aims to analyze the relationship between pet attachment and the level of academic stress and anxiety in adolescents. The method used to analyze data is to use a cross-sectional approach, with total sampling technique involving 339 high school students obtained through screening. The instrument used to measure pet attachment is the Lexington Attachment of Pet Scale, academic stress is measured using the Education Stress Scale for Adolescents, and Anxiety is measured using the Depression Anxiety Stress Scale 21. Bivariate data analysis was performed using chi square statistical tests to analyze the relationship between pet attachment and academic stress and fisher exact to analyze the relationship between pet attachment and anxiety. The results of this study indicate that there is a significant relationship between pet attachment and the level of academic stress and anxiety in adolescents ($p < 0.01$) and it is found that high pet attachment tends to produce severe academic stress and moderate anxiety. It is suggested that adolescents can find coping strategies that suit their personality and circumstances, so as not to become new stressors.