

HUBUNGAN KECEMASAN TERHADAP KUALITAS HIDUP

MAHASISWA UMKT TAHUN PERTAMA

SKRIPSI



OLEH:

GARDHIKA RIZKY SUDARSONO

1811102433028

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

SAMARINDA

2022

Hubungan Kecemasan terhadap Kualitas Hidup Mahasiswa UMKT Tahun

Pertama

SKRIPSI

Untuk memenuhi salah satu persyaratan
Mencapai derajat Sarjana Psikologi



Oleh:

Gardhika Rizky Sudarsono

1811102433028

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

SAMARINDA

2022

LEMBAR PESETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN KECEMASAN TERHADAP KUALITAS HIDUP
MAHASISWA UMKT TAHUN PERTAMA**

Oleh:

Gardhika Rizky Sudarsono

1811102433028

Samarinda, 22 Juni 2022

Telah disetujui oleh:
Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Aniq Hudyah Bil Haq', with a large circular flourish on the left side.

Aniq Hudyah Bil Haq, S. Psi, M. A.

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN KECEMASAN TERHADAP KUALITAS HIDUP
MAHASISWA UMKT TAHUN PERTAMA**

Yang disiapkan dan disusun oleh:

Nama : Gardhika Rizky Sudarsono

NIM : 1811102433028

Fakultas : Psikologi

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 8 Juli 2022

dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai derajat Sarjana Psikologi.

Susunan Penguji:

Penguji I : Aniq Hudiyah Bil Haq, S. Psi, M.A.

Penguji II : Rahmawati Pratiwi, M. Psi, Psikolog



Mengetahui,

Dekan
Fakultas Psikologi



Dr. R. Yudhi Satria Restu Artosandi, M. Si
NIDN. 0601077201

Ketua
Program Studi Psikologi



Desita Dyah Damayanti, M. Psi, Psikolog
NIDN. 1111129301

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Gardhika Rizky Sudarsono
NIM :1811102433028
Fakultas/Jurusan : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Kecemasan terhadap Kualitas Hidup Mahasiswa UMKT Tahun Pertama

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan benar-benar hasil karya sendiri, baik sebagian maupun keseluruhan, bukan hasil karya orang lain dengan mengatasnamakan saya, serta bukan merupakan hasil penjiplakan (*plagiarism*) hasil karya orang lain dan tidak melakukan pembuatan skripsi oleh orang lain;
2. Karya dan pendapat orang lain yang dijadikan sebagai bahan rujukan (referensi) dalam skripsi ini, secara tertulis dan secara jelas dicantumkan sebagai bahan sumber acuan. Nama pengarang disebutkan dan dicantumkan pada daftar pustaka sesuai dengan ketentuan penulisan ilmiah yang berlaku;
3. Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan, atau ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademis dan sanksi lainnya yang berlaku sesuai dengan peraturan perundang-undangan.

Samarinda, 22 Juni 2022

Yang Menyatakan,



Gardhika Rizky Sudarsono

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh

Alhamdulillahirabbal'alamin, segala puji dan syukur selalu penulis haturkan kepada Tuhan Semesta Alam, Allah SWT yang telah memberikan segala nikmatnya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: "*Hubungan Kecemasan Terhadap Kualitas Hidup Mahasiswa UMKT Tahun Pertama*" tepat pada waktunya. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk mencapai derajat Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Untuk itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Bambang Setiaji, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Dr. R. Yudhi Satria R. A., SE., S. Psi., M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibu Desita Dyah Damayanti, M. Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Ibu Aniq Hudiyah Bil Haq, S. Psi., M.A., selaku Dosen Pembimbing Skripsi sekaligus Dosen Pembimbing Akademik penulis yang telah banyak mengorbankan waktu, tenaga, dan pikirannya selama penulis menjalani studi Sarjana Psikologi.
5. Ibu Rahmawati Pratiwi, M. Psi., Psikolog, selaku Dosen Penguji Skripsi.
6. Seluruh dosen dan civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
7. Kedua orang tua penulis, Bapak dan Mama, yang telah mengorbankan segalanya bagi penulis dan tidak henti-hentinya mendo'akan dan meridhoi langkah penulis sepanjang hidup.

8. Saudari tersayang penulis, Raisya, yang selalu mendukung, menghibur, dan terus hadir bagi penulis di setiap saat.
9. Ana Triana, yang bersedia kebersamai, membantu, mendukung, dan menyumbangkan pemikiran bagi penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Seluruh responden yang bersedia membantu jalannya penelitian skripsi ini.
11. Seluruh rekan-rekan DPM UMKT periode 2020/2021 (terutama Aman, Dimas, Adrian, Hayril, Fatihul, Isti, dan Ul Haq), rekan-rekan SMA yang masih kebersamai hingga saat ini (terutama Habib, Manto, Resky, dan Irvan), dan seluruh rekan-rekan Mahasiswa Fakultas Psikologi UMKT khususnya angkatan 2018 yang telah banyak membantu dan memberikan banyak pelajaran serta pengalaman bagi penulis.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menerima seluruh kritik dan masukan secara terbuka bagi perbaikan ke depannya. Penulis berharap semoga skripsi ini membawa manfaat, dapat digunakan bagi siapapun yang membutuhkan, serta memberikan ide baru bagi penelitian psikologi selanjutnya.

Wassalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh

Samarinda, 22 Juni 2022

Penulis

Gardhika Rizky Sudarsono

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PESETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Kualitas Hidup	9
B. Kecemasan.....	12
C. Masa Dewasa Awal.....	15
D. Kerangka Berpikir	17
E. Hipotesis	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
A. Jenis Penelitian	20
B. Definisi Konseptual	20
C. Definisi Operasional	21
D. Populasi dan Sampel.....	21
E. Metode Pengumpulan Data	22
F. Teknik Analisa Data	23
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	25
A. Persiapan Penelitian.....	25
B. Hasil Uji Coba Alat Ukur	25

C. Prosedur Pengumpulan Data	26
D. Hasil Analisis Data	26
E. Pembahasan	34
BAB V PENUTUP	39
A. Kesimpulan	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Aitem DASS-21	22
Tabel 2. Distribusi Aitem WHOQOL-BREF	23
Tabel 3. Distribusi Karakteristik Subjek Penelitian	26
Tabel 4. Uji Normalitas Variabel Kecemasan dan Kualitas Hidup	28
Tabel 5. Uji Linieritas Variabel Kecemasan dan Kualitas Hidup	29
Tabel 6. Kategorisasi Tingkat Kecemasan Responden Penelitian	30
Tabel 7. Kategorisasi Tingkat Kualitas Hidup Responden Penelitian	31
Tabel 8. Hasil Uji Korelasi Antar Variabel	32
Tabel 9. Rerata Nilai Kecemasan dan Kualitas Hidup Responden Penelitian	32
Tabel 10. Nilai Korelasi Antar Domain Kualitas Hidup dan Kecemasan	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	19
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti.....	40
Lampiran 2 Skala Penelitian	41
Lampiran 3 Surat Keterangan Tidak Uji Validitas.....	47
Lampiran 4 Jadwal Penelitian	53
Lampiran 5 Hasil Uji Coba Alat Ukur WHOQOL-BREF	54
Lampiran 6 Hasil Uji Coba Alat Ukur DASS-21 Bagian Kecemasan.....	55
Lampiran 7 Tabulasi Data Hasil Penelitian.....	56
Lampiran 8 Uji Analisis Hasil Penelitian.....	66
Lampiran 9 Bukti Konsultasi Bimbingan Skripsi	68
Lampiran 10 Hasil Uji Plagiarisme Turnitin	70

Hubungan Kecemasan terhadap Kualitas Hidup Mahasiswa UMKT Tahun Pertama

Correlation between Anxiety and Quality of Life of First Year Students in UMKT

Gardhika Rizky Sudarsono¹, Aniq Hadiyah Bil Haq²
Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
e-mail¹: rizkygardhika@gmail.com

ABSTRAK

Pandemi COVID-19 yang terjadi menyebabkan berbagai perubahan, termasuk pada bidang pendidikan dan menyebabkan kecemasan pada mahasiswa. Kecemasan ini dapat menyebabkan berkurangnya konsentrasi pada perkuliahan hingga tekanan psikologis pada mahasiswa dan mempengaruhi kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dan kualitas hidup mahasiswa UMKT tahun pertama. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah mahasiswa UMKT tahun pertama atau sedang menempuh semester 2 pada tahun akademik 2021-2022 dan berumur 18-25 tahun. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 227 responden. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan skala DASS-21 untuk mengukur kecemasan dan skala WHOQOL-BREF untuk mengukur kualitas hidup. Teknik analisa data adalah teknik analisa uji korelasi *product moment*. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif dan sangat signifikan antara kecemasan dan kualitas hidup mahasiswa UMKT tahun pertama, yaitu semakin tinggi nilai kecemasan maka semakin rendah nilai kualitas hidup dan semakin rendah nilai kecemasan maka semakin tinggi nilai kualitas hidup.

Kata Kunci: Kecemasan, Kualitas Hidup, Mahasiswa Tahun Pertama, DASS-21, WHOQOL-BREF.

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic that has occurred has caused various changes, including in the field of education and has caused anxiety in students. This anxiety can cause reduced concentration in lectures to psychological pressure on students and affect the quality of life. This study aims to determine the relationship between anxiety and quality of life of first year UMKT students. This study uses a quantitative approach to the type of correlational research. The research population is first year UMKT students or currently taking semester 2 in the 2021-2022 academic year and aged 18-25 years. The sampling technique is a purposive sampling with a total sample of 227 respondents. The data collection method used was the DASS-21 scale to measure anxiety and the WHOQOL-BREF scale to measure quality of life. Data analysis technique is a Pearson's Correlation Product Moment test analysis technique. The results of this study is that there is a negative and very significant relationship between anxiety and quality of life for first year students, which is the higher the anxiety value then the lower the quality of life value, and the lower anxiety value then the higher the quality of life value.

Keywords: Anxiety, Quality Of Life, First Year Students, DASS-21, WHOQOL-BREF.