HUBUNGAN KECEMASAN KESEHATAN DAN PERILAKU KESEHATAN PADA DEWASA MUDA DITENGAH PANDEMI COVID-19 DI JAKARTA

Oleh:

Sultan Marshel

1125162120

Psikologi

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2020

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Sultan Marshel

Nomor Registrasi : 1125162120

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul **"HUBUNGAN KECEMASAN KESEHATAN DAN PERILAKU KESEHATAN PADA DEWASA MUDA DITENGAH PANDEMI COVID-19 DI JAKARTA"** adalah :

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Mei sampai dengan bulan Juli 2020.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang penuh dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 2020

Yang Membuat Pernyataan

(Sultan Marshel)

LEMBAR MOTTO PERSEMBAHAN

"*Happinness is when what you think, what you say, and what you do are in harmony*"

-Mahatma Gandhi-

"*A dream you dream alone is only a dream. A dream you dream together is reality*"

-John Lennon-

Sultan Marshel, Hubungan Kecemasan Kesehatan dan Perilaku Kesehatan Pada Dewasa Muda Ditengah Pandemi COVID-19 di Jakarta**,** skripsi, Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta, 2020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan kecemasan kesehatan dan perilaku kesehatan pada dewasa muda ditengah pandemi COVID-19 di Jakarta. Tiga perumusan masalah dan hipotesis telah dibuat untuk menentukan arah dari penelitian ini. Pendekatan kuantitatif dan metode korelasional digunakan dalam penelitian ini. Sampel terdiri dari 240 orang yang berusia 20 sampai 40 tahun dengan teknik sampling *convenience*. Alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah *Short Health Anxiety Inventory* (SHAI) (rel: 0.95; α: 0.84) dan *Health Protective Behavior Scale* (HPBS) (rel: 0.98; α: 0.85) Hasil penelitian diuji dengan menggunakan uji *pearson product moment*. Data yang ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan kesehatan dan perilaku kesehatan pada dewasa muda ditengah pandemi Covid-19 di Jakarta.

Kata Kunci :Kecemasan Kesehatan, Perilaku Kesehatan, Dewasa Muda

Sultan Marshel, Hubungan Kecemasan Kesehatan dan Perilaku Kesehatan Pada Dewasa Muda Ditengah Pandemi COVID-19 di Jakarta**,** skripsi, Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta, 2020

ABSTRACT

This study aims to explore the relationship of health anxiety and health behavior in young adults amid the COVID-19 pandemic in Jakarta. Three problem formulations and hypotheses have been made to determine the direction of this study. Quantitative approaches and correlational methods are used in this study. The sample consisted of 240 people aged 20 to 40 years with convenience sampling techniques. Measuring instruments used to collect data in this study were Short Health Anxiety Inventory (SHAI) (rail: 0.95; α: 0.84) and Health Protective Behavior Scale (HPBS) (rail: 0.98; α: 0.85) The results of the study were tested using the test Pearson product moment. Data found that there is a significant negative relationship between health anxiety and health behavior in young adults amid the Covid-19 pandemic in Jakarta.

Keyword: Health Anxiety, Health Behavior, Young Adult

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Sultan Marshel
NPM	: 1125162120
Program Studi	: Psikologi
Fakultas	: Pendidikan Psikologi
Jenis Karya	: Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Nonekslusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right)*** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

"*HUBUNGAN KECEMASAN KESEHATAN DAN PERILAKU KESEHATAN PADA DEWASA MUDA DITENGAH PANDEMI COVID-19 DI JAKARTA*"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 21 Juli 2020
Yang menyatakan

(Sultan Marshel)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Kuasa-Nya kepada peneliti untuk dapat menyelesaikan proses penyusunan skripsi ini sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi. Keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Gantina Komalasari, M. Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Ibu Dr. Phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Deasyanti, Ph.D selaku dosen pembimbing pertama dalam penyelesaian skripsi ini, yang senantiasa membimbing, mengarahkan dan memberikan petunjuk dalam keterbatasan peneliti dan telah meluangkan waktu, tenaga serta pikiran selama proses penyusunan skripsi
4. Ibu R.A. Fadhallah, M.Si selaku pembimbing kedua dalam penyelesaian skripsi ini, yang senantiasa membimbing, mengarahkan dan memberikan petunjuk dalam keterbatasan peneliti dan telah meluangkan waktu, tenaga serta pikiran selama proses penyusunan skripsi
5. Ibu Mauna, M.Psi selaku pembimbing akademik yang telah memberikan nasihat dan petunjuk selama peneliti menempuh studi di Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan selama perkuliahan peneliti
7. Seluruh staf administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu peneliti dalam proses administrasi selama perkuliahan

8. Kedua orangtua tercinta Sukri Alkap dan Neni. Terimakasih telah menjaga diri ini yang mungkin belum bisa memberikan sesuatu yang berharga dan dengan terus belajar untuk menjadi anak yang berguna bagi semua orang
9. Alya Carolin dan Ainun Holifah Athayundi selaku saudara kandung peneliti yang telah memberikan dukungan baik instrumental maupun afektif untuk menyelesaikan skripsi
10. Ms. ED selaku partner kehidupan peneliti yang telah memberikan dukungan baik instrumental maupun afektif untuk menyelesaikan skripsi
11. Rekan-rekan peneliti selama perkuliahan, terkhusus wacana yang telah memberikan dukungan yang luar biasa kepada peneliti
12. Semua pihak yang tanpa disadari telah berjasa dan berkontribusi selama perkuliahan dan penelitian ini.

Semoga penelitian ini bermanfaat bagi peneliti maupun bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dibidang psikologi dan bagi pembaca pada umumnya.

Jakarta, 2020

Peneliti

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Sultan Marshel
NIM : 1125162120
Fakultas/Prodi : FPPsi/Psikologi
Alamat email : sultanmarshell@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

■ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (….....)

yang berjudul :
Hubungan Kecemasan Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan Pada Dewasa Muda Ditengah Pandemi COVID-19 di Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta

Penulis

( )
Sultan Marshel

Daftar Isi

Lembar Persetujuan ……....ii

Lembar Pernyataan Keaslian Skripsi……..iii

Lembar Motto Persembahan……...iv

Abstrak…….....v

Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi……vii

Kata Pengantar……viii

Daftar Isi…….....x

Daftar Tabel…….xiii

Daftar Gambar……...xiv

Daftar Lampiran…….....xv

BAB I PENDAHULAN 1

1.1 Latar belakang 1

1.2 Identifikasi Masalah 6

1.3 Pembatasan Masalah 7

1.4 Rumusan Masalah 7

1.5 Tujuan Penelitian 7

1.6 Manfaat Penelitian 7

1.6.1 Manfaat Teoritis 7

1.6.2 Manfaat Praktis 7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA 8

2.1 Tinjauan Pustaka Variabel Terikat 8

2.1.1 Definisi Perilaku Kesehatan 8

2.1.2 Dimensi Perilaku Kesehatan 9

2.1.3 Faktor-faktor Yang Memengaruhi Perilaku Sehat 10

2.1.4 Jenis-jenis Perilku Kesehatan 11

2.2 Tinjauan Pustaka Variabel Bebas 12

2.2.1 Definisi Kecemasan Kesehatan 12

2.2.2 Aspek Kecemasan Kesehatan 13
2.2.3 Gejala Kecemasan Kesehatan 14
2.2.4 Faktor-faktor Yang Memengaruhi Kecemasan Kesehatan 15
2.3 Tinjauan Pustaka Mengenai Hubungan Variabel 15
2.4 Kerangka Pemikiran 17
2.5 Hipotesis 18
2.6 Hasil Penelitian yang Relevan 18
BAB III METODE PENELITIAN 21
3.1 Tipe Penelitian 21
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian 21
3.2.1 Definisi Konseptual 22
3.2.2 Definisi Operasional 22
3.3 Subjek Penelitian 23
3.3.1 Populasi 23
3.3.2 Sampel 23
3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel 23
3.4 Teknik Pengumpulan Data 24
3.4.1 Instrumen 24
3.5 Uji Coba Instrumen 27
3.5.1 Uji Coba Instrumen Kecemasan Kesehatan 28
3.5.2 Uji Coba Instrumen Perilaku Kesehatan 29
3.6 Analisis Data 32
3.6.1 Uji Statistik 32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 34
4.1 Gambaran Responden/Subyek Penelitian 34
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia 34
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 35
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Status Pernikahan 35
4.2 Prosedur Penelitian 36
4.2.1 Persiapan Penelitian 36
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian 38

Daftar Tabel

Tabel 3.1 Blueprint Skala Kecemasan Kesehatan 23
Tabel 3.2 Skoring Butir Skala Kecemasan Kesehatan 23
Tabel 3.3 Blueprint Skala Protektif Kesehatan 24
Tabel 3.4 Skoring Butir Skala Perilaku Kesehatan 25
Tabel 3.5 Kaidah Reliabitas Model Rash 25
Tabel 3.6 Kisi-kisi Uji Coba Instrumen Kecemasan Kesehatan 26
Tabel 3.7 Kisi-kisi Final Instrumen Kecemasan Kesehatan 27
Tabel 3.8 Kisi-kisi Uji Coba Instrumen Perilaku Kesehatan 28
Tabel 3.9 Kisi-kisi Final Instrumen Perilaku Kesehatan 29
Tabel 4.1 Data Distribusi Usia Responden 32
Tabel 4.2 Data Distribusi Jenis Kelamin Responden 33
Tabel 4.3 Data Distribusi Status Pernikahan Responden 34
Tabel 4.4 Distribusi Deskriptif Data Perilaku Kesehatan 36
Tabel 4.5 Tabel Kategorisasi Perilaku Kesehatan 37
Tabel 4.6 Distribusi Deskriptif Data Kecemasan Kesehatan 38
Tabel 4.7 Tabel Kategortisasi Kecemasan Kesehatan 38
Tabel 4.8 Uji Normalitas 39
Tabel 4.9 Uji Linearitas 40
Tabel 4.10 Hasil Korelasi Pearson. 41

Daftar Gambar

Gambar 4.1 Data Distribusi Usia Responden 33
Gambar 4.2 Data Distribusi Jenis Kelamin Responden 33
Gambar 4.3 Data Distribusi Status Pernikahan Responden 34
Gambar 4.4 Distribusi Deskriptif Data Perilaku Kesehatan 37
Gambar 4.5 Distribusi Deskriptif Data Kecemasan Kesehatan 38
Gambar 4.6 *Scatter Plot* Linearitas 40

Daftar Lampiran

Lampiran 1 Uji Coba Penelitian..... 54
Lampiran 2 Data Kasar Uji Coba..... 59
Lampiran 3 Analisis Butir Soal Rasch Model 60
Lampiran 4 Kuesioner Penelitian..... 62
Lampiran 5 Data Kasar Final..... 67
Lampiran 6 Data Deskriptif 68
Lampiran 7 Uji Normalitas 69
Lampiran 8 Uji Linearitas..... 69
Lampiran 9 Uji Korelasi 70