

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KUALITAS HIDUP
DENGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI
UJIAN SIDANG SKRIPSI PADA MAHASISWA AKHIR
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)**

**Oleh:
Nur Aisah
2224060**

**Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Program
Studi Psikologi Islam**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA
BELITUNG
2026**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka
E-mail : humas@iainsasabel.ac.id Gmail : humas@iainsasabel@gmail.com

SURAT KETERANGAN
NOMOR : 397/In.40/FD/PP.00.9/10/2026

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Nur Aisah
NIM : 2224060
Program : Strata 1
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Sidang Skripsi pada Mahasiswa Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi sebesar 17% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah dengan nilai cek plagiasi 25%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 6 Oktober 2026
Dekan,



Dr. Iqrom Faldiansyah, MA

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Aisah
NIM : 2224060
Fakultas : Dakwah Dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **“Hubungan Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Sidang Skripsi pada Mahasiswa Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam”**, ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 23 Juli 2026

Yang Menyatakan



Nur Aisah

NIM.2224068



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA
BELITUNG FAKULTAS DAKWAH DAN
KOMUNIKASI ISLAM**

Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung

E-mail : humas@iainsasbabel.ac.id Website : www.iainsasbabel.ac.id

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi
Nur Aisah

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Dakwah dan
Komunikasi Islam IAIN Syaikh
Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
Di Bangka

Assalamua'laikum Wr.Wb

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswi di bawah ini:

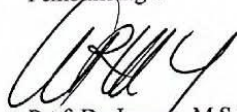
Nama : Nur Aisah
NIM : 2224060
Prodi : Psikologi Islam (PI)
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Sidang Skripsi pada Mahasiswa Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami, semoga dalam waktu dekat Skripsi ini dapat dimunaqasyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

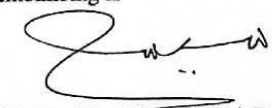
Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Pembimbing I


Prof. Dr. Irawan, M.S.I
NIP.197205272005011006

Bangka, 20 Agustus 2026

Pembimbing II


Siska Dwi Paramitha, M.Psi., Psikolog
NIP.198611052022032001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jln. Raya Petaling km. 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Prov.Kep.Bangka Belitung 33173

Email: humas@iainsasbabel.ac.id Website: www.iainsasbabel.ac.id

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi
Nur Aisah

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di Bangka

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hasil perbaikan, maka kami selaku penguji berpendapat bahwa skripsi mahasiswa dibawah ini:

Nama : Nur Aisah
NIM : 2224060
Prodi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Sidang Skripsi pada Mahasiswa Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Demikian Nota Dinas Penguji ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terima kasih. *Wassalamu 'alaikum, Wr. Wb.*

Bangka, 30 September 2026

Penguji II

Oktarizal Drianus, M.Psi
NIP.198606062019031016

Penguji I

Dr. Iqram Ealdiansyah, M.A
NIP.197607222011011003



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id
Website: www.iainsasbabel.ac.id

PENGESAHAN

Nomor: B-102/FD/10/2026

Skripsi dengan judul: Hubungan Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Sidang Skripsi pada Mahasiswa Akhir Fakultas dakwah dan Komunikasi Islam Bangka Belitung

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Nur Aisah
N I M : 2224060
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam

telah dimunaqosyahkan pada hari Kamis tanggal 24 September 2026 dengan nilai **A (90,00)**, dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

Pembimbing I, Pembimbing II,

Prof. Dr. Irawan, M.S.I
NIP. 197205272005011006

Siska Dwi Paramitha, M.Psi., Psikolog,
NIP. 198611052022032001

Penguji I, Penguji II,

Dr. Idrom Faldiansyah, M.A
NIP. 197607202011011003

Oktarizal Drianus, M.Psi
NIP. 198606062019031016

Bangka, 06 Oktober 2026

Dekan,



Dr. Idrom Faldiansyah, M.A
NIP. 197607202011011003

MOTTO

“Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram”

-QS. Ar-Ra'd: 28-

“Ditengah dukungan orang-orang terdekat dan ketenangan hati mengingat sang pencipta, kecemasan terbesarpun akan menemukan jalannya untuk mereda.

Allah selalu menyertai setiap perjuangan ini”

-Nur Aisah-

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrohim

Dengan menyebut nama Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang, segala puji bagi Allah SWT, atas limpahan rahmat, nikmat, kekuatan, serta kesempatan yang diberikan tanpa henti sehingga bisa menyelesaikan skripsi ini dengan penuh rasa syukur dan ketulusan. Karya ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya bapak Marjoni dan ibu Sahana yang selalu memberikan motivasi, material, inspirasi serta usaha dan do'a yang tiada henti hingga membuatku terus bertahan hingga kini.
2. Kakak saya tercinta Srikandi yang selalu memberikan do'a dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Seseorang yang selalu menyemangati dan mengingatkan saya untuk tidak lupa dengan tugas akhir skripsi ini.

Untuk diri saya sendiri, terima kasih yang mendalam untuk sudah bisa bertahan dan menyelesaikan pendidikan ini dengan sangat baik. Semoga dengan gelar pendidikan ini bisa terus menjadi manusia baik, bermanfaat dan terus berkembang dengan lebih baik lagi.

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KUALITAS HIDUP DENGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN SIDANG SKRIPSI PADA MAHASISWA AKHIR FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

Nur Aisah

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi Psikologi Islam

Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Abstrak

Ujian sidang skripsi merupakan momen yang menentukan apakah seorang mahasiswa lulus atau tidak, sehingga sering kali menimbulkan rasa cemas. Kecemasan yang berlebihan dapat memengaruhi kemampuan mahasiswa saat menghadapi ujian sidang skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kualitas hidup dengan tingkat kecemasan yang dirasakan mahasiswa saat menghadapi ujian sidang skripsi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain yang bersifat korelasi, populasi yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 172 mahasiswa. Sedangkan teknik pengambilan sampel yaitu dengan teknik *purposive sampling*, sampel yang diambil sebanyak 120 responden yang ditentukan berdasarkan rumus Taro Yamane dengan toleransi kesalahan sebesar 5%. Alat ukur yang digunakan berupa kuesioner yang mencakup tiga variabel yaitu Dukungan Sosial (X1), Kualitas Hidup (X2) dan Tingkat Kecemasan (Y), dimana masing-masing variabel terdiri dari 16 item pernyataan.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 26 yang mencakup uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, uji korelasi parsial dan uji korelasi berganda. Temuan dari penelitian menunjukkan : (1) Terdapat hubungan signifikan dan negatif antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan, hal ini dibuktikan dengan nilai ($R = -0,438$, sig. = $0,000 < 0,005$) yang berarti semakin tinggi dukungan sosial maka, semakin rendah tingkat kecemasannya. (2) Terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara kualitas hidup dengan tingkat kecemasan yang dibuktikan dengan nilai $R = -0,389$ dan nilai sig. = $0,000 < 0,05$ yang berarti semakin tinggi kualitas hidup maka semakin rendah tingkat kecemasan. (3) Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kualitas hidup secara Bersama-sama dengan tingkat kecemasan. Hal ini dibuktikan dengan nilai $R = 0,461$, $R^2 = 0,212$ serta nilai $F = 15,751$ dengan sig. = $0,000 < 0,05$ dengan kontribusi sebesar 21,2% sedangkan 78,8% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Kualitas Hidup, Tingkat Kecemasan, Mahasiswa Akhir

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND QUALITY
OF LIFE WITH ANXIETY LEVELS IN FACING THESIS DEFENSE
EXAMINATIONS AMONG FINAL-YEAR STUDENTS OF THE
FACULTY OF ISLAMIC DAKWAH AND COMMUNICATION**

Nur Aisah

Faculty of Islamic Dakwah and Communication

Islamic Psychology Study Program

State Islamic Institute Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Abstrak

The thesis defense examination is a decisive moment that determines whether a student passes or not, and it often triggers feelings of anxiety. Excessive anxiety can affect students' performance when facing the thesis defense examination. This study aims to determine the relationship between social support and quality of life with the level of anxiety experienced by students facing the thesis defense examination at the Faculty of Islamic Institute Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.

This study used a quantitative method with a correlation design. The population involved in this study consisted of 172 students, while the sampling technique used was purposive sampling. A total of 120 respondents were selected based on the Taro Yamane formula with a 5% margin of error. The measurement instrument used was a questionnaire covering three variables: Social Support (X1), Quality of Life (X2), and Anxiety Level (Y1) with each variable consisting of 16 statement items.

Data analysis was conducted using SPSS version 26, including validity tests, reliability test, normality test, linearity test, multicollinearity test, partial correlation test, and multiple correlation test. The findings of the study show: (1) There is a significant and negative relationship between social support and anxiety level, as evidenced by the value $R = -0,438$, $\text{sig.} = 0,000 < 0,005$ meaning that the higher the social support, the lower the anxiety level. (2) There is a significant and negative relationship between quality of life and anxiety level, as evidenced by $R = -0.389$ and $\text{sig.} = 0,000 < 0,05$ meaning that the higher the quality of life, the lower the anxiety level. (3) There is a significant relationship between social support and quality of life together with anxiety level, as evidenced by $R = 0,461$, $R = 0,212$ and $F = 15,751$ with $\text{sig.} = 0,000 < 0,05$ with a contribution of 21,2% while the remaining 78,8% is influenced by other factors.

Keywords: Social Support, Quality of Life, Anxiety Level, Final-Year Students

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, berkat rahmat, Hidayat, dan karunianya. Dan tidak lupa penulis haturkan shalawat serta salam kepada junjungan besar Muhammad SAW, yang telah membawa umat islam dari masa kegelapan ke masa yang terang benderang sekarang ini. Sehingga penulis dapat menyusun skripsi dengan judul **“Hubungan Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Sidang Skripsi pada Mahasiswa Akhir Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam”**.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat kelulusan Program Strata 1 Program Studi Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Janawi, M.Ag. Selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
2. Dr. H. Iqrom Faldiansyah, M. A. Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
3. Siska Dwi Paramitha, M.Psi. Psikolog. Selaku ketua Program Studi Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
4. Prof. Dr. Irawan, M.S.I. Selaku Pembimbing I
5. Siska Dwi Paramitha, M.Psi. Psikolog. Selaku Pembimbing II
6. Dr. H. Iqrom Faldiansyah, M. A. Selaku Penguji I
7. Oktarizal Drianus, M. Psi. Selaku Penguji II

8. Seluruh Dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang tak hentinya memberikan ilmu.
9. Teman-teman seperjuangan, yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini baik secara langsung maupun tidak langsung, terimakasih atas do'a baik dan semangat dan mendukung saya selama proses pembuatan skripsi.

Bangka, 23 Juli 2026 Penulis

Nur Aisah
NIM.2224060

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN.....	i
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	ii
MOTTO.....	iii
PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
ABSTRAK.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Kegunaan Penelitian	9
E. Telaah Pustaka	10
F. Rancangan Sistematika Penulisan.....	19
BAB II LANDASAN TEORI	20
A. Tingkat Kecemasan.....	21
1. Definisi Kecemasan	21
2. Aspek-Aspek Kecemasan	23
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	26
4. Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi.....	27
B. Dukungan Sosial.....	28
1. Definisi Dukungan Sosial	28
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial	30
3. Faktor-Faktor Dukungan Sosial.....	33
C. Kualitas Hidup	34
1. Definisi Kualitas Hidup	34
2. Aspek-Aspek Kualitas Hidup	36
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup.....	39
D. Hipotesis	40
BAB III METODE PENELITIAN	42
A. Pendekatan Penelitian	42
B. Populasi dan Sampel Penelitian	42
1. Populasi.....	42
2. Sampel dan Teknik Penelitian	43
C. Tempat dan Waktu Penelitian	43
D. Variabel Penelitian.....	44
1. Variabel Bebas.....	44
2. Variabel Terikat	44
E. Definisi Operasional Variabel	44
1. Dukungan Sosial (X1)	44
2. Kualitas Hidup (X2).....	45
3. Tingkat Kecemasan (Y).....	45

F. Teknik dan Instrumen Penelitian	46
1. Teknik Pengumpulan Data	46
2. Instrumen Penelitian	46
G. Teknik Pengolahan Data	48
H. Teknik Analisis Data	49
1. Uji Instrumen	49
2. Uji Asumsi Klasik	53
3. Uji Hipotesis	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	59
A. Deskripsi Objek Penelitian	59
B. Hasil Penelitian	60
1. Uji Asumsi Klasik	60
2. Uji Hipotesis	62
C. Pembahasan Hasil Penelitian	66
1. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan.....	66
2. Hubungan Kualitas Hidup dengan Tingkat Kecemasan.....	67
3. Hubungan Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup Secara Bersama- Sama dengan Tingkat Kecemasan.....	69
4. Keterbatasan Penelitian	71
BAB V PENUTUP	72
A. Kesimpulan	72
B. Saran	73
DAFTAR PUSTAKA.....	76
LAMPIRAN	80

DAFTAR TABEL

Tabel. 3.1 Hasil Uji Validitas	50
Tabel. 3.2 Hasil Uji Reliabilitas.....	53
Tabel. 4.1 Hasil Uji Normalitas	60
Tabel. 4.2 Hasil Uji Linearitas Dukungan Sosial (X1) dengan Tingkat Kecemasan (Y)	61
Tabel. 4.3 Hasil Uji Linearitas Kualitas Hidup (X2) dengan Tingkat Kecemasan (Y)	61
Tabel. 4.4 Hasil Uji Multikolinearitas	62
Tabel. 4.5 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi.....	63
Tabel. 4.6 Hasil Korelasi Parsial	63
Tabel 4.7 Hasil Uji Korelasi Berganda.....	65
Tabel. 4.8 Hasil Uji Signifikansi Simultan.....	6

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I. SK Pembimbing
- Lampiran II. Surat Izin Penelitian
- Lampiran III. Lembar Expert Judgment
- Lampiran IV. Blueprint
- Lampiran V. Skala Penelitian
- Lampiran VI. Jawaban Responden
- Lampiran VII. Hasil Uji Normalitas (SPSS)
- Lampiran VIII. Hasil Uji Linearitas (SPSS)
- Lampiran IX. Hasil Uji Multikolinearitas (SPSS)
- Lampiran X. Hasil Uji Korelasi Parsial (SPSS)
- Lampiran XI. Hasil Uji Korelasi Berganda (SPSS)
- Lampiran XII. Hasil Uji Signifikansi Simultan (SPSS)