

**PENGARUH *NATURE RELATEDNESS*
DAN *HEALTH CONSCIOUSNESS* TERHADAP
*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING***



Disusun oleh:

Farisya Dewi Muhadillah 111811133057

Dosen Pembimbing: Dr. Fajrianthi, M.Psi., Psikolog

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2022

**PENGARUH *NATURE RELATEDNESS* DAN *HEALTH*
CONSCIOUSNESS TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-*
*BEING***

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Universitas Airlangga, Surabaya

Disusun oleh:

Farisya Dewi Muhadillah

111811133057

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGA
SURABAYA**



SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya susun ini merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam skripsi yang saya tulis berasal dari hasil karya tulis orang lain, namun tetap mencantumkan sumber dengan jelas dan sesuai kaidah penulisan ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi saya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang telah saya sandang dan menerima konsekuensi yang sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Surabaya, 21 November 2022

Penulis,



Farisya Dewi Muhadillah

111811133057

HALAMAN PERSETUJUAN

(PENGARUH *NATURE RELATEDNESS* DAN *HEALTH CONSCIOUSNESS* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*)

Surabaya, 18 November 2022

Skripsi ini telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi

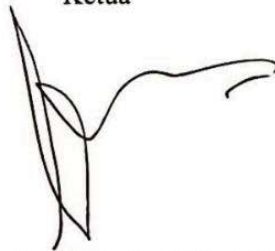


Dr. Fajrianthi, M.Psi., Psikolog
(NIP. 196803081998022001)

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI
PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan dewan penguji pada hari Selasa, 13 Desember 2022 dengan susunan dewan penguji sebagai berikut:

Ketua



Prof. Dr. Cholichul Hadi, M.Si., Psikolog

NIP: 1964032319890310

Sekretaris



Rosatyani Puspita A., M.Psi., Psikolog

NIP: 198512012015042001

Anggota



Dr. Fajrianthi, M.Psi., Psikolog

NIP: 196803081998022001

HALAMAN MOTTO

“Tiada daya dan upaya kecuali dengan kekuatan Allah yang Mahatinggi lagi
Mahaagung”

HALAMAN PERSEMBAHAN

ALLAH SWT

Rasulallah SAW

Uti Cholifah, Ibu Fardah, Ayah Samsul terima kasih atas doa dan dukungannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat serta hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tidak sedikit hambatan dan kesulitan yang dihadapi dalam penulisan skripsi ini. Akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan atas izin Allah SWT dan tentunya dengan dukungan dari berbagai pihak.

Penulis ingin mengucapkan terima kasih banyak yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga beserta jajaran wakil dekan.
2. Dr. Fajrianthi, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing penulisan skripsi. Terima kasih banyak atas segala bimbingan, arahan, dan dukungan yang telah diberikan selama proses pengerjaan skripsi.
3. Dr. Rahkman Ardi, M.Psych selaku dosen wali. Terima kasih banyak atas segala bimbingan dan dukungan moril selama masa perkuliahan.
4. Seluruh dosen dan karyawan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Terima kasih banyak atas ilmu dan kebaikan yang telah diberikan.
5. Keluarga saya, Uti Cholifah, Ibu Fardah, Ayah Samsul, Adik Haqqi. Terima kasih banyak atas doa yang selalu dipanjatkan untuk kelancaran studi dan pengerjaan skripsi saya, juga dukungan moril maupun materil.
6. Ratri Aisyah, Martanti Aji, Farah Septiana, Ismi Nur, teman-teman saya yang menemani ketika saya sedang kesulitan mengerjakan skripsi. Terima kasih banyak atas dukungan dan bantuannya selama ini.

7. Terima kasih kepada Gifty, Alvin, dan teman-teman POSS18LE yang menemani selama masa perkuliahan.
8. Pihak-pihak lain yang belum disebutkan. Terima kasih banyak atas bantuan yang telah diberikan kepada saya.
9. Terima kasih untuk diri saya sendiri yang sudah berjuang dan berani menghadapi ketakutan pribadi. Terima kasih sudah menjadi kuat hingga berhasil menyelesaikan skripsi ini.

Surabaya, 21 November 2022



Farisya Dewi Muhadillah

111811133057

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	9
1.3. Batasan Masalah	13
1.4. Rumusan Masalah	14
1.5. Tujuan Penelitian	14
1.6. Manfaat Penelitian	14
BAB II	16
TINJAUAN PUSTAKA	16
2.1. Psychological Well-Being	16
2.2. Nature Relatedness	27
2.3. Health Consciousness	30
2.4. Hubungan antar Variabel	33
2.5. Kerangka Konseptual	37
2.6. Hipotesis	37

BAB III.....	39
METODE PENELITIAN	39
3.1. Tipe Penelitian	39
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian	39
3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian	40
3.4. Subjek Penelitian	42
3.5. Teknik Pengumpulan Data.....	44
3.6. Analisis Data.....	50
BAB IV.....	51
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
4.1. Gambaran Subjek Penelitian.....	51
4.2. Pelaksanaan Penelitian.....	52
4.3. Hasil Penelitian	53
4.4. Pembahasan	67
4.5. Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB V	76
SIMPULAN DAN SARAN	76
5.1. Kesimpulan	76
5.2. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN	84

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Skala Nature Relatedness	45
Tabel 3.2 Validitas dan Reliabilitas Skala Nature Relatedness	45
Tabel 3.3 Blueprint Skala Health Consciousness	47
Tabel 3.4 Validitas dan Reliabilitas Skala Nature Relatedness	47
Tabel 3.5 Validitas dan Reliabilitas Skala Psychological Well-Being	49
Tabel 3.6 Skor Skala Psychological Well-Being	49
Tabel 3.7 Blueprint Skala Psychological Well-Being	49
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Data Demografis	51
Tabel 4.2 Statistik Deskriptif	53
Tabel 4.3 Norma Kategorisasi	55
Tabel 4.4 Kategorisasi Skala Nature Relatedness	55
Tabel 4.5 Kategorisasi Skala Health Consciousness	56
Tabel 4.6 Kategorisasi Skala Psychological Well-Being	56
Tabel 4.7 Casewise Diagnostics	58
Tabel 4.8 Collinearity Statistics	60
Tabel 4.9 ANOVA	63
Tabel 4.10 Ringkasan Model Regresi	63
Tabel 4.11 Koefisien Regresi Masing-Masing Prediktor	64
Tabel 4.12 Model Regresi Analisis Tambahan	65
Tabel 4.13 Korelasi Antar Dimensi dan Variabel	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	37
Gambar 4.1 Histogram Distribusi Data Sampel	54
Gambar 4.2 Boxplot Data Sampel	57
Gambar 4.3 Partial Regression Plot	60
Gambar 4.4 Q-Q Plot Standardized Residuals	61
Gambar 4.5 Scatterplot Residuals vs Predicted	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Form Informed Consent	83
Lampiran 2 Kuesioner Variabel Demografis	85
Lampiran 3 Kuesioner Nature Relatedness	86
Lampiran 4 Kuesioner Health Consciousness	88
Lampiran 5 Kuesioner Psychological Well-Being	89

ABSTRAK

Farisya Dewi Muhadillah, 111811133057, Pengaruh *Nature Relatedness* dan *Health Consciousness* terhadap *Psychological Well-Being*, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2022.

xvi, 83 Halaman + 5 Lampiran

Berbagai tekanan yang dirasakan selama pandemi hingga masa transisi menuju endemi mempengaruhi berkurangnya kesehatan dan kesejahteraan mental individu. Faktor-faktor protektif untuk *psychological well-being* pun penting untuk diteliti, beberapa diantaranya adalah *nature relatedness* dan *health consciousness*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *nature relatedness* dan *health consciousness* secara simultan dan parsial terhadap *psychological well-being*. Melalui analisis regresi linear berganda, penelitian ini menemukan bahwa *nature relatedness* dan *health consciousness* secara bersama mampu menjelaskan 26,1% variasi dari *psychological well-being* ($F(2,66) = 12,991$; $p < 0,001$; $Adjusted R^2 = 0,261$). Pengujian secara parsial menunjukkan bahwa prediktor *health consciousness* ($\beta = 0,436$; $SE = 0,171$; $t = 3,654$; $p < 0,001$) berpengaruh terhadap *psychological well-being*, sedangkan *nature relatedness* bukan merupakan prediktor yang berpengaruh secara signifikan terhadap *psychological well-being* ($\beta = 0,159$; $SE = 0,086$; $t = 1,330$; $p = 0,188$). Penelitian ini menyarankan praktisi kesehatan mental untuk menekankan manfaat merawat kesehatan dan memelihara relasi dengan alam dalam edukasi/intervensi kesejahteraan psikologis.

Kata kunci: Kesadaran kesehatan, Kesejahteraan psikologis, Keterkaitan dengan alam

ABSTRACT

Farisya Dewi Muhadillah, 111811133057, Effect of Nature Relatedness and Health Consciousness on Psychological Well-Being, Thesis, Faculty of Psychology Universitas Airlangga, 2022.

xvi, 83 Pages + 5 Attachments

Various pressures felt during the pandemic to the transition period towards endemic affect the reduction of individual mental health and well-being. It is also important to study protective factors for psychological well-being, some of which are nature relatedness and health consciousness. This study aims to determine the effect of nature relatedness and health consciousness simultaneously and partially on psychological well-being. Through multiple linear regression analysis, this study found that nature relatedness and health consciousness together could explain 26.1% of the variation in psychological well-being ($F(2,66) = 12.991$; $p < 0.001$; Adjusted $R^2 = 0.261$). Partial testing shows that the predictor of health consciousness ($\beta = 0.436$; $SE = 0.171$; $t = 3.654$; $p < 0.001$) has an effect on psychological well-being, while nature relatedness is not a predictor that has a significant effect on psychological well-being ($\beta = 0.159$; $SE = 0.086$; $t = 1.330$; $p = 0.188$). This study suggests mental health practitioners to emphasize the benefits of caring for health and maintaining relationships with nature in psychological well-being education/interventions.

Keywords: Health consciousness, Nature relatedness, Psychological well-being