HUBUNGAN KESEPIAN SOSIAL DENGAN PERILAKU MASTURBASI PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG BELUM MENIKAH DI DKI JAKARTA

TUGAS AKHIR

SKRIPSI

TABINA ZAHRA

46122010085

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2026

lib.mercubuana.ac.id

HUBUNGAN KESEPIAN SOSIAL DENGAN PERILAKU MASTURBASI PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG BELUM MENIKAH DI DKI JAKARTA

TUGAS AKHIR

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana

TABINA ZAHRA

46122010085

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2026

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tabina Zahra

NIM : 46122010085

Program studi : Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:
"Hubungan Kesepian Sosial Dengan Perilaku Masturbasi Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Belum Menikah Di DKI Jakarta" adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta, atau konten ilegal dalam bentuk apapun dan tidak melanggar hukum atau hak pihak manapun.
Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia menanggung seluruh konsekuensi hukum dan membebaskan Universitas Mercu Buana dari segala bentuk tuntutan hukum dan saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 14 Agustus 2026



Tabina Zahra

lib.mercubuana.ac.id

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama	: Tabina Zahra
NIM	: 46122010085
Program Studi	: S1 Psikologi

dengan judul
"Hubungan Kesepian Sosial Dengan Perilaku Masturbasi Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Belum Menikah", telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 4 Agustus 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 26 %.

Jakarta, 6 Agustus 2026
Administrator Turnitin

Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama	: Tabina Zahra
NIM	: 46122010085
Program studi	: Psikologi
Judul Skripsi	: Hubungan Kesepian Sosial Dengan Perilaku Masturbasi Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Belum Menikah Di DKI Jakarta

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 14 Agustus 2026 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing

Dana Riksa Buana, Ph.D

NIDN/NUPT: 0322128802

UNIVERSITAS MERCU BUANA

Jakarta, 14 Agustus 2026

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi	Ketua Program Studi Psikologi
Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D	Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikologi
NIDN/NUPTK: 0316058002	NIDN/NUPTK: 0324068701

lib.mercubuana.ac.id

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Tugas Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. Selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph. D. Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana,
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog. Selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Bapak Dana Riksa Buana, Ph.D selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu, pemikiran serta perhatiannya untuk setiap proses penyusunan tugas akhir dan memberikan motivasi untuk bisa cepat lulus.
5. Kedua Orang Tua saya, Ayah dan Bunda. Karena telah memberikan doa yang tiada hentinya dan mengorbankan segala yang dipunya.
6. Terima kasih kepada diri sendiri yang telah berjuang menyelesaikan tugas akhir dan tidak menyerah sampai akhir.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 14 Agustus 2026

Tabina Zahra

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Tabina Zahra

NIM : 46122010085

Program studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Kesepian Sosial Dengan Perilaku Masturbasi Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Belum Menikah Di DKI Jakarta

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (Non-esxclusive Royalti-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

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 penyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 14 Agustus 2026

Yang menyatakan,



Tabina Zahra

lib.mercubuana.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian sosial dengan perilaku masturbasi pada perempuan dewasa awal yang belum menikah di DKI Jakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Pengukuran dilakukan menggunakan Social and Emotional Loneliness Scale for Adults–Short Version (SELSA-S) dan Excessive Masturbation Scale (EMS). Penelitian melibatkan 258 perempuan dewasa awal yang belum menikah di DKI Jakarta dengan teknik purposive sampling. Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak Jamovi dengan uji korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara kesepian sosial dengan perilaku masturbasi ($r = 0{,}297$; $p < 0{,}001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian sosial yang dialami individu, maka semakin tinggi pula kecenderungan perilaku masturbasi. Meskipun demikian, kekuatan hubungan berada pada kategori lemah, sehingga menunjukkan bahwa kesepian sosial bukan merupakan satu-satunya faktor yang berkaitan dengan perilaku masturbasi. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesepian sosial dapat menjadi salah satu faktor psikologis yang berhubungan dengan penggunaan perilaku masturbasi sebagai mekanisme coping terhadap kondisi emosional pada perempuan dewasa awal yang belum menikah.

Kata Kunci: Kesepian Sosial, SELSA-S, Perilaku Masturbasi, EMS, Perempuan Dewasa Awal.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between social loneliness and masturbation behavior among unmarried early adult women in DKI Jakarta. This study employed a quantitative correlational design. Data were collected using the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults–Short Version (SELSA-S) and the Excessive Masturbation Scale (EMS). The participants consisted of 258 unmarried early adult women in DKI Jakarta selected through purposive sampling. Data were analyzed using Jamovi with the Pearson Product Moment correlation test. The findings revealed a positive and significant relationship between social loneliness and masturbation behavior ($r = 0.297$, $p < .001$). The results indicate that higher levels of social loneliness are associated with a greater tendency toward masturbation behavior. However, the correlation strength was weak, suggesting that social loneliness is not the only factor associated with masturbation behavior. These findings indicate that social loneliness may serve as one of the psychological factors related to the use of masturbation as a coping mechanism for emotional distress among unmarried early adult women.

***Keywords**: Social Loneliness, SELSA-S, Masturbation Behavior, EMS, Early Adult Women.*

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL **0**
HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI ..... **ii**
PERNYATAAN *SIMILIARITY CHECK* ..... **iii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iv**
KATA PENGANTAR ..... **v**
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS ..... **vi**
ABSTRAK ..... **vii**
ABSTRACT ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 10
1.3 Tujuan Penelitian 10
1.4 Manfaat Penelitian 10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **12**
2.1 Perilaku Masturbasi 12
2.1.1 Definisi Perilaku Masturbasi 12
2.1.2 Dimensi Perilaku Masturbasi 16
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Masturbasi 17
2.2 Kesepian Sosial 19
2.2.1 Definisi Kesepian Sosial 19
2.2.2 Dimensi Kesepian Sosial 20
2.2.3 Dampak- Dampak Kesepian Sosial 21
2.3 Penelitian Terdahulu 23
2.4 Dinamika Penelitian 27

lib.mercubuana.ac.id

2.5 Kerangka Berpikir 29
1. Dimensi Sosial (*Social Dimension*) 30
2. Dimensi Keluarga (*Family Dimension*) 30
3. Dimensi Romantis (*Romantic Dimension*) 30
2.6 Hipotesis Penelitian 30
BAB III METODE PENELITIAN 31
3.1 Desain Penelitian 31
3.2 Populasi dan Sampel 31
3.2.1 Populasi 31
3.2.2 Sampel 32
3.3 Definisi Operasional 33
3.3.1 Definisi Operasional Perilaku Masturbasi 33
3.3.2 Definisi Operasional Kesepian Sosial 34
3.4 Instrumen Penelitian 35
3.4.1 Alat Ukur Perilaku Masturbasi 35
3.4.2 Alat Ukur Kesepian Sosial 37
3.5 Validitas 39
3.5.1 Validitas Perilaku Masturbasi 39
3.5.2 Validitas Kesepian Sosial 40
3.6 Uji Reliabilitas Instrumen 41
3.7 Analisis Data yang Digunakan 43
3.7.1 Analisis Deskriptif 43
3.7.2 Kategorisasi Hipotetik 44
3.7.3 Analisis Inferensial 45
3.7.4 Uji Tambahan 48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 51
4.1 Gambaran Umum Subjek 51
4.1.1 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Status 51
4.1.2 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Usia 52
4.1.3 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Pendidikan Terakhir 52
4.1.4 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Tinggal Bersama Siapa 53
4.2 Hasil Analisis Deskriptif 54

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

4.3 Kategorisasi Skor Variabel Penelitian 55
4.4 Uji Asumsi Klasik 57
4.4.2 Uji Hipotesis 57
4.4.1 Uji Normalitas 57
4.5 Uji Tambahan 59
4.5.1 Uji Korelasi Antar Dimensi 59
4.5.2 Perbedaan Kesepian Sosial dan Perilaku Masturbasi Berdasarkan Tinggal Bersama Siapa (Independent Sample T-Test) 61
4.5.3 Perbedaan Kesepian Sosial dan Perilaku Masturbasi Berdasarkan Kelompok Usia, Status dan Pendidikan Terakhir (One-Way ANOVA) ... 62
4.6 Pembahasan 66
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 82
5.1 Kesimpulan 82
5.2 Keterbatasan Penelitian 83
5.3 Saran 84
5.3.1 Saran Teoritis 84
5.3.2 Saran Praktis 85
DAFTAR PUSTAKA 87
LAMPIRAN 91

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Penelitian Terdahulu 23
Tabel 3.1 Hasil Perhitungan G*Power 33
Tabel 3. 2 *Blueprint* Perilaku Masturbasi 35
Tabel 3. 3 Skala Likert Perilaku Masturbasi 37
Tabel 3. 4 *Blueprint* Kesepian Sosial 38
Tabel 3. 5 Skala Likert Kesepian Sosial 39
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas SELSA-S Versi Indonesia 42
Tabel 3. 7 *Cronbach's Alpha Excessive Masturbation Scale* 43
Tabel 4.1 Karakteristik Respoden Berdasarkan Status 51
Tabel 4.2 Karakteristik Respoden Berdasarkan Usia 52
Tabel 4.3 Karakteristik Respoden Berdasarkan Pendidikan Terakhir 52
Tabel 4.4 Karakteristik Respoden Berdasarkan Tinggak Bersama Siapa 53
Tabel 4.5 Hasil Analisis Statistik Deskriptif 54
Tabel 4.6 Kategorisasi Variabel Kesepian Sosial 55
Tabel 4.7 Kategorisasi Variabel Perilaku Masturbasi 56
Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi Pearson 57
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk 58
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas Skewness-Kurtosis 58
Tabel 4.11 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi 59
Tabel 4.12 Hasil Uji T Berdasarkan Tinggal Bersama Siapa 61
Tabel 4.13 Hasil Uji One-Way ANOVA Kesepian Sosial Berdasarkan Usia 62
Tabel 4.14 Hasil Uji One-Way ANOVA Perilaku Masturbasi Berdasarkan Usia . 63
Tabel 4.15 Hasil Uji One-Way ANOVA Kesepian Sosial Berdasarkan Status 63
Tabel 4.16 Hasil Uji One-Way ANOVA Perilaku Masturbasi Berdasarkan Status 64
Tabel 4.17 Hasil Uji One-Way Kesepian Soisal Berdasarkan Pendidikan Terakhir 65
Tabel 4.18 Hasil Uji One-Way Perilaku Masturbasi Berdasarkan Pendidikan Terakhir 65

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir 30

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Biografi Penulis 91
Lampiran 2. *Expert Judgement* EMS 92
Lampiran 3. Jurnal SELSA-S Indonesian Version 108
Lampiran 4. Daftar Item Alat Ukur 124
Lampiran 5. Uji Reliabilitas EMS 127
Lampiran 6. Analisis Deskriptif 127
Lampiran 7. Analisis Data Demografis Status 127
Lampiran 8. Analisis Data Demografis Pendidikan Terakhir 128
Lampiran 9. Analisis Data Demografis Tinggal Bersama Siapa 128
Lampiran 10. Analisis Data Demografis Usia 128
Lampiran 11. Kategorisasi Hipotetik 129
Lampiran 12. Uji Normalitas 129
Lampiran 13. Uji Korelasi Pearson 129
Lampiran 14. Uji Korelasi Antar Dimensi 130
Lampiran 15. Uji T Berdasarkan Kesepian Sosial 130
Lampiran 16. Uji T Berdasarkan Perilaku Masturbasi 130
Lampiran 17. Uji One-Way ANOVA Kesepian Sosial Berdasarkan Usia 130
Lampiran 18. Uji One-Way ANOVA Perilaku Masturbasi Berdasarkan Usia 131
Lampiran 19. Uji One-Way ANOVA Kesepian Sosial Berdasarkan Status 131
Lampiran 20. Uji One-Way ANOVA Perilaku Masturbasi Berdasarkan Status . 131
Lampiran 21. Uji One-Way ANOVA Kesepian Sosial Berdasarkan Pendidikan Terakhir 132
Lampiran 22. Uji One-Way ANOVA Perilaku Masturbasi Berdasarkan Pendidikan Terakhir 132
Lampiran 23. Tabulasi Data Penelitian 132

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id