



**HUBUNGAN *SOCIAL MEDIA ESCAPISM* DENGAN  
KETERAMPILAN SOSIAL REMAJA SEKOLAH  
MENENGAH ATAS DI JABODETABEK**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA  
2025**



**HUBUNGAN *SOCIAL MEDIA ESCAPISM* DENGAN  
KETERAMPILAN SOSIAL REMAJA SEKOLAH  
MENENGAH ATAS DI JABODETABEK**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh  
gelar sarjana (S-1) Pada Program Studi Psikologi**

**Putri Alya Ramadani**

**46121010165**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA**

**2025**

## HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putri Alya Ramadani

NIM : 46121010165

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan *Social Media Escapism* dengan  
Keterampilan Sosial Remaja Sekolah Menengah Atas  
di Jabodetabek

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 24 Agustus 2025



Putri Alya Ramadani

## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Putri Alya Ramadani

NIM : 46121010165

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Social Media Escapism dengan Keterampilan Sosial Remaja Sekolah Menengah Atas di Jabodetabek


Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog  
NIDN : 1021118602

(  )

Ketua Penguji : Ade Ubaidah, M.Psi., Psikolog  
NIDN : 0315068006

(  )

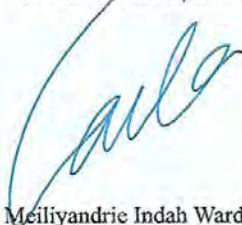
Penguji 1 : Winy Nila Wisudawati, M.Psi., Psikolog  
NIDN : 0328058902

(  )

Jakarta, 28 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul “*Hubungan Social Media Escapism dengan Keterampilan Sosial Remaja Sekolah Menengah Atas di Jabodetabek*” dapat diselesaikan dengan baik sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Psikologi. Saya menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini tidak akan dapat terselesaikan dengan baik tanpa dukungan, bimbingan, serta arahan dari berbagai pihak sejak masa perkuliahan hingga tahap akhir penulisan. Atas dasar itu, dengan penuh rasa hormat dan tulus, saya ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M. Eng. Selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardhani, Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog., selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir, saya mengucapkan terima kasih atas motivasi, arahan, masukan, serta pendampingan selama proses penelitian sehingga skripsi ini selesai dengan baik.
5. Ibu Ade Ubaidah, M.Psi., Psikolog selaku ketua sidang penelitian akhir saya dan Ibu Winy Nila Wisudawati, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji pada sidang penelitian akhir saya. Saya ucapkan terima kasih banyak karena banyak sekali masukan yang masuk sehingga membangun penelitian akhir saya menjadi lebih baik.
6. Saya juga menyampaikan terima kasih kepada dosen-dosen Fakultas Psikologi, dosen *reviewer*, *expert judgement*, pembimbing akademik, staf administrasi, serta para dosen yang telah membagikan materi pelatihan terkait tugas akhir.
7. Terima kasih juga untuk diri saya sendiri, yang telah dengan baik menyelesaikan penelitian ini untuk sebuah ilmu dan gelar yang semoga

kelak dapat menebar manfaat yang baik untuk diri sendiri maupun orang lain kelak.

8. Kepada kedua keluargaku khususnya kedua orang tuaku, yang menjadi alasan setiap perjuangan ini, terima kasih karena telah menghadirkan kasih sayang yang tak tergantikan dan doa yang tak pernah terhenti. Kalian adalah rumah tempatku kembali, tempat segala letih menemukan arti, dan sumber keberanian saat aku hampir kehilangan arah. Semoga langkah kecil ini mampu menjadi hadiah sederhana untuk pengorbanan besar kalian.
9. Tidak lupa juga untuk Tara, Intan, Isa, Ana, Ani, Ale, Nisa, Fahra, Nurma, Amel, Hira dan teman-temanku yang lainnya yang selalu hadir membawa tawa saat penatku hadir ketika sedang mengerjakan penelitian ini dan bersedia membantuku hingga semuanya terasa lebih ringan untuk dijalani.
10. Untuk ENHYPEN khususnya Lee Heeseung dan Nishimura Riki, Aespa khususnya Yu Jimin, EXO khususnya Kim Jongin, LYKN khususnya Hong Pichetpong dan William Jakrapatr, Est Supha, Gemini Norawit, Fourth Nattawat, dan Hong Seunghan. Terima kasih karena sudah membasuh lelahku. Keberadaan kalian benar-benar menambal retak yang bahkan sepertinya tak bisa kulukiskan dengan kata-kata. Terima kasih ya sudah menjadi pelipur lara yang hadir dikala aku berada ditepi menyerah.
11. Terakhir, ucapan terima kasih ini jatuh kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan, doa, dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.

Peneliti juga menyadari sepenuhnya bahwa karya ini masih memiliki keterbatasan serta kekurangan. Meski demikian, peneliti menaruh harapan besar agar penelitian ini dapat memberikan sumbangan pengetahuan yang berarti dan bermanfaat bagi pengembangan ilmu psikologi di masa mendatang.

Jakarta, 25 Agustus 2025

Putri Alya Ramadani

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putri Alya Ramadani  
NIM : 46121010165  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan *Social Media Escapism* dengan Keterampilan Sosial Remaja Sekolah Menengah Atas di Jabodetabek

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul Hubungan Social Media Escapism dengan Keterampilan Sosial Remaja Sekolah Menengah Atas di Jabodetabek.

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 25 Agustus 2025

Yang menyatakan,



Putri Alya Ramadani

## ABSTRAK

**Nama** : Putri Alya Ramadani  
**NIM** : 46121010165  
**Program Studi** : Psikologi  
**Judul Skripsi** : Hubungan *Social Media Escapism* dengan Keterampilan Sosial Remaja Sekolah Menengah Atas di Jabodetabek

**Pembimbing** : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog

Remaja merupakan kelompok yang paling aktif menggunakan media sosial dan berada pada fase perkembangan keterampilan sosial yang penting. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menurunkan kualitas interaksi langsung, namun di sisi lain juga berpotensi menjadi sarana pengembangan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *social media escapism* dengan keterampilan sosial pada remaja di Jabodetabek. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik korelasional. Responden penelitian ini sebanyak 181 remaja SMA di wilayah Jabodetabek yang dipilih dengan teknik *accidental sampling*. Instrumen penelitian menggunakan *Social Media Escapism Scale* yang dikembangkan berdasarkan model Stenseng et al. (2012) dan *Social Skills Inventory* (SSI) oleh Riggio (1986). Hasil analisis menggunakan uji korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *social media escapism* dengan keterampilan sosial ( $r = 0,324$ ;  $p < 0,01$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi kecenderungan remaja menggunakan media sosial sebagai sarana pelarian atau pengembangan diri, semakin tinggi pula keterampilan sosial yang mereka miliki. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *social media escapism*, khususnya dalam bentuk *self-expansion*, berperan sebagai strategi adaptif yang mendukung peningkatan keterampilan sosial remaja di era digital.

**Kata Kunci:** *social media escapism*, keterampilan sosial, remaja

## **ABSTRACT**

**Name** : Putri Alya Ramadani  
**Student ID** : 46121010165  
**Study Program** : Psychology  
**Thesis Title** : *The Relationship between Social Media Escapism and Social Skills of High School Adolescents in Jabodetabek*  
**Counsellor** : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog

*Adolescents are the most active group in using social media and are at a crucial stage in the development of social skills. Excessive use of social media may reduce the quality of direct interactions; however, it also has the potential to serve as a medium for self-development. This study aims to examine the relationship between social media escapism and social skills among adolescents in Jabodetabek. This research employed a quantitative approach with a correlational design. The respondents consisted of 181 high school students in the Jabodetabek area selected using an accidental sampling technique. The instruments used were the Social Media Escapism Scale developed based on the model of Stenseng et al. (2012) and the Social Skills Inventory (SSI) by Riggio (1986). The results of the analysis using Spearman's correlation test showed a significant positive relationship between social media escapism and social skills ( $r = 0.324$ ;  $p < 0.01$ ). This finding indicates that the higher the tendency of adolescents to use social media as a means of escape or self-development, the higher their social skills. In conclusion, social media escapism, particularly in the form of self-expansion, can serve as an adaptive strategy that supports the enhancement of adolescents' social skills in the digital era.*

**Keywords:** *social media escapism, social skills, adolescents*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	7
1.4.2 Manfaat Praktis .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
2.1 Keterampilan Sosial Remaja .....	9
2.1.1 Definisi Keterampilan Sosial Remaja .....	9
2.1.2 Dimensi Keterampilan Sosial Remaja.....	10
2.1.3 Faktor-faktor yang memengaruhi Keterampilan Sosial Remaja .....	11
2.1.4 Fungsi Keterampilan Sosial Remaja .....	13
2.1.5 Dampak Keterampilan Sosial Remaja.....	14
2.2 <i>Social Media Escapism</i> .....	14
2.2.1 Definisi <i>Social Media Escapism</i> .....	14
2.2.2 Dimensi <i>Social Media Escapism</i> .....	15
2.2.3 Faktor-faktor yang memengaruhi <i>Social Media Escapism</i> ....	16
2.2.4 Bentuk-bentuk <i>Social Media Escapism</i> .....	17
2.2.5 Dampak <i>Social Media Escapism</i> .....	18
2.3 Penelitian terdahulu.....	19
2.4 Dinamika Penelitian .....	28
2.5 Hipotesis.....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
3.1 Desain Penelitian.....	34
3.2 Variabel Penelitian .....	34
3.2.1 Identifikasi Variabel .....	34
3.2.2 Definisi Operasional Variabel .....	34
3.3 Subjek Penelitian.....	35
3.3.1 Populasi Penelitian .....	35
3.3.2 Sampel dan Teknik Sampling.....	36
3.4 Metode dan Alat Pengumpulan Data Penelitian.....	36
3.4.1 Alat Ukur Keterampilan Sosial Remaja .....	36
3.4.2 Alat Ukur <i>Social Media Escapism</i> .....	43

3.5	Teknik Analisis Data .....	47
3.5.1	Analisis Deskriptif.....	47
3.5.2	Uji Asumsi Klasik .....	48
3.5.3	Uji Hipotesis.....	48
3.5.4	Analisa Tambahan .....	48
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>50</b>
4.1	Hasil .....	50
4.1.1	Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	50
4.1.2	Analisa Deskriptif .....	52
4.1.3	Tingkatan dan Norma Skala Pengukuran .....	52
4.1.4	Uji Normalitas .....	55
4.1.5	Uji Hipotesis.....	55
4.1.6	Analisis Tambahan .....	56
4.2	Pembahasan.....	61
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>65</b>
5.1	Kesimpulan .....	65
5.2	Saran.....	65
5.2.1	Saran Teoritis.....	65
5.2.2	Saran Praktis.....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>67</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>74</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	Penelitian Terdahulu.....	19
Tabel 3. 1	Blueprint Keterampilan Sosial .....	37
Tabel 3. 2	Hasil Uji Validitas Skala Keterampilan Sosial.....	38
Tabel 4. 1	Karakteristik Demografi Responden Berdasarkan Durasi Jenis Kelamin.....	50
Tabel 4. 2	Karakteristik Demografi Responden Berdasarkan Durasi Usia .....	50
Tabel 4. 3	Karakteristik Demografi Responden Berdasarkan Durasi Penggunaan Media Sosial per Hari.....	51
Tabel 4. 4	Karakteristik Demografi Responden Berdasarkan Domisili.....	51
Tabel 4. 5	Analisa Deskriptif Hasil Alat Ukur Penelitian .....	52
Tabel 4. 6	Pedoman Kategori Tingkatan Keterampilan Sosial Remaja .....	52
Tabel 4. 7	Hasil Uji Kategorisasi Skala Keterampilan Sosial Remaja.....	52
Tabel 4. 8	Pedoman Kategori Tingkatan Social Media Escapism Dimensi Self-Suppression .....	53
Tabel 4. 9	Hasil Uji Kategorisasi Skala Social Media Escapism Dimensi Self-Suppression .....	53
Tabel 4. 10	Pedoman Kategori Tingkatan Social Media Escapism Dimensi Self-Expansion .....	54
Tabel 4. 11	Hasil Uji Kategorisasi Skala Social Media Escapism Dimensi Self-Expansion .....	54
Tabel 4. 12	Hasil Uji Normalitas Variabel Keterampilan Sosial dan Social Media Escapism.....	55
Tabel 4. 13	Hasil Uji Korelasi Spearman's Rho Antar Variabel .....	55
Tabel 4. 14	Hasil Uji Social Media Escapism Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin.....	56
Tabel 4. 15	Hasil Uji Beda Keterampilan Sosial Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin.....	56
Tabel 4. 16	Hasil Uji Social Media Escapism Remaja Berdasarkan Jenis Usia .....	56
Tabel 4. 17	Hasil Uji Beda Keterampilan Sosial Remaja Berdasarkan Usia .....	57
Tabel 4. 18	Hasil Uji Social Media Escapism Remaja Berdasarkan Durasi Penggunaan Media Sosial per Hari.....	57
Tabel 4. 19	Hasil Uji Beda Keterampilan Sosial Remaja Berdasarkan Durasi Penggunaan Media Sosial per Hari.....	58
Tabel 4. 20	Hasil Uji Social Media Escapism Remaja Berdasarkan Domisili .....	58
Tabel 4. 21	Hasil Uji Beda Keterampilan Sosial Remaja Berdasarkan Domisili .....	58
Tabel 4. 22	Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi Social Media Escapism.....	59
Tabel 4. 23	Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi Keterampilan Sosial Remaja .....	59
Tabel 4. 24	Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi Social Media Escapism dan Keterampilan Sosial Remaja.....	60

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1	Kerangka Penelitian .....	32
-------------	---------------------------	----

