

**HUBUNGAN KECEMASAN DAN *AROUSAL* DENGAN ATENSI SAAT
BERKENDARA**

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MEMENUHI PERSYARATAN
MEMPEROLEH GELAR SARJANA (S1)**



**KHORIDATUL BAHYAH
NIM 201569110019**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS YUDHARTA PASURUAN**

2019

**HUBUNGAN KECEMASAN DAN *AROUSAL* DENGAN ATENSI SAAT
BERKENDARA**

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MEMENUHI PERSYARATAN
MEMPEROLEH GELAR SARJANA (S1)**

KHORIDATUL BAHYAH

NIM 201569110019

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS YUDHARTA PASURUAN**

2019

Motto

Sertakan ALLAH Dalam Setiap Langkahmu, Agar ada Keberkahan didalamnya.

Berusaha Tuk Jadi Insan Yang Lebih Baik, Agar Bisa Mencapai Keimanan Yang Jauh Lebih Kuat Demi Keselamatan Pada Kehidupan Akhirat Kelak.

Untuk Menjadi Lebih Baik Jangan Kita Menjelekkan Orang Lain, Cukup Berbuat Lebih Baik Dari Mereka Pasti Kita Akan Menjadi Lebih Baik.

(KH. ANWAR ZAHID)

Orang Yang Tambah Terangkat Derajatnya Adalah Orang Yang Selalu Mendoakan Sesama dengan Kebaikan serta Selalu Membongkar Kebaikan Orang Lain dan Menutup Kejelekannya.

(Habib Syech Bin Abdul Qodir Assegaf)

TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kecemasan dan *Arousal* dengan Atensi Saat Berkendara
Disusun Oleh : Khoridatul Bahiyah
NIM : 201569110019
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Konsentrasi : Psikologi Sosial

Telah diperiksa dan disetujui untuk dipertahankan
di depan tim penguji
Pasuruan, 5 Juli 2019

Menyetujui,
Kaprodik,



Nanik Kholifah, S. Psi., M.Si
NIP. Y : 069.11.09.022

Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, which appears to be the same as the one on the Kaprodik stamp, is written over the "Pembimbing" label.

Nanik Kholifah, S. Psi., M.Si
NIP. Y : 069.11.09.022

TANDA PENGESAHAN

TELAH DIPERTAHANKAN DI DEPAN MAJELIS PENGUJI SKRIPSI,
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS YUDHARTA PASURUAN, PADA :

HARI : Rabu

TANGGAL : 10 Juli 2019

JAM : 10.15 – 11.00

JUDUL : Hubungan Kecemasan dan *Arousal* dengan Atensi Saat Berkendara

DINYATAKAN LULUS

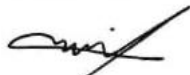
MAJELIS PENGUJI
PENGUJI UTAMA



Dra. Esv Suraeni Yuniwati, M.Si

NIDN:0720066101

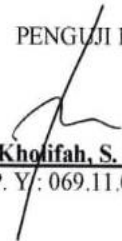
PENGUJI I



Dra. Estalita Kelly, M.Si

NIP.Y.069.02.04.003

PENGUJI II



Nanik Kholifah, S. Psi., M.Si

NIP. Y/: 069.11.09.022

MENGESAHKAN,

Dekan Fakultas Psikologi



Dra. Estalita Kelly, M.Si

NIP.Y.069.02.04.003

ALKHAMDULILLAH...

ALLOHUMMAJ'ALNII SYAKUURON

**Skripsi ini kupersembahkan pada orang yang spesial dalam
hidupku...**

**Kepada ayahku tercinta bapak Amari dan ibuku tercinta ibu Afiyah,
Mas yang ganteng sendiri Ali Masyhar, Neng yang selalu pengertian
Ririn Khurrotul Aini, Kakak yang selalu perhatian Lilik Faridah Nur
Aini, Kakak yang selalu sabar Siti Fatimatus Zahro serta semua
keluarga besarku tersayang yang selalu memberikan dukungan
serta doa di setiap sepertiga malamnya, semoga kelak kita semua
dipertemukan di Surga-NYA. Aamiin...**

**Tak lupa ku ucapkan samudera maaf dan lautan ampun serta beribu
terima kasih kepada pembimbing saya tercinta Ibu Nanik Kholifah
S. Psi., M. Si yang selalu sabar dan meluangkan banyak waktunya
demi terselesainya skripsi ini, semoga kesehatan dan limpahan
rahmat dalam hidup selalu menyeraikan ibu sekeluarga. Aamiin...**

RINGKASAN / ABSTRAKSI

KHORIDATUL BAHYAH. Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan, 2 Juli 2019. Hubungan Kecemasan dan *Arousal* Dengan Atensi Saat Berkendara. Pembimbing, Nanik Kholifah. S.Psi., M.Si.

Manusia dalam kesehariannya tidak luput dari menaiki kendaraan, di Indonesia jumlah kendaraan tergolong tinggi, besar kemungkinan sering terjadi kecelakaan lalu lintas seperti kurangnya atensi saat berkendara. Penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan kecemasan dan *arousal* dengan atensi saat berkendara. Populasi penelitian ini yaitu masyarakat Parerejo Purwodadi Pasuruan dengan sampel 120 responden, menggunakan teknik *purposive* sampling, berdasarkan pertimbangan tertentu yaitu individu bisa mengemudi roda dua atau lebih, berumur 17-44 dan tidak cacat secara fisik. Hasil penelitian analisis dua prediktor secara simultan kecemasan dan *arousal* ada korelasi positif dengan atensi saat berkendara dengan sumbangan sebesar 90.7% dan hasil F reg sebesar 571.287 dinyatakan sangat signifikan. Sumbangan efektif kecemasan pada atensi sebesar 90.53% dan *arousal* pada atensi sebesar 0.13%. Perhitungan secara parsial kecemasan F reg sebesar 0.951 dinyatakan signifikan dengan atensi saat berkendara, sedangkan *arousal* diperoleh F reg sebesar 0.013 dinyatakan tidak signifikan. Saran bagi individu yang mudah mengalami cemas saat berkendara sebaiknya berpikir positif saat berkendara agar tidak terjadi hal yang tidak diinginkan di jalan raya.

Kata kunci : Kecemasan, Arousal, Atensi Saat Berkendara

SUMMARY / ABSTRACT

KHORIDATUL BAHYAH. Psychology Study Program, Faculty of Psychology, University of Yudharta Pasuruan, 2 July 2019. Relationship between Anxiety and *Arousal* with Attention while Driving. Advisor, Nanik Kholifah. S.Psi., M.Sc.

Humans in their daily lives do not escape from riding a vehicle, in Indonesia the number of vehicles is classified as high, it is very likely that traffic accidents often occur such as lack of attention when driving. This study is to find out whether there is a relationship between anxiety and *arousal* with attention when driving. The population of this study is the community of Parerejo Purwodadi Pasuruan with a sample of 120 respondents, using a *purposive* sampling technique, based on certain considerations, namely individuals can drive two or more wheels, aged 17-44 and not physically disabled. The results of the analysis of two predictors simultaneously anxiety and *arousal* have a positive correlation with attention when driving with a contribution of 90.7% and F reg results of 571,287 stated to be very significant. Effective contribution of anxiety at attention is 90.53% and *arousal* at attention is 0.13%. Partial calculation of F reg anxiety at 0.951 is stated as significant with attention when driving, while *arousal* obtained by F reg at 0.013 is stated to be insignificant. Suggestions for individuals who are easily anxious when driving should think positively when driving so there are no unwanted things on the highway.

Keywords: Anxiety , Arousal , Attention When Driving

KATA PENGANTAR

Bismillahirrokhmaanirrokhiiim, Alkhamdulillah, Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-NYA, karena peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kecemasan dan *Arousal* dengan Atensi Saat Berkendara” dengan baik dan benar. Peneliti ingin menyampaikan banyak terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini, yaitu:

1. Dr. H. Saifullah, M.Hi selaku Rektor Universitas Yudharta Pasuruan.
2. Dra. Estalita Kelly, M.Si. Selaku Penguji sekaligus Dekan Fakultas Psikologi.
3. Nanik Kholifah S.Psi., M.Si. selaku Kaprodi Psikologi sekaligus Pembimbing yang telah sabar, teliti, tegas, serta meluangkan banyak waktu pada peneliti untuk penyusunan skripsi ini dengan baik dan benar.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi yang telah memberikan motivasi.
5. Dra. Esy Suraeni Yuniwati, M.Si. selaku Penguji yang telah mengevaluasi penyusunan skripsi ini sehingga peneliti mengetahui tata penulisan yang baik dan benar.
6. Kepala Desa beserta Staf Balaidesa Parerejo, Purwodadi, Pasuruan yang telah membantu dalam proses penelitian.
7. Responden masyarakat Desa Parerejo yang telah sukarela meluangkan waktunya guna membantu dalam kesuksesan peneliti.
8. Teman-teman Psikologi 2015 yang selalu membantu dan memberi dukungan pada peneliti dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.
9. Ayah dan Ibu serta keluarga besar yang selalu mendukung serta mendoakan untuk kesuksesan peneliti.
10. Seluruh teman-teman yang tidak dapat disebut satu-persatu, secara tidak langsung membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini baik berupa waktu, tenaga, atau tempat.
11. Seluruh saudara saudari serta teman yang mengenal saya sedikit banyak telah mengucapkan doa serta dukungannya bagi kesuksesan peneliti.

Peneliti berusaha menyelesaikan laporan ini dengan baik. Peneliti menyadari bahwa laporan ini kurang sempurna dalam hal penulisan. Peneliti mengharap kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk penyusunan laporan berikutnya.

Pasuruan, 2 Juli 2019

Khoridatul bahiyah

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	ii
MOTTO	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN.....	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Tujuan Penelitian	13
D. Manfaat Penelitian.....	14
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	
A. Atensi	15
1. Pengertian	15
2. Aspek-aspek	17
3. Faktor yang mempengaruhi	17
4. Macam-macam	19
5. Proses Atensi.....	23
B. Kecemasan.....	24
1. Pengertian	24
2. Aspek-aspek kecemasan	26
3. Indikator kecemasan.....	27
4. Ciri-ciri kecemasan.....	27
5. Gejala-gejala kecemasan.....	29
6. Dampak kecemasan	31
7. Macam-macam kecemasan	32
8. Tingkatan kecemasan	34
C. <i>Arousal</i>	38
1. Pengetian.....	38
2. Indikator <i>arousal</i>	40
3. Macam-macam <i>arousal</i>	40
4. Teori <i>arousal</i>	41
D. Hubungan Kecemasan dan <i>Arousal</i> dengan Atensi Saat Berkendara	44
E. Hipotesis	52

BAB III.	METODE PENELITIAN	53
	A. Populasi dan Sampel	53
	B. Identifikasi Penelitian	54
	C. Instrumen Penelitian.....	54
	D. Pengumpulan Data	65
	E. Analisis Data.....	65
BAB IV.	HASIL DAN PEMBAHASAN	65
	A. Hasil Penelitian.....	65
	B. Pembahasan	67
BAB V.	PENUTUP	75
	A. Kesimpulan	75
	B. Saran	76
	DAFTAR PUSTAKA	77
	PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	83
	LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Keterangan	hal
3.1 :	<i>Blue print</i> skala atensi	54
3.2 :	Lanjutan <i>blue print</i> skala atensi	55
3.3 :	<i>Skoring</i> skala atensi	55
3.4 :	<i>Blue print</i> skala kecemasan	58
3.5 :	<i>Skoring</i> skala kecemasan	58
3.6 :	<i>Blue print</i> skala <i>arousal</i>	61
3.7 :	<i>Blue print</i> skala <i>arousal</i>	61
3.8 :	Ringkasan analisis regresi	64
4.1 :	R Square	65
4.2 :	Ringkasan analisis regresi dengan SPSS	65
4.3 :	Koefisien Regresi	66
4.4 :	Korelasi.....	66

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Keterangan	
1	: Curriculum Vitae.....	83
2	: Skala Atensi	84
3	: Skala Kecemasan	87
4	: Skala <i>Arousal</i>	90
5	: Data Induk Skala Atensi.....	92
6	: Validitas Uji Coba Skala Atensi	96
7	: Reabilitas Uji Coba Skala Atensi	100
8	: Data Induk Skala kecemasan	105
9	: Validitas Uji Coba Skala Kecemasan.....	109
10	: Reabilitas Uji Coba Skala Kecemasan	113
11	: Data Induk Skala <i>Arousal</i>	118
12	: Validitas Uji Coba Skala <i>Arousal</i>	122
13	: Reabilitas Uji Coba Skala <i>Arousal</i>	126
14	: Perhitungan Analisis Regresi	129
15	: Perhitungan Berdasarkan SPSS	131