

## **SURAT TUGAS**

NOMOR : 576/F.03.04/2024

Pimpinan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA memberi tugas kepada :

Nama : 1. Subhan El Hafiz, S.Psi., M.Si  
2. Fahrul Rozi, S.Pd., M.Si.  
3. Ilham Mundzir, M.Ag.  
4. Puti Archianti, M.Psi., Psikolog.  
5. Alvin Eryandra, S.Psi., M.Si.  
6. Anissa Rizky A, M.Psi., Psikolog.  
7. Dr. Yulmaida Amir, MA.  
8. Anisia Kumala, Lc., M.Psi., Psikolog.  
9. Dra, Lila Pratiwi, Psi., M.Si.  
10. Yulistin Tresnawaty, S.Psi., M.Si.  
11. M. Abdul Halim Sani, M., Kesos.  
12. Sitawaty Tjiptorini, MBA. M.Psi., Psikolog.  
13. Abu Bakar Fahmi, S.Psi., M.Si.  
14. Ajheng Mulamukti, M.Psi., Psikolog.  
15. Mahesti Pertiwi, M.Psi., Psikolog.  
16. Dewi Trihandayani, M.Psi., Psikolog  
17. Azizah Fajar Islam, S.Psi., M.Si.  
18. Bahrudin, S.Sos., M.Psi.  
19. Nurmala, M.Psi., Psikolog.

Tugas : Pembimbing dan Penguji Sidang Skripsi dan Publikasi Artikel Ilmiah semester Genap Tahun Akademik 2023/2024

Tanggal : 29 Juni – 03 Juli 2024

Demikian surat tugas ini diberikan agar dilaksanakan dengan sebaik-baiknya sebagai amanah dan ibadah kepada Allah Subhanahu wata'ala.



Jakarta, 12 Dzulhijah 1445 H  
19 Juni 2024 M

Dekan  
Subhan El Hafiz, S.Psi., M.Si.




**Tembusan Yth :**

1. Wakil Dekan
  2. Ketua Program Studi
  3. Kepala Laboratorium
  4. KTU dan Kasubag
  5. Arsip
- Fakultas Psikologi UHAMKA

I	II
	

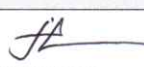




	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA FAKULTAS PSIKOLOGI (FPSi)	Tgl Efektif : 1 Februari 2011
	<p align="center"><b>BERITA ACARA SIDANG SKRIPSI / PUBLIKASI</b></p> Jenjang Pendidikan Strata Satu (S1) Program Studi : Psikologi Semester Genap Tahun Akademik 2023/2024	No. Dokumen : FM-AKM-03-040 No Revisi : 00

Berdasarkan Surat Keputusan Dekan Fakultas PSIKOLOGI (FPSi) Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Nomor : 576/F.03.04/2024, dinyatakan bahwa pada hari ini Selasa, 2 Juli 2024 telah dilaksanakan sidang Skripsi jenjang pendidikan Strata Satu (S1) atas :

Nama Mahasiswa : **Luthfia Putri Annida**  
 NIM : 2008015206  
 Judul : Kebersyukuran Mahasiswa Dengan Gejala Anxiety dan Kaitannya Dengan Penerimaan Diri

Dihadapan tim penguji sidang skripsi, yang terdiri dari :

No	Nama Dosen	Penguji / Pembimbing	Tanda Tangan	Nilai
1	Abu Bakar Fahmi, M.Si	Penguji I	1 	75
2	Nurmala, M. Psi., Psikolog	Penguji II	2 	75
3	Yulmaida Amir, Dr., MA	Pembimbing I	3 	82

Dinyatakan : Lulus/Tidak Lulus \*)  
 Demikian Berita Acara ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 2 Juli 2024  
 Ketua Program Studi

**Puti Archianti W., M.Psi, Psikolog**





---

## KEBERSYUKURAN MAHASISWA DENGAN GEJALA ANXIETY DAN KAITANNYA DENGAN PENERIMAAN DIRI

---

**Luthfia Putri Annida**

Universitas Muhammadiyah Prof.Dr.Hamka

[luthfia.putri2021@gmail.com](mailto:luthfia.putri2021@gmail.com)

---

### *Abstract*

Today mental health issues are still a widely discussed topic. One of them is anxiety disorders that can have a negative impact on psychological well-being, one of which is self-acceptance. Self-acceptance is one of the 6 dimensions of psychological well-being. A person's self-acceptance process certainly has interrelated aspects, including gratitude. The purpose of this study is to determine whether gratitude has a strong relationship with self-acceptance in college students with anxiety symptoms. This study uses a correlational quantitative method with purposive sampling technique. The measurement instruments used are the Indonesian Gratitude Scale (SBI) and the Unconditional Self Acceptance Questionnaire (USAQ). The respondents of this study were 80 2nd year students who were identified with anxiety symptoms. The results of this study indicate a significant positive correlation between gratitude and self-acceptance in students with anxiety symptoms with an r-value of 0.332 and a P-value of 0.003 < 0.01. This shows that there is a correlation between gratitude and self-acceptance in students with anxiety symptoms.

**Keywords :** Anxiety, Self Acceptance, Gratitude

### **Abstrak**

Dewasa ini permasalahan kesehatan mental masih menjadi topik yang banyak diperbincangkan. Salah satunya adalah gangguan kecemasan yang bisa berdampak buruk pada kesejahteraan psikologis salah satunya penerimaan diri. Penerimaan diri (*Self Acceptance*) merupakan salah satu dari 6 dimensi kesejahteraan psikologis. Proses penerimaan diri seseorang tentunya juga memiliki aspek-aspek yang saling berhubungan diantaranya adalah kebersyukuran (*gratitude*). Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah kebersyukuran memiliki kaitan yang erat dengan penerimaan diri pada mahasiswa/i dengan gejala *anxiety*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan data *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah 'Skala Bersyukur Indonesia' (SBI) dan *Unconditional Self Acceptance Questionnaire* (USAQ). Responden penelitian ini adalah 80 mahasiswa/i tingkat 2 yang terdeteksi gejala *anxiety*. Hasil penelitian ini menunjukkan korelasi yang positif signifikan antara kebersyukuran dengan penerimaan diri pada mahasiswa/i yang terdeteksi gejala *anxiety* dengan nilai r 0.332 dan P Value sebesar 0.003 < 0.01. Hal ini menunjukkan terdapat korelasi antara kebersyukuran dengan penerimaan diri pada mahasiswa/i yang terdeteksi gejala *anxiety*.

**Kata Kunci :** Anxiety, Self Acceptance, Kebersyukuran

---

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Kebersyukuran Mahasiswa Dengan Gejala *Anxiety* Dan Kaitannya Dengan Penerimaan Diri” diajukan oleh Luthfia Putri Annida (NIM 2008015206) telah berhasil dipertahankan di hadapan penguji dan direvisi sesuai dengan tim penguji dan pembimbing dalam sidang skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Jakarta Selatan pada tanggal 2 Juli 2024. Skripsi ini dinyatakan diterima sebagai salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana Psikologi.

### TIM PENGUJI DAN PEMBIMBING

NAMA	JABATAN	TANDA TANGAN
Dr. Yulmaida Amir, MA	Dosen Pembimbing	
Abu Bakar Fahmi, M.Si	Dosen Penguji 1	
Nurmala, M.Psi., Psikolog	Dosen Penguji 2	

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi UHAMKA

Subhan El Hafiz, S.Psi, M.Si

NIDN 0302107801