

HUBUNGAN MASKULINITAS DENGAN TINGKAT KECEMASAN DAN ALEKSITIMIA PADA REMAJA LAKI-LAKI DI BEKASI

Ananda Setya Puspitasari

Abstrak

Remaja laki-laki merupakan kelompok yang rentan mengalami permasalahan kesehatan mental, salah satunya akibat tuntutan norma maskulinitas yang mendorong pengekangan emosi. Internalisasi norma maskulinitas berpotensi berhubungan dengan meningkatnya tingkat kecemasan dan munculnya aleksitimia. Bekasi sebagai wilayah urban dan industri memiliki tekanan akademik serta sosial yang tinggi, yang dapat memengaruhi pembentukan norma maskulinitas dan kondisi psikologis remaja laki-laki. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan maskulinitas dengan tingkat kecemasan dan aleksitimia pada remaja laki-laki di Bekasi masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan maskulinitas dengan tingkat kecemasan dan aleksitimia pada remaja laki-laki di Bekasi. Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel berjumlah 400 remaja laki-laki yang dipilih melalui teknik *accidental sampling*. Instrumen penelitian meliputi MRNI-SF, GAD-7, dan TAS-20 yang telah valid dan reliabel. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman's rho. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara maskulinitas dengan tingkat kecemasan dan aleksitimia pada remaja laki-laki. Tingkat maskulinitas yang lebih tinggi berkaitan dengan kesulitan mengenali dan mengekspresikan emosi, sehingga berpotensi memengaruhi kondisi psikologis secara kurang adaptif. Hasil ini diharapkan menjadi dasar pengembangan upaya promotif dan preventif kesehatan mental yang peka terhadap isu maskulinitas pada remaja laki-laki di wilayah perkotaan.

Kata Kunci: Aleksitimia; Kecemasan; Maskulinitas; Remaja Laki-Laki

**THE RELATIONSHIP BETWEEN MASCULINITY AND LEVELS OF
ANXIETY AND ALEXITHYMIA IN MALE ADOLESCENTS
IN BEKASI**

Ananda Setya Puspitasari

Abstract

Male adolescents are vulnerable to mental health problems, partly due to masculinity norms that encourage emotional suppression. The internalization of masculine norms is associated with increased anxiety and the emergence of alexithymia. Bekasi, as an urban and industrial area, is characterized by high academic and social pressures that may influence masculinity development and adolescents' psychological conditions. However, studies examining the relationship between masculinity, anxiety, and alexithymia among male adolescents in Bekasi remain limited. This study aimed to determine the relationship between masculinity and levels of anxiety and alexithymia among male adolescents in Bekasi. A quantitative study with a cross-sectional design was conducted. The sample consisted of 400 male adolescents selected using an accidental sampling technique. Research instruments included the MRNI-SF, GAD-7, and TAS-20, which were valid and reliable. Data were analyzed using Spearman's rho correlation test. The results showed significant relationships between masculinity, anxiety, and alexithymia among male adolescents. Higher masculinity levels were associated with greater difficulty in identifying and expressing emotions, which may contribute to less adaptive psychological conditions. These findings may support the development of promotive and preventive mental health programs that address masculinity issues among male adolescents in urban areas.

Keyword: *Aleksitimia; Anxiety; Male Adolescents; Masculinity*