

**PENGARUH *INTOLERANCE OF UNCERTAINTY* TERHADAP
CYBERCHONDRIA PADA GENERASI Z DI KALIMANTAN SELATAN**

Skripsi

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



Oleh

Aira Khansa Zahra

2210914220010

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

Juli, 2026

Skripsi

PENGARUH INTOLERANCE OF UNCERTAINTY TERHADAP CYBERCHONDRIA PADA GENERASI Z DI KALIMANTAN SELATAN

dipersiapkan dan disusun oleh

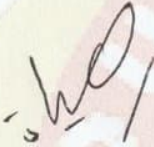
Aira Khansa Zahra

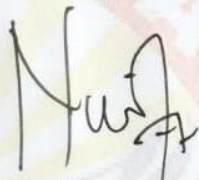
telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 16 Juli 2026

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama

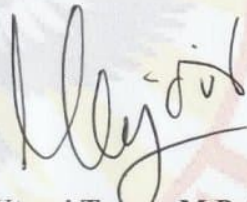
Anggota Dewan Penguji Lain


Siti Rai'yati, S.Psi.I., M.Psi.
NIPPPK. 199212262023212035


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

Pembimbing Pendamping


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


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

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, 6 Juli 2026



Aira Khansa Zahra

NIM 2210914220010

ABSTRAK

PENGARUH *INTOLERANCE OF UNCERTAINTY* TERHADAP *CYBERCHONDRIA* PADA GENERASI Z DI KALIMANTAN SELATAN

Aira Khansa Zahra

Kemudahan akses internet membuat Generasi Z semakin mudah memperoleh informasi kesehatan, tetapi kondisi tersebut juga dapat memicu munculnya *cyberchondria*. *Cyberchondria* merupakan fenomena psikologis kecenderungan melakukan pencarian informasi kesehatan berlebihan melalui internet yang meningkatkan kekhawatiran terhadap kondisi kesehatan. Individu dengan *intolerance of uncertainty* cenderung sulit menghadapi ketidakpastian terkait kondisi kesehatan sehingga terdorong untuk terus mencari informasi guna memperoleh kepastian. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *intolerance of uncertainty* terhadap *cyberchondria* pada Generasi Z di Kalimantan Selatan. Alat ukur yang digunakan adalah *Intolerance of Uncertainty Scale Short Version* (IUS-12) yang dikembangkan oleh Carleton *et al.* (2007) dan diadaptasi oleh Istiqomah *et al.* (2022) dengan reliabilitas 0,867 serta *Cyberchondria Severity Scale Short Version* (CSS-12) yang dikembangkan oleh McElroy *et al.* (2019) dan diadaptasi oleh Princen *et al.* (2024) dengan reliabilitas 0,881. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel sebanyak 211 partisipan yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dianalisis menggunakan uji regresi linier sederhana pada SPSS Statistics 27. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan *intolerance of uncertainty* terhadap *cyberchondria* dengan nilai $r = 0,267$ dan $p < 0,01$. Nilai koefisien determinasi menunjukkan bahwa *intolerance of uncertainty* berkontribusi sebesar 7,1% terhadap *cyberchondria*. Temuan penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi *intolerance of uncertainty*, semakin tinggi pula kecenderungan *cyberchondria*.

Kata kunci: *Intolerance of uncertainty*; *Cyberchondria*; Generasi Z

ABSTRACT

THE EFFECT OF INTOLERANCE OF UNCERTAINTY ON CYBERCHONDRIA AMONG GENERATION Z IN SOUTH KALIMANTAN

Aira Khansa Zahra

Easy access to the internet has enabled Generation Z to obtain health information more readily, which may contribute to the development of cyberchondria. Cyberchondria is a psychological phenomenon characterized by excessive online searching for health-related information, which increases anxiety about one's health. Individuals with a high intolerance of uncertainty often struggle to cope with uncertainty regarding their health, leading them to repeatedly seek health information online for reassurance. This study examined the effect of intolerance of uncertainty on cyberchondria among Generation Z in South Kalimantan. A quantitative approach was employed, involving 211 participants selected through purposive sampling. Data were collected using the Intolerance of Uncertainty Scale Short Version (IUS-12), developed by Carleton et al. (2007) and adapted by Istiqomah et al. (2022), and the Cyberchondria Severity Scale Short Version (CSS-12), developed by McElroy et al. (2019) and adapted by Princen et al. (2024). Data were analyzed using simple linear regression in SPSS Statistics 27. Results demonstrated a significant effect of intolerance of uncertainty on cyberchondria ($r = 0.267$, $p < 0.01$). Furthermore, the coefficient of determination indicated that intolerance of uncertainty accounted for 7.1% of the variance in cyberchondria. These findings suggest that higher intolerance of uncertainty is associated with greater cyberchondria.

Keywords: Intolerance of uncertainty; Cyberchondria; Generation Z

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, serta karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Pengaruh *Intolerance of Uncertainty* terhadap *Cyberchondria* pada Generasi Z di Kalimantan Selatan” dapat penulis selesaikan dengan baik dan tepat waktu. *Shalawat* serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menjadi teladan bagi umat manusia dalam menuntut serta mengembangkan ilmu pengetahuan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat Sarjana Psikologi pada Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat. Selama proses penyusunan hingga penyelesaian skripsi ini, berbagai bantuan, dukungan, doa, arahan, serta motivasi telah diberikan oleh banyak pihak. Melalui kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat, Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISC.M. yang telah memberikan kesempatan serta izin dalam pelaksanaan penelitian ini.
2. Ketua Jurusan Psikologi FKIK ULM, Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan kesempatan dan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.
3. Ibu Siti Rai'yati, S.Psi.I., M.Psi. selaku dosen pembimbing utama dan Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk

memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta dukungan selama proses penyusunan skripsi.

4. Ibu Nurul Fadhilah Ramdhani, M.Psi., Psikolog dan Ibu Meydisa Utami Tanau, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji yang telah memberikan berbagai saran, kritik, serta masukan yang sangat berarti dalam penyempurnaan penelitian dan penulisan skripsi.
5. Seluruh dosen Jurusan Psikologi Universitas Lambung Mangkurat yang telah membagikan ilmu dan pengalaman berharga selama masa perkuliahan, serta seluruh staf Jurusan Psikologi Universitas Lambung Mangkurat yang telah membantu berbagai keperluan administrasi dan mendukung kelancaran proses studi hingga penyelesaian skripsi.
6. Kedua orang tua serta seluruh keluarga yang senantiasa memberikan kasih sayang, bantuan, dan doa yang tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan seluruh proses perkuliahan dan penyusunan skripsi ini dengan baik. Terima kasih dan rasa syukur yang tak terhingga penulis ucapkan untuk keluarga tersayang.
7. Noor Asyifa Aridha selaku sahabat penelitian payung yang telah menjadi rekan seperjuangan selama proses penelitian berlangsung. Terima kasih atas semua dukungan yang diberikan dalam menghadapi berbagai dinamika sejak awal sampai akhir perkuliahan di mana kita bisa lulus bersama dengan gelar Sarjana Psikologi.

8. Salsabila dan Miftah Nadiah Salma yang senantiasa menjadi sahabat sekaligus rekan seperjuangan gelar Sarjana Psikologi dengan segala bantuan yang diberikan dalam berbagai ombak dan bara api di masa perkuliahan.
9. Vidianata Al-Qibthia, Fenny Adzwa Lestari, Yosephyna Miranda Octaviani Manullang, Ellya Sari, Risti Nur Rizqa, Salsabila Adhyaksari, Clarissa Rachel Narang, Rusmilawati, Hani Amanda, Gina Sofia Yunida, dan Khairul Umami yang sudah meluangkan waktu untuk turut serta dalam penelitian. Terima kasih banyak atas semua semangat dan dukungannya.
10. Teman-teman baik lainnya yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang selalu memberikan semangat dan bantuan selama proses penyusunan skripsi. Kebajikan kalian sangat berarti bagi penulis.
11. Seluruh partisipan penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner penelitian. Kesediaan dan partisipasi yang diberikan menjadi bagian penting dalam keberhasilan penelitian ini sehingga tujuan penelitian dapat tercapai dengan baik.
12. EXO yang secara tidak langsung menjadi sumber motivasi dan penyemangat bagi penulis selama bertahun-tahun. Karya dan dedikasi yang ditunjukkan oleh kesembilan anggota menginspirasi penulis untuk terus bertahan, berkembang, dan menyelesaikan berbagai tantangan dalam kehidupan akademik maupun kehidupan sehari-hari.
13. Penulis sendiri yang telah berusaha untuk tetap bertahan, belajar, dan menyelesaikan setiap proses yang dilalui selama penyusunan skripsi ini. Berbagai tantangan dan keraguan yang muncul sepanjang perjalanan menjadi

bagian dari proses pembelajaran yang berharga serta memberikan banyak pengalaman dan pelajaran untuk perkembangan diri di masa mendatang. Semoga semangat terus untuk memenuhi semua mimpi dan *wishlist* itu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki berbagai keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan sebagai bahan perbaikan di masa mendatang. Besar harapan penulis agar skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi, menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya, serta memberikan manfaat bagi para pembaca.

Banjarbaru, 6 Juli 2026



Aira Khansa Zahra

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.5 Signifikansi dan Keunikan Penelitian.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	17
2.1 <i>Cyberchondria</i>	17
2.1.1 Pengertian <i>Cyberchondria</i>	17
2.1.2 Dimensi <i>Cyberchondria</i>	18

2.1.3 Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Cyberchondria</i>	20
2.2 <i>Intolerance of Uncertainty</i>	21
2.2.1 Pengertian <i>Intolerance of Uncertainty</i>	21
2.2.2 Dimensi <i>Intolerance of Uncertainty</i>	22
2.2.3 Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Intolerance of Uncertainty</i>	23
2.3 Dinamika Pengaruh <i>Intolerance of Uncertainty</i> terhadap <i>Cyberchondria</i> pada Generasi Z di Kalimantan Selatan	25
2.4 Landasan Teori	27
2.5 Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
3.1 Rancangan Penelitian	31
3.2 Identifikasi, Konseptualisasi, dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	31
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian	31
3.2.2 Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian	32
3.3 Subjek dan Tempat Penelitian	33
3.4 Teknik Pengumpulan Data	36
3.4.1 Instrumen Penelitian	36
3.4.2 Pelaksanaan Uji Coba	40
3.4.3 Uji Seleksi Item, Validitas, dan Reliabilitas	40
3.5 Analisis Data	48
3.5.1 Uji Asumsi	48
3.5.2 Uji Hipotesis	49

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
4.1 Gambaran Subjek Penelitian.....	51
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	53
4.3 Hasil Penelitian	55
4.3.1 Deskripsi Data Penelitian	55
4.3.2 Hasil Uji Asumsi	58
4.3.3 Hasil Uji Hipotesis	60
4.4 Pembahasan.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	69
5.1 Kesimpulan	69
5.2 Saran	70
5.2.1 Bagi Partisipan Penelitian	70
5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya	70
5.2.3 Bagi Praktisi Psikologi	71
5.2.4 Bagi Masyarakat Pengguna Internet	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala <i>Intolerance of Uncertainty</i>	38
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Cyberchondria</i>	39
Tabel 3.3 Hasil Uji Coba Skala <i>Intolerance of Uncertainty</i>	42
Tabel 3.4 Hasil Uji Coba Skala <i>Cyberchondria</i>	43
Tabel 4.1 Demografi Subjek Penelitian	51
Tabel 4.2 Rumus Skor Hipotetik <i>Intolerance of Uncertainty</i> dan <i>Cyberchondria</i>	55
Tabel 4.3 Rumus Perhitungan Skor Hipotetik Variabel Penelitian	56
Tabel 4.4 Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik Variabel Penelitian...	56
Tabel 4.5 Rumusan Norma Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	57
Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi Data Variabel Penelitian	57
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	58
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas	59
Tabel 4.9 Hasil Uji Heteroskedastisitas	60
Tabel 4.10 Hasil Uji Deskriptif dan Korelasi Antarvariabel	60
Tabel 4.11 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	61
Tabel 4.12 Model Regresi Linier Sederhana	61

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Skema Pengaruh <i>Intolerance of Uncertainty</i> dan <i>Cyberchondria</i>	29
Gambar 4.1 Skema Pengaruh <i>Intolerance of Uncertainty</i> dan <i>Cyberchondria</i> pada Generasi Z di Kalimantan Selatan.....	62

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Lembar Pernyataan Persetujuan Partisipan	81
B. Skala <i>Intolerance of Uncertainty</i>	83
C. Skala <i>Cyberchondria</i>	85
D. Data Uji Coba Penelitian	88
D.1 Data Uji Coba Alat Ukur <i>Intolerance of Uncertainty</i>	88
D.2 Data Uji Coba Alat Ukur <i>Cyberchondria</i>	89
E. Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Alat Ukur	91
E.1 Hasil Uji Validitas Alat Ukur <i>Intolerance of Uncertainty</i>	91
E.2 Hasil Uji Validitas Alat Ukur <i>Cyberchondria</i>	93
E.3 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur <i>Intolerance of Uncertainty</i>	94
E.4 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur <i>Cyberchondria</i>	94
F. Data Penelitian	94
F.1 Data Variabel <i>Intolerance of Uncertainty</i>	94
F.2 Data Variabel <i>Cyberchondria</i>	99
G. Hasil Uji Deskriptif Penelitian	104
H. Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Penelitian	107
H.1 Hasil Uji Validitas Variabel <i>Intolerance of Uncertainty</i>	107
H.2 Hasil Uji Validitas Variabel <i>Cyberchondria</i>	108
H.3 Hasil Uji Reliabilitas Variabel <i>Intolerance of Uncertainty</i>	108
H.4 Hasil Uji Reliabilitas Variabel <i>Cyberchondria</i>	108

I. Hasil Uji Asumsi dan Uji Hipotesis Penelitian	109
I.1 Hasil Uji Normalitas	109
I.2 Hasil Uji Linieritas	109
I.3 Hasil Uji Heteroskedastisitas	109
I.4 Hasil Uji Hipotesis Penelitian	109
J. Pernyataan Kesiapan Membimbing	111
J.1 Pernyataan Kesiapan Membimbing Pembimbing Utama	111
J.2 Pernyataan Kesiapan Membimbing Pembimbing Pendamping	112
K. Lembar Bimbingan	113
L. Formulir Uji Referensi	114
M. Skrining Etik	115
M.1 Skrining Etik oleh Dosen Pembimbing Utama	115
M.2 Skrining Etik oleh Dosen Pembimbing Pendamping	118
N. Perizinan Penggunaan Skala Penelitian	121
N.1 Permohonan Izin Skala <i>Intolerance of Uncertainty</i>	121
N.2 Permohonan Izin Skala <i>Cyberchondria</i>	121
O. Uji <i>Sample Size G*Power</i>	122
P. Wawancara Studi Pendahuluan	123
P.1 <i>Guide</i> Wawancara	123
P.2 Verbatim Subjek 1	126
P.3 Verbatim Subjek 2	132
Q. Dokumentasi	135
Q.1 Dokumentasi Penelitian	135

Q.2 Poster Penelitian	136
Q.3 <i>Google Form</i> Penelitian	136
R. Sertifikat Uji Plagiasi	137
S. Halaman Persetujuan Seminar Proposal Skripsi	138
T. Halaman Persetujuan Seminar Hasil Skripsi.....	139
U. Formulir Cek Format dan Tata Tulis.....	140
V. Lembar Bimbingan Revisi Seminar Hasil Skripsi	141
V.1 Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing Utama.....	141
V.2 Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing Pendamping	142
V.3 Lembar Bimbingan Dosen Penguji Utama.....	143
V.4 Lembar Bimbingan Dosen Penguji Pendamping	144