

**HUBUNGAN *METACOGNITIVE BELIEF* DENGAN
PERILAKU *CYBERCHONDRIA* PADA DEWASA AWAL**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

PUTRI UTAMI RUSMANADYA

212303088

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

2025

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

Hubungan *Metacognitive Belief* dengan *Cyberchondria* pada Dewasa Awal

Diajukan Oleh:

PUTRI UTAMI RUSMANADYA

212303088

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal

: 21 Agustus 2025

Mengesahkan,

Pembimbing,

Egi Prawita, S.Psi., MA
NIDN: 0508119201

Ketua Penguji,

Hesty Yuliasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIDN: 0518039201

Anggota Penguji,

Egi Prawita, S.Psi., MA
NIDN: 0508119201



Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NPP: 2018.13.0132

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Putri Utami Rusmanadya

NPM : 212303088

Program Studi : Psikologi (S-1)

Judul Skripsi : Hubungan *Metacognitive Belief* dengan *Cyberchondria* pada
Dewasa Awal

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang dikutip dalam karya ilmiah ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 21 Agustus 2025



Putri Utami Rusmanadya

KATA PENGANTAR

Segala puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT sang Maha segalanya, atas seluruh curahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Metacognitive Belief* dengan Perilaku *Cyberchondria* pada Dewasa Awal” ini. Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Dalam penyelesaian studi dan penulisan skripsi ini, penulis banyak memperoleh bantuan baik pengajaran, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu penulis ingin menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang tak terhingga pada:

1. Ibu Prof. Dr. rer. nat. Apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan fasilitas dalam proses Pendidikan selama ini sehingga penulis ada di tahap akhir perkuliahan dan mampu menyelesaikan tugas akhir dengan baik.
2. Bapak Edhy Tri Cahyono, S. Si., M.M selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan dukungan sehingga pembelajaran dapat berjalan dengan lancar di fakultas ini dan penulis dapat memiliki kesempatan untuk menyelesaikan studi dengan baik.
3. Ibu Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Pjs. Ketua Program Studi Psikologi Universitas Jenderal Achmad yani Yogyakarta yang selalu memberikan arahan serta dukungan hingga penulis mampu menyusun skripsi ini dengan baik.
4. Ibu Egi Prawita, S.Psi., M.A selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu ditengah kesibukan beliau, memberikan motivasi, kritik, saran dan pengarahan kepada penulis dalam proses penulisan tugas akhir skripsi, serta tak hentinya memberikan motivasi secara emosional dan mengusahakan yang terbaik.

5. Ibu Hesty Yuliasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing akademik dan dosen penguji yang selalu memberikan motivasi dan arahan kepada penulis dari awal semester hingga proses penyelesaian tugas akhir skripsi.
6. Ibu penulis yang telah tiada. Terimakasih sudah mengajarkan penulis banyak hal. Terimakasih atas segala kasih sayang yang diberikan hingga penulis menjadikannya sebagai motivasi dan *role model* untuk terus menggapai cita-cita penulis. Skripsi ini sebagai pembuktian jika engkau telah berhasil mendidik penulis.
7. Bapak penulis. Terimakasih atas segala kasih sayang yang diberikan dalam membesarkan dan membimbing penulis selama ini sehingga penulis dapat terus berjuang dalam meraih mimpi dan cita-cita, kesuksesan dan segala hal baik yang kedepannya akan penulis dapatkan adalah karena dan untuk beliau. Terimakasih telah mendidik penulis menjadi sosok yang Tangguh dan tidak pantang menyerah, serta selalu memberikan motivasi dikala penulis terpuruk. Skripsi ini menjadi bukti jika engkau telah berhasil mendidik penulis dan sebagai bukti untuk orang-orang yang sering meremehkanmu.
8. Kepada seseorang yang tak kalah penting dan tidak bisa Penulis sebutkan langsung namanya. Terimakasih banyak sudah kebersamaan penulis dari awal kuliah hingga menyelesaikan skripsi bersama. Terimakasih atas seluruh kontribusi yang diberikan baik tenaga, waktu, serta dukungan yang sangat besar, serta menjadi tempat keluh kesah penulis.
9. Sahabat penulis baik di Yogyakarta, Jakarta, maupun di Bangka yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih banyak sudah menjadi teman baik sekaligus sahabat yang sangat amat perhatian dengan penulis. Terimakasih atas dukungan secara langsung maupun tidak langsung. Terimakasih sudah memotivasi penulis untuk terus berusaha serta terimakasih untuk segala doa di setiap langkah yang penulis lalui sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan lancar.

10. Teman-teman Psikologi 2021 yang sudah menemani penulis dalam perjalanan kuliah hingga menyelesaikan tugas akhir ini.
11. Kepada SEVENTEEN, EXO, IKON, NCT, Apink, Ariana Grande, Taylor Swift, dan Bruno Mars. Terimakasih banyak untuk karya-karya yang dituangkan kedalam lagu. Karya kalian membuat penulis berenerjik sehingga menambahkan semangat penulis dan secara tidak langsung sudah memotivasi serta menumbuhkan jiwa pantang menyerah bagi penulis.
12. Kepada penulis, terimakasih atas segala upaya yang sudah dikerahkan, terimakasih untuk memutuskan tetap bertahan di kehidupan ini. Semangat selalu untuk sembuh!

Yogyakarta, 14 Maret 2025

Putri Utami Rusmanadya

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PENGESAHAN | ii |
| HALAMAN PERNYATAAN..... | iii |
| KATA PENGANTAR..... | iv |
| DAFTAR ISI | vii |
| DAFTAR TABEL | viii |
| DAFTAR GAMBAR | ix |
| DAFTAR LAMPIRAN | x |
| RINGKASAN | xi |
| ABSTRACT | xii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Tujuan Penelitian..... | 12 |
| C. Manfaat Penelitian | 12 |
| D. Keaslian Penelitian..... | 13 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 17 |
| A. Landasan Teori | 17 |
| B. Dinamika Psikologis | 29 |
| C. Hipotesis..... | 34 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 36 |
| A. Identifikasi Variabel Penelitian | 36 |
| B. Definisi Operasional..... | 36 |
| C. Subjek Penelitian..... | 37 |
| D. Metode Pengumpulan Data | 37 |
| E. Metode Analisis Data | 40 |
| F. Kredibilitas | 42 |
| G. Rancangan Penelitian | 44 |
| BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN..... | 46 |
| A. Orientasi Kancah dan Persiapan..... | 46 |
| B. Laporan Pelaksanaan Penelitian..... | 52 |
| C. Hasil Penelitian | 53 |
| D. Pembahasan..... | 62 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 70 |
| A. Kesimpulan | 70 |
| B. Saran..... | 70 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 74 |
| LAMPIRAN..... | 80 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 3. 1 Blueprint Cyberchondria | 39 |
| Tabel 3. 2 Blueprint Metacognitive Belief | 40 |
| Tabel 4. 1 Blueprint Skala Cyberchondria Setelah Uji Coba | 51 |
| Tabel 4. 2 Blueprint Skala Metacognitive Belief Setelah Uji Coba | 52 |
| Tabel 4. 3 Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin | 54 |
| Tabel 4. 4 Deskripsi Berdasarkan Usia..... | 54 |
| Tabel 4. 5 Deskripsi Berdasarkan Pencarian Informasi Kesehatan | 55 |
| Tabel 4. 6 Deskripsi Data Penelitian | 56 |
| Tabel 4. 7 Rumus Norma Kategorisasi | 56 |
| Tabel 4. 8 Persentil untuk Kategorisasi tiap Variabel | 57 |
| Tabel 4. 9 Kategorisasi Data Penelitian tiap Variabel..... | 57 |
| Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas | 59 |
| Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas | 60 |
| Tabel 4. 12 Hasil Uji Hipotesis..... | 61 |
| Tabel 4. 13 Hasil Uji Determinasi | 62 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2. 1 Bagan Dinamika Psikologis..... | 34 |
|---|----|

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|-----|
| Lampiran 1 Skala Cyberchondria Sebelum Uji Coba | 81 |
| Lampiran 2 Skala Metacognitive Belief Sebelum Uji Coba | 87 |
| Lampiran 3 Validitas Aiken's V Skala Cyberchondria | 90 |
| Lampiran 4 Validitas Aiken's V Skala Metacognitive Belief..... | 92 |
| Lampiran 5 Skala Cyberchondria Setelah Uji Validitas..... | 94 |
| Lampiran 6 Skala Metacognitive Belief Setelah Uji Validitas..... | 100 |
| Lampiran 7 Tabulasi Data Try Out Skala Cyberchondria | 103 |
| Lampiran 8 Tabulasi Data Try Out Skala Metacognitive Belief..... | 112 |
| Lampiran 9 Uji Reliabilitas Skala Cyberchondria | 117 |
| Lampiran 10 Uji Reliabilitas Skala Metacognitive Belief | 121 |
| Lampiran 11 Skala Cyberchondria Setelah Uji Reliabilitas..... | 124 |
| Lampiran 12 Skala Metacognitive Belief Setelah Uji Reliabilitas..... | 130 |
| Lampiran 13 Tabulasi Data Penelitian Skala Cyberchondria..... | 132 |
| Lampiran 14 Tabulasi Data Penelitian Skala Metacognitive Belief..... | 139 |
| Lampiran 15 Rumus Hipotetik dan Empirik | 142 |
| Lampiran 16 Hasil Uji Normalitas | 144 |
| Lampiran 17 Hasil Uji Linearitas | 146 |
| Lampiran 18 Hasil Uji Hipotesis..... | 148 |
| Lampiran 19 Hasil Uji Determinasi | 150 |
| Lampiran 20 Kartu Bimbingan Skripsi | 152 |
| Lampiran 21 Hasil Turnitin | 154 |