

ABSTRAK

Pawan, Ezmeralda. 2024. Hubungan *trait anxiety* dengan kemampuan adaptasi. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *trait anxiety* dengan kemampuan adaptasi. Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *trait anxiety* dengan kemampuan adaptasi. Subjek dalam penelitian ini adalah 239 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta yang berasal dari angkatan 2020 hingga angkatan 2023. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode pengambilan data yang digunakan adalah *convenience sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan penyebaran kuesioner secara langsung dan daring dengan menggunakan *google form* yang terdiri dari terjemahan subskala kepribadian *State-Trait Inventory for Cognitive and Somatic Anxiety* (STICSA) dan terjemahan dari *The Adaptability Scale* (Skala Kemampuan Adaptasi). Subsкала kepribadian STICSA terdiri atas 21 item dan koefisien reliabilitas sebesar 0,913. Sementara terjemahan dari skala kemampuan adaptasi terdiri dari 9 item dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,894. Data dari penelitian ini dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi parametrik *Pearson*. Hasil dari uji hipotesis menunjukkan terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *trait anxiety* dengan kemampuan adaptasi ($p = 0,004$, $r = -0,188$). Hal ini menunjukkan apabila seseorang memiliki tingkat *trait anxiety* yang tinggi, maka ia cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang rendah. Sebaliknya apabila individu memiliki tingkat *trait anxiety* yang rendah, maka ia cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang tinggi.

Kata kunci: Mahasiswa, *Trait Anxiety*, Kemampuan Adaptasi

ABSTRACT

Pawan, Ezmeralda. 2024. Correlation study between *trait anxiety* and adaptability. *Thesis*. Yogyakarta: Faculty of Psychology, Sanata Dharma University.

This research aims to determine the relationship between anxiety trait and adaptability. The hypothesis of this research is there are correlation between trait anxiety and adaptability. The subjects in this research were 239 students from the Faculty of Psychology, Sanata Dharma University, Yogyakarta, from the class of 2020 to the class of 2023. This research is quantitative research with the data collection method used is non-probability sampling. The instrument used in this research was translation of the personality subscale of the State-Trait Inventory for Cognitive and Somatic Anxiety (STICSA) and translation of The Adaptability Scale. The STICSA personality subscale consists of 21 items and a reliability coefficient of 0.913. Meanwhile, the translation of the adaptability scale consists of 9 items with a reliability coefficient of 0.894. Data from this study were analyzed using Pearson correlation techniques. The results of this study showed that there is negative and significant correlation between trait anxiety and adaptability ($p = 0,004$, $r = -0,188$). In conclusion, someone with high trait anxiety tends to experience disadvantage in adapting when faced with a new obstacle or new situations. In contrast, individuals who has low trait anxiety coped better with new obstacles or situations.

Keyword : *Students, Trait Anxiety, Adaptability*