

**PENGARUH *INSECURE ATTACHMENT* TERHADAP *CYBERCHONDRIA*
PADA GENERASI Z DI KALIMANTAN SELATAN**

Skripsi

**Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
Untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi
Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh

Noor Asyifa Aridha

2210914320036

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

Juli, 2026

Skripsi

**PENGARUH INSECURE ATTACHMENT TERHADAP CYBERCHONDRIA
PADA GENERASI Z DI KALIMANTAN SELATAN**

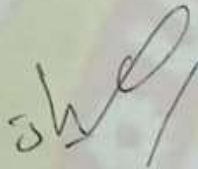
dipersiapkan dan disusun oleh

Noor Asyifa Aridha

telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 16 Juli 2026

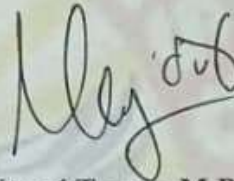
Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



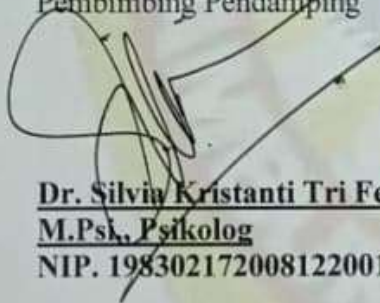
Siti Ra'iyati, S.Psi.L., M.Psi
NIPPPK. 199212262023212035

Anggota Dewan Penguji Lain

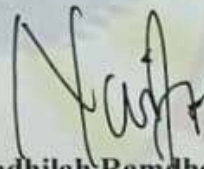


Meydisa Utami Tanau, M.Psi., Psikolog
NIP. 199105202025062003

Pembimbing Pendamping



Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana,
M.Psi., Psikolog
NIP. 198302172008122001



Nurul Fadhilah Ramdhani,
M.Psi., Psikolog
NIP. 199403122024062001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi



Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog
NIP. 198302172008122001
Ketua Jurusan Psikologi

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 06 Juli 2026



Noor Asyifa Aridha
NIM. 2210914320036

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh Noor Asyifa Aridha

Telah diperiksa dan disetujui untuk diseminarkan

Banjarbaru, 24 Juni 2026

Pembimbing Utama



Siti Rai'yati, S.Psi.I., M.Psi

NIPPPK. 199212262023212035

Banjarbaru, 24 Juni 2026

Pembimbing Pendamping



Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog

NIP. 198302172008122001

ABSTRAK

PENGARUH *INSECURE ATTACHMENT* TERHADAP *CYBERCHONDRIA* PADA GENERASI Z DI KALIMANTAN SELATAN

Noor Asyifa Aridha

Cyberchondria menjadi fenomena yang semakin banyak ditemukan seiring meningkatnya penggunaan internet sebagai sumber informasi kesehatan. Salah satu faktor yang diduga berperan adalah *insecure attachment*, yaitu pola kelekatan yang ditandai oleh kecemasan atau penghindaran dalam hubungan dengan figur kelekatan.. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *insecure attachment* terhadap *cyberchondria* pada Generasi Z dengan rentang usia 18 sampai 27 tahun yang ada di Kalimantan Selatan. Partisipan pada penelitian ini berjumlah 200 partisipan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linear sederhana. Teknik pengambilan data menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrumen *Experiences in Close Relationships–Relationship Structures* (ECR-RS) dan *Cyberchondria Severity Scale Short Form* (CSS-12). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan ($p < 0,05$) antara *insecure attachment* terhadap *cyberchondria* pada Generasi Z yang ada di Kalimantan Selatan. Adapun kontribusi *insecure attachment* terhadap *cyberchondria* ditunjukkan oleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 2,9%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya pengaruh *insecure attachment* terhadap *cyberchondria* pada Generasi Z di Kalimantan Selatan dapat diterima.

Kata kunci: *Insecure attachment*; *Cyberchondria*; Generasi Z.

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF INSECURE ATTACHMENT ON CYBERCHONDRIA IN GENERATION Z IN SOUTH KALIMANTAN

Noor Asyifa Aridha

Cyberchondria has become an increasingly prevalent phenomenon as internet usage for health information grows. One factor that may contribute to this phenomenon is insecure attachment, a pattern of attachment characterized by anxiety or avoidance in relationships with attachment figures. This study examined the effect of insecure attachment on Cyberchondria among Generation Z individuals aged 18–27 years in South Kalimantan. The participants consisted of 200 Generation Z individuals selected through purposive sampling. A quantitative approach was employed, and data were analyzed using simple linear regression. Data were collected using the Experiences in Close Relationships–Relationship Structures (ECR-RS) questionnaire and the Cyberchondria Severity Scale Short Form (CSS-12). The results indicated that insecure attachment had a significant effect on Cyberchondria ($p < 0.05$). The coefficient of determination ($R^2 = 0.029$) indicated that insecure attachment accounted for 2.9% of the variance in Cyberchondria, while the remaining variance was explained by factors beyond the scope of this study. These findings suggest that higher levels of insecure attachment are associated with greater Cyberchondria among Generation Z in South Kalimantan.

Keywords: Insecure attachment; Cyberchondria; Generation Z.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga Skripsi yang berjudul “Pengaruh *Insecure attachment* terhadap *Cyberchondria* pada Generasi Z di Kalimantan Selatan” ini dapat selesai. Dalam perjalanan menulis skripsi ini juga terdapat pihak-pihak yang membantu penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, Bapak Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCN yang sudah memberikan kesempatan dan izin dalam pelaksanaan penelitian.
2. Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan ULM, Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan kesempatan dan izin kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini serta memberikan bimbingan untuk penulisan skripsi ini.
3. Ibu Siti Rai'yati, S.Psi.I., M.Psi selaku dosen pembimbing I dan Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan untuk penulisan skripsi.
4. Dosen penguji I Ibu Meydisa Utami Tanau, M.Psi., Psikolog dan Ibu Nurul Fadhilah Ramdhani, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji II yang telah memberikan saran untuk penulisan dan pelaksanaan pengambilan data skripsi menjadi lebih baik.

5. Dosen pembimbing akademik, Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog dan seluruh dosen Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan ULM yang memberikan pengajaran dan ilmu bermanfaat selama penulis menempuh masa perkuliahan.
6. Seluruh staff Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan ULM yang telah banyak membantu dalam kelancaran penyelesaian skripsi ini.
7. Keluarga terkhusus orangtua, kakek, adik-adik, dan sepupu yang selalu memberikan dukungan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh responden yang telah memberikan waktu dan upaya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Tanpa kesediannya untuk berbagi pemikiran, pengalaman dan perspektif, hasil penelitian ini tidak akan terwujud dengan baik.
9. Sahabat di perkuliahan Aira Khansa Zahra, Miftah Nadiyah Salma, dan Salsabila yang telah kebersamaian dari awal semester.
10. Sahabat masa sekolah Amanda Azmi Anindya, Nova Erliyani, dan Novia Eka Rahmasari yang telah memberikan dukungan selama proses perkuliahan hingga penelitian berlangsung.

Banjarbaru, Juli 2026

Noor Asyifa Aridha

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Rumusan Masalah	10
1.3. Tujuan Penelitian.....	10
1.4. Manfaat Penelitian	11
1.5. Signifikan dan Keunikan Penelitian.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	16
2.1. <i>Cyberchondria</i>	16
2.1.1. Definisi <i>Cyberchondria</i>	16

2.1.2. Dimensi <i>Cyberchondria</i>	17
2.1.3. Faktor yang Memengaruhi <i>Cyberchondria</i>	19
2.2. Insecure Attachment.....	22
2.2.1. Definisi <i>Insecure Attachment</i>	22
2.2.2. Faktor yang Memengaruhi <i>Insecure attachment</i>	25
2.3. Generasi Z	28
2.3.1. Definisi Generasi Z	28
2.3.2. Karakteristik Generasi Z	29
BAB III METODE PENELITIAN	36
3.1. Rancangan Penelitian	36
3.2. Identifikasi, Konseptualisasi, dan Operasional Variabel Penelitian.....	37
3.2.1. Identifikasi Variabel Penelitian	37
3.2.2. Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian	37
3.3. Subjek dan Tempat Penelitian	39
3.4. Teknik Pengumpulan Data	41
3.4.1. Instrumen Penelitian	41
3.4.2. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	45
3.4.3. Pelaksanaan Uji Coba Penelitian	47
3.5. Analisis Data	50
3.5.1. Uji Asumsi.....	50

3.5.2. Uji Hipotesis	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
4.2. Pelaksanaan Penelitian	58
4.3. Hasil Penelitian	60
4.3.1. Deskripsi Data Penelitian	60
4.3.2. Hasil Analisis Data Penelitian	63
4.4. Pembahasan	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	75
5.1. Kesimpulan	75
5.2. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN	86

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 <i>Blueprint Insecure attachment (ECR-RS)</i>	43
Tabel 3.2 <i>Cyberchondria Severity Scale (CSS)</i>	44
Tabel 3.3 <i>Hasil Uji Validitas Skala ECR-RS</i>	47
Tabel 3.4 <i>Hasil Uji Reliabilitas Skala ECR-RS</i>	48
Tabel 3.5 <i>Hasil Uji Validitas Skala CSS-12</i>	49
Tabel 3.6 <i>Hasil Uji Reliabilitas Skala CSS-12</i>	50
Tabel 4. 1 <i>Rincian Gambaran Subjek di Kalimantan Selatan</i>	54
Tabel 4. 2 <i>Rincian Gambaran Subjek Berdasarkan Usia</i>	55
Tabel 4. 3 <i>Rincian Gambaran Subjek Berdasarkan Penggunaan Internet</i>	58
Tabel 4. 4 <i>Rincian Gambaran Subjek Berdasarkan Hubungan Dekat</i>	58
Tabel 4. 5 <i>Rumus Perhitungan Skor Hipotetik Variabel Penelitian</i>	60
Tabel 4. 6 <i>Rumus Perhitungan Skor Hipotetik Variabel Penelitian</i>	61
Tabel 4. 7 <i>Rumus Norma Kategorisasi</i>	62
Tabel 4. 8 <i>Rumus Norma Kategorisasi Variabel Insecure Attachment</i>	62
Tabel 4. 9 <i>Rumus Norma Kategorisasi Variabel Cyberchondria</i>	62
Tabel 4. 10 <i>Rumusan Kategorisasi Variabel</i>	63
Tabel 4. 15 <i>Rincian Gambaran Subjek Berdasarkan Pendidikan Terakhir</i>	65
Tabel 4. 16 <i>Hasil Uji Heteroskedastisitas</i>	66
Tabel 4. 17 <i>Hasil Uji Linearitas</i>	67
Tabel 4. 18 <i>Hasil Uji Analisis Regresi Linear Sederhana</i>	68
Tabel 4. 19 <i>Nilai Koefisien Determinasi Regresi</i>	69

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 <i>Ilustrasi Peranan antar Variabel</i>	35

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Skala/Instrumen Penelitian.....	79
B. Bukti Izin Peminjaman Skala.....	83
C. Hasil <i>Expert Judgment</i> ECR-RS	86
D. Surat Kesediaan Dosen Pembimbing	88
E. Surat Kesediaan Dosen Pembimbing Pendamping	90
F. Kartu Konsultasi Pembimbing	92
G. Hasil Wawancara Studi Pendahuluan.....	99
H. Verbatim Studi Pendahuluan	78
I. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	82
J. Data Penelitian	88
K. Hasil Uji Deskriptif.....	98
L. Hasil Perhitungan <i>G*Power</i>	101
M. Uji Asumsi dan Uji Hipotesis.....	102
N. Dokumentasi	104