



**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS PERTEMANAN DI DUNIA
NYATA DAN DI DUNIA MAYA DENGAN TINGKAT KESEPIAN
PADA INDIVIDU DEWASA AWAL**

SKRIPSI

NABILA PUTRI

46121010204

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025



**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS PERTEMANAN DI DUNIA
NYATA DAN DI DUNIA MAYA DENGAN TINGKAT KESEPIAN
PADA INDIVIDU DEWASA AWAL**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program
Sarjana (S-1) pada Program Studi Psikologi**

NABILA PUTRI

46121010204

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nabila Putri
NIM : 461201010204
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Kualitas Pertemanan Di Dunia Nyata Dan Di Dunia Maya Dengan Tingkat Kesepian Pada Individu Dewasa Awal

Menyatakan bahwa 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 Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 22 Agustus 2025

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Nabila Putri

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Nabila Putri

NIM : 46121010204

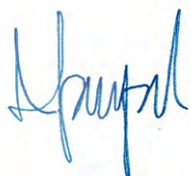
Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Kualitas Pertemanan Di Dunia Nyata Dan Di Dunia Maya Dengan Tingkat Kesepian Pada Individu Dewasa Awal

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 : Ahmad Naufalul Umam, M.Si.
NIDN : 0308069001

()

Ketua Penguji : Dr. Istiqomah, M.Si.
NIDN : 0025117105

()

Penguji I : Firman Alamsyah Ario Buntaran, MA
NIDN : 0301108105

()

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 8 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 saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi 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 skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT, atas segala rahmat, karunia, kekuatan, dan kemudahan yang telah diberikan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Tanpa pertolongan dan ridha-Nya, saya tidak akan mampu melalui setiap proses penelitian dan penulisan ini.
2. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Andriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi.
5. Bapak Ahmad Naufalul Umam, S.Psi, M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Istiqomah, Dr. S.Psi, M.Si selaku Dosen Penguji Seminar Proposal atas koreksi dan arahan serta masukannya.
7. Ibu Miftakhul Nuuril Azizah, MA selaku Dosen Expert Judgment.
8. Ibu Dian Misrawati, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik.
9. Kepada Mama (Ade Soemitro), Papa (Antariksa), kedua kakak (Amanda dan Abi Abraham), Sachi, Athalla, dan Adzka, saya ucapkan terima kasih yang tak terhingga atas segala doa, kasih sayang, dukungan moral, serta semangat yang senantiasa mengiringi setiap langkah saya selama menempuh pendidikan ini.
10. Kepada Mama, Tante Milla, Mba Bonnie, Mba Ria, Mba Anne, dan Mas Risza, saya ucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya atas segala bentuk dukungan finansial, kepercayaan, dan bantuan yang telah diberikan sejak awal

hingga akhir studi saya. Berkat kebaikan dan kemurahan hati mereka, saya diberi kesempatan untuk merasakan bangku perkuliahan dan menempuh pendidikan hingga memperoleh gelar sarjana. Dukungan mereka menjadi salah satu pilar penting dalam perjalanan akademik saya.

11. Kepada Aunty Manda, terima kasih atas dukungan finansial yang tulus dan tanpa pamrih. Bantuan yang diberikan menjadi salah satu faktor pendukung penting dalam menyelesaikan perjalanan akademik ini.
12. Kepada Adit tersayang, terima kasih atas cinta, kesabaran, serta dukungan moril yang tulus dan tak pernah putus selama saya menempuh studi ini. Terima kasih telah menjadi tempat saya berbagi cerita, keluh kesah, dan semangat di setiap proses yang saya jalani. Kehadiran dan pengertianmu telah memberikan kekuatan tersendiri yang membantu saya tetap bertahan dan menyelesaikan perjalanan ini dengan penuh syukur.
13. Kepada Fajrin, Devi, Chris, Agung, Ati, Sherly, serta seluruh teman-teman saya yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu, terima kasih atas kebersamaan, canda tawa, motivasi, serta semangat yang telah kalian berikan selama masa studi ini. Kehadiran kalian tidak hanya memberikan warna dalam perjalanan akademik saya, tetapi juga menjadi tempat berbagi keluh kesah, saling menguatkan, dan tumbuh bersama. Terima kasih telah menjadi bagian penting dari perjalanan ini.

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

Jakarta, 22 Agustus 2025

Penulis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Nabila Putri
NIM : 461201010204
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Kualitas Pertemanan Di Dunia Nyata Dan Di Dunia Maya Dengan Tingkat Kesepian Pada Individu Dewasa Awal

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, 22 Agustus 2025

Yang menyatakan,



(Nabila Putri)

ABSTRAK

Nama : Nabila Putri

NIM : 46121010204

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara kualitas pertemanan di dunia nyata dan dunia maya dengan tingkat kesepian pada individu dewasa awal

Pembimbing : Ahmad Naufalul Umam, S.Psi, [M.Si](#)

Kesepian merupakan pengalaman subjektif ketika individu merasa hubungan sosial yang dimiliki tidak sesuai dengan harapan. Di era digital, pertemanan tidak hanya terbentuk di dunia nyata tetapi juga melalui dunia maya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas pertemanan di dunia nyata dan dunia maya dengan tingkat kesepian pada dewasa awal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Sebanyak 188 partisipan berusia 18–40 tahun diperoleh melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Friendship Quality Scale* dan *UCLA Loneliness Scale* versi 3 yang telah dimodifikasi untuk konteks dunia nyata dan dunia maya. Analisis data dilakukan menggunakan korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas pertemanan di dunia nyata memiliki hubungan signifikan dengan tingkat kesepian, sedangkan kualitas pertemanan di dunia maya tidak berhubungan signifikan dengan kesepian. Namun, secara simultan, keduanya tetap menunjukkan adanya hubungan signifikan dengan kesepian. Temuan tambahan menunjukkan bahwa perempuan memiliki kualitas pertemanan dunia nyata yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, serta tidak ditemukan hubungan signifikan antara usia dengan kualitas pertemanan maupun kesepian. Penelitian ini menekankan pentingnya relasi langsung dalam menurunkan kesepian pada dewasa awal, serta menunjukkan bahwa pertemanan maya belum sepenuhnya mampu menggantikan kedekatan emosional dari interaksi tatap muka.

Kata kunci: kualitas pertemanan, dunia nyata, dunia maya, kesepian, dewasa awal.

ABSTRACT

Name : Nabila Putri
NIM : 46121010204
Study Program : Psychology
Thesis : Real-Life and Online Friendship Quality in Relation to Loneliness Among Emerging Adults
Counsellor : Ahmad Naufalul Umam, S.Psi, [M.Si](#)

Loneliness is a subjective experience that occurs when individuals perceive their social relationships as not meeting their expectations. In the digital era, friendships are not only formed in the real world but also through the virtual world. This study aims to examine the relationship between the quality of real-life and online friendships with loneliness among emerging adults. The research employed a quantitative approach with a survey method. A total of 188 participants aged 18–40 years were recruited using purposive sampling. The instruments used were the Friendship Quality Scale and the UCLA Loneliness Scale Version 3, both of which were adapted for real-life and online contexts. Data were analyzed using Spearman correlation. The results revealed that the quality of real-life friendships had a significant relationship with loneliness, whereas the quality of online friendships did not show a significant relationship. However, when tested simultaneously, both variables demonstrated a significant relationship with loneliness. Additional findings showed that women reported higher quality of real-life friendships compared to men, and no significant relationship was found between age and either friendship quality or loneliness. This study highlights the importance of direct social interactions in reducing loneliness among emerging adults and suggests that online friendships have not yet fully replaced the emotional closeness provided by face-to-face interactions.

Keywords: *friendship quality, real world, virtual world, loneliness, emerging adulthood.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	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	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
2.1 Kesepian.....	10
2.1.1 Pengertian Kesepian.....	10
2.1.2 Aspek-Aspek Kesepian	11
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Rasa Kesepian.....	11
2.2 Kualitas Hubungan Pertemanan.....	13
2.2.1 Pengertian Kualitas Pertemanan	13
2.2.3 Aspek-Aspek Kualitas Pertemanan.....	15
2.2.4 Faktor-Faktor Kualitas Pertemanan	15

2.4 Dinamika Penelitian Kualitas Hubungan Pertemanan Di Dunia Nyata Dan Dunia Maya Sebagai Prediktor Kesepian	35
2.5 Kerangka Berpikir.....	37
2.6 Hipotesis.....	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
3.1 Desain Penelitian.....	39
3.2 Populasi Dan Sampel Penelitian	39
3.2.1 Populasi Penelitian.....	39
3.2.2 Sampel Penelitian.....	39
3.3 Teknik Pengumpulan Data.....	40
3.4 Definisi Konseptual, Definisi Operasional, dan Instrumen Penelitian	41
3.4.1 Definisi Konseptual.....	41
3.4.2 Definisi Operasional.....	41
3.5 Instrumen Penelitian.....	42
3.5.1 Skala Kualitas Pertemanan.....	42
3.5.2 Skala Kesepian	43
3.6 Teknik Analisis Data	44
3.6.1 Analisis Deskriptif	44
3.6.2 Uji Validitas dan Uji Reabilitas	45
3.6.3 Uji Normalitas.....	46
3.6.4 Uji Korelasi	46
3.6.5 Uji Hipotesis	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
4.1 Gambaran Utama Subjek	47
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	47
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	48
4.2 Analisis Deskriptif.....	49
4.2.1 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi Kualitas Hubungan Pertemanan Di Dunia Nyata	49
4.2.2 Analisis Deskriptif Kategorisasi Kualitas Hubungan Pertemanan Di Dunia Maya.....	52
4.2.3 Analisis Deskriptif Kategorisasi Kesepian.....	55

4.3 Uji Asumsi Klasik	57
4.3.1 Hasil Uji Normalitas	57
4.3.2 Hasil Uji Linearitas	58
4.3.3 Uji Heteroskedastisitas.....	59
4.4 Uji Hipotesis	60
4.4.1 Hasil Analisis Korelasi Spearman.....	60
4.5 Uji Tambahan	61
4.5.1 Uji Beda (Mann-Whitney U Test)	61
4.5.2 Uji Korelasi (Spearman)	62
4.6 Pembahasan.....	63
4.6.1 Hubungan Kualitas Pertemanan di Dunia Nyata terhadap Kesepian.....	63
4.6.2 Hubungan Kualitas Pertemanan di Dunia Maya terhadap Kesepian	64
4.6.3 Hubungan Kualitas Pertemanan Dunia Nyata dan Maya dengan Kesepian	65
4.6.4 Pembahasan Tambahan: Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin dan Hubungan Usia.....	66
4.6.5 Perbandingan Hasil dengan Teori dan Penelitian Terdahulu	67
BAB V PENUTUP	70
5.1 Kesimpulan	70
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	71
5.3 Keunikan Penelitian	71
5.3.1 Implikasi Teoritis	72
5.3.2 Implikasi Praktis	72
5.4 Saran.....	73
5.4.1 Saran Teoritis	73
5.4.2 Saran Praktis	73
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	16
Tabel 3.1 Skor Friendship Quality Scale (FQS).....	42
Tabel 3.2 Blue Print Friendship Quality Scale (FQS).....	42
Tabel 3.3 Skor UCLA Loneliness Scale (Version 3)	44
Tabel 3.4 Blue Print UCLA Loneliness Scale (Version 3)	44
Tabel 4. 1 Data Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin	47
Tabel 4. 2 Data Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia	48
Tabel 4. 3 Deskripsi Data Penelitian Kualitas Hubungan Pertemanan Di Dunia Nyata	49
Tabel 4. 4 Norma Kategorisasi.....	50
Tabel 4. 5 Kategorisasi Subjek Pada Variabel Kualitas Pertemanan di Dunia Nyata	51
Tabel 4. 6 Deskripsi Data Penelitian Kualitas Hubungan Pertemanan Di Dunia Maya.....	52
Tabel 4. 7 Norma Kategorisasi.....	53
Tabel 4. 8 Kategorisasi Subjek Pada Variabel Kualitas Pertemanan di Dunia Maya	54
Tabel 4. 9 Kategorisasi Subjek Pada Variabel Kesepian	55
Tabel 4. 10 Norma Kategorisasi.....	55
Tabel 4. 11 Kategorisasi Subjek Pada Variabel Kesepian.....	56
Tabel 4. 12 Hasil Uji Normalitas Tiap Variabel (Uji Kolmogorov-smirnov).....	57
Tabel 4. 13 Hasil Uji Normalitas Residual (Uji Kolmogorov-smirnov).....	58
Tabel 4. 14 Hasil Uji Linearitas (Linearity)	59
Tabel 4. 15 Hasil Uji Heteroskedastisitas (Park Glejser).....	60
Tabel 4. 16 Hasil Uji Korelasi.....	60
Tabel 4. 18 Independent-Samples Mann-Whitney U Test	61
Tabel 4. 19 Spearman's	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	38
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Form Expert Judgement.....	78
Lampiran 2. Kuesioner Penelitian.....	79
Lampiran 3. Data Demografi Responden.....	88
Lampiran 4. Hasil Olah Data SPSS.....	91
Lampiran 5. Hasil Cek Uji Plagiasi (Turnitin).....	97

