



**HUBUNGAN *SELF-DISCLOSURE* DENGAN *LONELINESS*
PADA MAHASISWA MERANTAU PENGGUNA MEDIA
SOSIAL DI JAKARTA**

SKRIPSI

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

RACHMA DWI GITA SARI

NIM. 46120010052

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

2025



**HUBUNGAN *SELF-DISCLOSURE* DENGAN *LONELINESS* PADA
MAHASISWA MERANTAU PENGGUNA MEDIA SOSIAL DI
JAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S1)
Pada Program Studi Psikologi

UNIVERSITAS

RACHMA DWI GITA SARI

46120010052

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

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan yang sebenar-benarnya jika semua pernyataan yang ada dalam Tugas Akhir ini:

Judul : Hubungan *Self-Disclosure* dengan *Loneliness* pada Mahasiswa Merantau Pengguna Media Sosial di Jakarta

Nama : Rachma Dwi Gita Sari

NIM : 46120010052

Program: Fakultas Psikologi

Bahwa benar merupakan hasil dari karya saya sendiri dengan bimbingan dosen yang telah saya pilih di awal penyusunan Tugas Akhir dan dengan persetujuan dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini, sebelumnya belum pernah di ajukan untuk memperoleh gelar sarjana pada program sejenis di perguruan tinggi yang lainnya. Semua data, informasi serta hasil dari pengolahan data yang telah digunakan dapat dipertanggungjawabkan sesuai dengan sumber yang jelas serta dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 20 Agustus 2025



Rachma Dwi Gita Sari

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Rachma Dwi Gita Sari

NIM : 46120010052

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Self-Disclosure Dengan Loneliness Pada Mahasiswa Merantau Pengguna Media Sosial Di Jakarta

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 : Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0327048904

()

Ketua Penguji : Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0324068701

()

Penguji 1 : Agustini, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0308087008

()

Jakarta, 12 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan segala hikmat dan berkat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Hubungan *Self-Disclosure* dengan *Loneliness* pada Mahasiswa Merantau Pengguna Media Sosial di Jakarta”. Penyusunan Tugas Akhir ini dibuat dan diajukan untuk memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada Fakultas Psikologi di Universitas Mercu Buana. Selain itu, tujuan penyusunan Tugas Akhir ini adalah memberikan pengetahuan kepada pembaca mengenai judul Tugas Akhir ini.

Selama penyusunan Tugas Akhir ini, penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Tugas Akhir ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, dan dukungan sehingga dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. 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 Yenny, M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc., selaku Sekretaris Program Studi I Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
6. Ibu Prahastia Kurnia Putri, S.Psi, M.Psi., selaku Sekretaris Program Studi II Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
7. Ibu Aulia Kirana M.Psi., Psikolog., selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing dengan sabar, memotivasi, dan memberikan banyak ilmu selama proses penyelesaian Tugas Akhir ini.

8. Ibu Dr. Dearly, M.Psi. selaku dosen *reviewer* proposal Tugas Akhir yang telah memberikan ilmu dan pengetahuannya, serta memberikan masukan untuk penyusunan Tugas Akhir penulis.
9. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Sidang Tugas Akhir yang sudah memberikan masukan dan saran yang membangun untuk perbaikan Tugas Akhir penulis.
10. Ibu Agustini, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji Tugas Akhir yang sudah menguji, memberikan masukan serta saran yang membangun untuk perbaikan Tugas Akhir penulis.
11. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi, Dosen Pembimbing Akademik, serta Staf Program Studi Psikologi yang telah membimbing dan memberikan banyak ilmu selama saya menempuh studi di Universitas Mercu Buana.
12. Kedua orang tua, kakak dan ponakan yang selalu memberikan doa, semangat, dan dukungan yang tak pernah berhenti kepada penulis.
13. Terima kasih kepada para responden yang telah berpartisipasi mengisi kuesioner sehingga data dapat digunakan dalam skripsi ini.
14. Untuk Cheegals, Dona, Elsa, Rahma, Syakila, Baby, dan Rifa, terima kasih sudah menemani saya selama kuliah dengan semangat, dukungan, dan kebersamaan. Semoga kita selalu sukses dan pertemanan kita berlanjut terus hingga kapanpun.
15. Seluruh teman-teman SMA saya Kiki, Madu, Anfir, Fira, Nabila yang telah memberikan semangat dan dukungan selama proses penyelesaian Tugas Akhir.
16. Terima kasih saya sampaikan kepada Chriz dan Bima yang telah menjadi teman berbagi cerita sekaligus memberikan dukungan serta semangat selama saya menyelesaikan Tugas Akhir ini. Kehadiran mereka sebagai teman ngobrol telah memberikan warna dan motivasi tersendiri bagi saya.
17. Terima kasih kepada diri saya sendiri yang telah berusaha, berjuang, dan tidak menyerah dalam menyelesaikan skripsi ini meskipun banyak tantangan yang harus dilalui.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan terbuka menerima segala bentuk kritik dan saran yang bersifat membangun. Penulis berharap, semoga Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi siapa pun yang membacanya dan membutuhkan.

Jakarta, 20 Agustus 2025

Rachma Dwi Gita Sari



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Rachma Dwi Gita Sari
NIM : 46120010052
Program : Fakultas Psikologi
Judul Laporan : HUBUNGAN *SELF-DISCLOSURE* DENGAN *LONELINESS*
Skripsi : PADA MAHASISWA MERANTAU PENGGUNA MEDIA
SOSIAL DI JAKARTA

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 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 Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 20 Agustus 2025

Yang menyatakan,




Rachma Dwi Gita Sari

ABSTRAK

Nama : Rachma Dwi Gita Sari
NIM : 46120010052
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan *Self-Disclosure* dengan *Loneliness* pada Mahasiswa Merantau Pengguna Media Sosial di Jakarta
Pembimbing : Aulia Kirana M.Psi., Psikolog.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-disclosure* dengan *loneliness* pada mahasiswa perantau pengguna media sosial di Jakarta. Penelitian dilakukan terhadap 151 responden yang melebihi jumlah minimum berdasarkan perhitungan G*Power. Pengambilan sampel menggunakan teknik *non-probability accidental sampling* dengan kriteria mahasiswa berasal dari luar Jakarta, telah tinggal di Jakarta minimal satu tahun, dan aktif menggunakan media sosial seperti Instagram, TikTok, dan WhatsApp. Alat ukur yang digunakan adalah skala *self-disclosure* berdasarkan teori DeVito (2011) dan skala *loneliness* berdasarkan teori Russell (1996). Hasil analisis data menggunakan uji korelasi Spearman menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara *self-disclosure* dengan *loneliness* pada mahasiswa perantau pengguna media sosial di Jakarta, dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,749$ dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Kata Kunci: *Self-disclosure, Loneliness, Mahasiswa Merantau, Media Sosial, Jakarta*

ABSTRACT

Nama : Rachma Dwi Gita Sari
NIM : 46120010052
Program Studi : *Psychology*
Judul Laporan Skripsi : *The Relationship between Self-Disclosure And Loneliness in Migrant College Students Using Social Media in Jakarta*
Pembimbing : Aulia Kirana M.Psi., Psikolog.

*This study aims to examine the relationship between self-disclosure and loneliness among migrant college students who use social media in Jakarta. The study involved 151 respondents, which exceeded the minimum sample size calculated using G*Power. The sampling technique used was non-probability accidental sampling with criteria including students from outside Jakarta who had lived in the city for at least one year and actively used social media such as Instagram, TikTok, and WhatsApp. The measuring instruments used were the self-disclosure scale based on DeVito's theory (2011) and the loneliness scale based on Russell's theory (1996). The data analysis using Spearman's correlation test showed that there is a significant and positive relationship between self-disclosure and loneliness among migrant college students who use social media in Jakarta, with a correlation coefficient of $r = 0.749$ and a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$).*

Key words: Self-disclosure, Loneliness, Social Media, Migrant College Students, Jakarta

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 <i>Loneliness</i>	7
2.1.1 Definisi <i>Loneliness</i>	7

2.1.2	Dimensi <i>Loneliness</i>	7
2.1.3	Faktor-faktor <i>Loneliness</i>	8
2.2	<i>Self-Disclosure</i>	9
2.2.1	Definisi <i>Self-Disclosure</i>	9
2.2.2	Dimensi <i>Self-Disclosure</i>	9
2.2.3	Faktor-faktor <i>Self-Disclosure</i>	10
2.3	Penelitian Terdahulu.....	11
2.4	Dinamika Penelitian	18
2.5	Kerangka Berpikir	21
2.6	Hipotesis.....	21
BAB III		23
METODE PENELITIAN		23
3.1	Desain Penelitian.....	23
3.1.1	Pendekatan	23
3.1.2	Metode Penelitian	23
3.1.3	Identifikasi Variabel.....	23
3.2	Populasi dan Sampel	24
3.2.1	Populasi.....	24
3.2.2	Sampel.....	24
3.2.3	Teknik Sampling.....	25
3.2.4	Teknik Pengumpulan Data.....	25
3.3	Definisi Operasional.....	25
3.3.1	<i>Loneliness</i> (Y).....	25
3.3.2	<i>Self-Disclosure</i> (X).....	26

3.4	Instrumen Penelitian.....	26
3.4.1	Alat ukur <i>Loneliness</i>	27
3.4.2	Alat ukur <i>Self-Disclosure</i>	28
3.5	Validitas dan Reliabilitas.....	30
3.5.1	Validitas	30
3.5.2	Uji Validitas pada Data Penelitian.....	31
3.5.3	Reliabilitas & Analisis Item.....	32
3.5.4	Uji Reliabilitas pada Data Penelitian	33
3.6	Analisis Data	33
3.6.1	Analisis Deskriptif	33
3.6.2	Uji Inferensial	34
3.6.3	Uji Hipotesis	34
BAB IV		36
PEMBAHASAN		36
4.1	Gambaran Umum Subjek	36
4.1.1	Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	36
4.1.2	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	37
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Asal Daerah	38
4.2	Analisis Deskriptif dan Kategorisasi.....	38
4.2.1	Analisis Kategorisasi <i>Self-Disclosure</i>	39
4.2.2	Analisis Kategorisasi <i>Loneliness</i>	41
4.3	Analisis Inferensial.....	42
4.3.1	Uji Normalitas	42
4.3.2	Uji Homogenitas	43

4.4 Hipotesis	43
4.4.1 Uji Korelasi Antar Dimensi.....	44
4.5 Uji Tambahan	45
4.5.1 Uji Beda berdasarkan Data Demografi	45
4.6 Diskusi	48
BAB V	51
KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
5.1 Kesimpulan.....	51
5.2 Keterbatasan Penelitian	51
5.3 Keunikan Penelitian	52
5.4 Saran.....	52
5.4.1 Saran Teoretis	52
5.4.2 Saran Praktis	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	59



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir Penelitian	21
--	----



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	11
Tabel 3. 1 Blueprint Skala <i>Loneliness</i>	27
Tabel 3. 2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self-Disclosure</i>	28
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas pada alat Ukur <i>Self-disclosure</i> dan <i>Loneliness</i>	31
Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas pada Data Penelitian	33
Tabel 4. 1 Data Responden BerdasarkanUsia	36
Tabel 4. 2 Data Responden BerdasarkanJenis Kelamin	37
Tabel 4. 3 Data Responden BerdasarkanAsal Daerah.....	38
Tabel 4. 4 Deskripsi Data Penelitian self-disclosure dan loneliness	39
Tabel 4. 5 Panduan Kategorisasi <i>Loneliness</i>	40
Tabel 4. 6 Hasil Uji Kategorisasi Self-Disclosure.....	40
Tabel 4. 7 Panduan Kategorisasi <i>Loneliness</i>	41
Tabel 4. 8 Hasil Uji Kategorisasi <i>Loneliness</i>	41
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas.....	42
Tabel 4. 10 Hasil Uji Homogenitas	43
Tabel 4. 11 Hasil Uji Hipotesis	43
Tabel 4. 12 Hasil Uji Korelasi Antar Aspek dan Dimensi	44
Tabel 4. 13 Uji beda Self-disclosure berdasarkan Jenis Kelamin	46
Tabel 4. 14 Uji beda <i>Loneliness</i> berdasarkan Jenis Kelamin	46
Tabel 4. 15 Uji beda Self-disclosure berdasarkan Asal Daerah	46
Tabel 4. 16 Uji beda <i>Loneliness</i> berdasarkan Asal Daerah.....	47