

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-DISCLOSURE* DENGAN**

***LONELINESS* PADA *EMERGING ADULTHOOD***



**SKRIPSI**

**OLEH**

**NINA AMRINA ROSADA**

**04041181722042**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS KEDOTERAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**INDRALAYA**

**2021**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN ANTARA *SELF-DISCLOSURE* DENGAN *LONELINESS***  
**PADA *EMERGING ADULTHOOD***  
**SKRIPSI**

Dipersiapkan dan disusun oleh

**NINA AMRINA ROSADA**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal 04 Agustus 2021

**Susunan Dewan Penguji**

**Pembimbing 1**



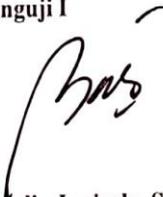
**Marisyah Pratiwi, M.Psi., Psikolog**  
NIP 198703192019032010

**Pembimbing II**



**M. Zainal Fikri, S.Psi., MA**  
NIP 198108132015104101

**Penguji I**



**Analia Juniary, S.Psi., MA., Psikolog**  
NIP 197906262014062201

**Penguji II**



**Angelina Hosana Z.T., S.Psi., M.Psi**  
NIP 198704152018032001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal 04 Agustus 2021



**Savang Ajeng Mardhiah, S.Psi, M.Si**  
NIP 197805212002122004

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, Nina Amrina Rosada dengan disaksikan tim penguji skripsi, menyatakan dengan ini bahwa skripsi yang saya buat adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di dalam perguruan tinggi yang berada dimanapun. Dan sepanjang pengetahuan saya sebagai peneliti tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh peneliti lainnya, kecuali secara jelas telah tertulis dalam naskah ini dan dimasukkan ke dalam daftar pustaka. Apabila terjadi hal yang tidak sesuai dalam isi pernyataan ini, maka dari itu saya bersedia derajat kesarjanaan yang saya peroleh dicabut.

Palembang, 04 Agustus 2021

Yang menyatakan,



Nina Amrina Rosada

NIM 04041181722042

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat kesehatan, kasih sayang dan kekuatan sehingga atas karunia dan bantuanMu peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar kesarjanaaan. Sholawat serta salam selalu terlimpahkan atas junjungan Rasulullah Muhammad SAW yang dengan kemuliaannya dapat membawa rahmat ke muka bumi. Kupersembahkan karya sederhana ini kepada orang yang sangat kukasihi dan kusayangi.

1. Umakku dan Bapakku tersayang terima kasih banyak atas semua kasih sayang dan doa-doa kalian yang membuat hidup Nina menjadi lebih mudah dan berharga. Terima kasih sudah memberikan cinta, kasih dan dukungan yang luar biasa tanpa itu semua dari kalian Nina tidak akan sanggup untuk melewati sumuanya. Terima kasih sudah menamkan iman dan kasih yang selalu menguatkan Nina menghadapi masa-masa sulit. Nina harap apa yang Nina dapat ini bisa menjadi kebanggaan dan amal jariyah bagi kalian.
2. Ayuk dan kakak aku tersayang. Ayuk Miza, ayuk Oci dan akak Dunpi terima kasih atas dukungan dan motivasi serta doa kalian. Semangat dari kalian selalu menguatkan Nina dalam menjali peroses ini.
3. Untuk keponakan icik sayang Tifa, Abizar, Zayn dan Azriel. Terima kasih sudah menghibur icik memberikan tawa yang menghapus luka. Semoga icik bisa jadi contoh yang baik untuk kalian.

## HALAMAN MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan”

Al-Insyirah ayat 6

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat mengerjakan laporan tugas akhir skripsi yang berjudul “**Hubungan *Self-Disclosure* dengan *Loneliness* pada *Emerging Adulthood*”**. Selama penulisan laporan tugas akhir skripsi ini tentunya peneliti mendapat banyak bantuan dari berbagai pihak yang telah mendukung dan membimbing peneliti. Kasih yang tulus serta penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Prof.Dr. Ir. Anis Saggaf, MSCE, selaku Rektor Universitas Sriwijaya
2. Bapak Dr. H. Syarif Husin, M.S, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si, selaku Kepala Bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
4. Ibu Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
5. Ibu Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing I dan Bapak Muhammad Zainal Fikri, S.Psi., MA selaku dosen pembimbing II yang selama proses pengerjaan skripsi telah mendukung dan menyediakan waktu untuk memberikan bimbingan serta pengarahan yang baik dan berguna.
6. Ibu Amalia Juniarly, S.Psi., MA., Psikolog selaku dosen penguji I skripsi dan selaku dosen pembimbing akademik.
7. Ibu Angelina Hosana Z.T, S.Psi.,M.Psi selaku dosen penguji II skripsi

8. Para bapak dan ibu dosen serta staf di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
9. Responden Penelitian yang telah menyempatkan waktu untuk membantu peneliti dalam proses pengumpulan data
10. Sahabat semasa perkuliahanku Carin, Faizah, dan Farrah. Terima kasih telah mewarnai masa perkuliahan serta telah memberikan dukungan selama pengerjaan skripsi ini.
11. Sahabat hidup aku di Layo Lebah, Fira, Cemong, Yunita, Meylinda, dan Bicul terima kasih sudah menemani, mengerti dan selalu ada selama hidup dikostan.
12. Teman-teman seperbimbingan dan kakak tingkat yang telah memberikan saran, masukan dan bersedia diberi banyak pertanyaan selama proses penelitian berlangsung.
13. Seluruh pihak yang terlibat namun tidak dapat disebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa dalam pengerjaan laporan tugas akhir skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan segala bentuk saran serta masukan bahkan kritik yang membangun. Peneliti mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya, semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan semua pihak.

Palembang, 04 Agustus 2021

Hormat saya,

Nina Amrina Rosada  
NIM 04041181722042

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	v
HALAMA MOTTO .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
ABSTRAK .....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
1. Manfaat Teoritis .....	5
2. Manfaat Praktis.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>12</b>
A. <i>Loneliness</i> .....	12
1. Pengertian <i>Loneliness</i> .....	12
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>loneliness</i> .....	13
3. Aspek-aspek yang mempengaruhi <i>loneliness</i> .....	16

4.	Tipe-tipe <i>Loneliness</i> .....	18
B.	<i>Self-disclosure</i> .....	21
1.	Pengertian <i>Self-disclosure</i> .....	21
2.	Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-disclosure</i> .....	22
3.	Dimensi <i>Self-disclosure</i> .....	26
C.	<i>Emerging Adulthood</i> .....	29
D.	Hubungan <i>Self-disclosure</i> dengan <i>Loneliness</i> .....	30
E.	Kerangka Berpikir.....	33
F.	Hipotesis Penelitian.....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>34</b>
A.	Identifikasi variabel penelitian.....	34
B.	Definisi operasional variabel penelitian.....	34
1.	<i>Loneliness</i> .....	34
2.	<i>Self-disclosure</i> .....	35
C.	Populasi dan Sampel Penelitian.....	36
1.	Populasi.....	36
2.	Sampel.....	36
3.	Teknik pengambilan sampel.....	37
D.	Metode Pengumpulan Data.....	38
1.	Wawancara.....	39
2.	Kuesioner.....	40
3.	Skala Psikologis.....	
E.	Validitas dan Reliabilitas.....	43
1.	Validitas.....	43
2.	Reliabilitas.....	44
F.	Metode Analisis Data.....	44
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>47</b>
A.	Orientasi Kancas Penelitian.....	47
B.	Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	50
1.	Persiapan Administrasi.....	50

2.	Persiapan Skala Psikologi .....	50
3.	Pelaksanaan Penelitian .....	54
C.	Hasil Penelitian .....	57
1.	Deskripsi Subjek Penelitian.....	57
2.	Deskripsi Data Penelitian .....	60
3.	Hasil Analisis Data Penelitian .....	62
D.	Analisis Tambahan.....	65
1.	Uji beda tingkat self-disclosure dan loneliness pada subjek berdasarkan jenis kelamin .....	65
2.	Uji beda tingkat self-disclosure dan loneliness pada subjek berdasarkan usia .....	66
3.	Uji beda tingkat self-disclosure dan loneliness pada subjek berdasarkan Pekerjaan .....	69
4.	Uji beda tingkat self-disclosure dan loneliness pada subjek yang memiliki saudara dan tidak memiliki saudara .....	69
5.	Uji beda tingkat self-disclosure dan loneliness pada subjek berdasarkan status orang tua.....	70
6.	Uji beda tingkat self-disclosure dan loneliness pada subjek berdasarkan deskripsi tinggal bersama orang tua dari kecil atau tidak .....	71
E.	Pembahasan.....	71
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>76</b>
A.	Kesimpulan .....	76
B.	Saran.....	76
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>79</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3.1.</b> Pedoman Penilaian Skala UCLA Loneliness .....	41
<b>Table 3.2</b> Distribusi Penyebaran skala baku UCLA Loneliness .....	41
<b>Table 3.3</b> Pedoman Penelitian Skala Self-disclosure .....	42
<b>Tabel 3.4</b> Distribusi Penyebaran Aitem Skala self-disclosure .....	42
<b>Tabel 4.1</b> Distirubusi Aitem Skala Self-Disclosure .....	53
<b>Tabel 4.2</b> Distribusi Penomoran Baru Skala Self-Disclosure .....	53
<b>Tabel 4.3</b> Penyebaran skala Uji Coba.....	55
<b>Tabel 4.4</b> Penyebaran Skala Penelitian .....	56
<b>Tabel 4.5</b> Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian.....	57
<b>Tabel 4.6</b> Deskripsi Usia Subjek Penelitian .....	57
<b>Tabel 4.7</b> Deskripsi Domisili Subjek Penelitian .....	58
<b>Tabel 4.8</b> Deskripsi Pekerjaan Subjek.....	58
<b>Tabel 4.9</b> Deskripsi Tempat Tinggal Subjek Penelitian .....	59
<b>Tabel 4.10</b> Deskripsi Status Orang Tua Subjek Penelitian .....	59
<b>Tabel 4.11</b> Deskripsi Data Subjek Penelitian .....	59
<b>Tabel 4.12</b> Formulasi Kategorisasi.....	60
<b>Tabel 4.13</b> Deskripsi Kategorisasi Loneliness Subjek Penelitian .....	61
<b>Tabel 4.14</b> Deskripsi Kategorisasi Self-disclosure Subjek Penelitian.....	61
<b>Tabel 4.15</b> Uji Normalitas Menggunakan Kolmogorov Smirnov .....	62
<b>Tabel 4.16</b> Uji Lineritas Menggunakan Linearity .....	63
<b>Tabel 4.17</b> Uji Hipotesis Pearson's Product Moment .....	63
<b>Tabel 4.18</b> Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek .....	64

<b>Tabel 4.19</b> Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia Subjek Penelitian .....	65
<b>Tabel 4.20</b> Hasil Bonferroni Loneliness Berdasarkan Usia .....	66
<b>Tabel 4.21</b> Hasil Perbedaan Mean Loneliness Berdasarkan Usia .....	67
<b>Tabel 4.22</b> Hasil Uji Beda Berdasarkan Pekerjaan Subjek Penelitian .....	68
<b>Tabel 4.23</b> Hasil Uji Beda Subjek Berdasarkan Status Orang Tua .....	69
<b>Tabel 4.24</b> Hasil Uji Beda Subjek Berdasarkan Tempat Tinggal .....	69
<b>Tabel 4.25</b> Hasil analisis mean dimensi self-disclosure .....	69

## **DAFTAR LAMPIRAN**

<b>LAMPIRAN A .....</b>	<b>85</b>
<b>LAMPIRAN B .....</b>	<b>93</b>
<b>LAMPIRAN C .....</b>	<b>100</b>
<b>LAMPIRAN D.....</b>	<b>122</b>
<b>LAMPIRAN E .....</b>	<b>127</b>
<b>LAMPIRAN F .....</b>	<b>131</b>
<b>LAMPIRAN G.....</b>	<b>134</b>

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-DISCLOSURE* DENGAN *LONELINESS*  
PADA *EMERGING ADULTHOOD***

**Nina Amrina Rosada<sup>1</sup>, Marisya Pratiwi<sup>2</sup>**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *self-disclosure* dengan *loneliness* pada *emerging adulthood*. Hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan antara *self-disclosure* dengan *loneliness* pada *emerging adulthood*. Dalam penelitian ini terdapat 150 responden *emerging adulthood*.

Teknik sampling yang digunakan adalah sampling *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *self-disclosure* yang mengacu pada dimensi *self-disclosure* oleh Cozby (1973) dan skala UCLA *loneliness scale version 3* oleh Russel (1996). Analisis data menggunakan *Product Moment*.

Hasil korelasi *Product Moment* menunjukkan nilai *R square* = -0,287, dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang negatif antara *self-disclosure* dengan *loneliness*. Dengan demikian, hipotesis penelitian ini dapat diterima.

**Kata Kunci:** *Self-disclosure, Loneliness*

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-DISCLOSURE AND LONELINESS  
IN EMERGING ADULTHOOD**

**Nina Amrina Rosada<sup>1</sup>, Marisya Pratiwi<sup>2</sup>**

**ABSTRACT**

*The aim of the study is determining whether there is a relationship between self-disclosure and loneliness in emerging adulthood. The hypothesis in this study is relationship between self-disclosure and loneliness in emerging adulthood. This study used 150 respondents emerging adulthood.*

*The sampling technique was purposive sampling. The measuring instruments that used is self-disclosure scale which refers to the self-disclosure dimension by Cozby (1973) and UCLA loneliness scale version 3 by Rusell (1996). Data analysis used pearson's product moment correlation.*

*The result of the pearson's product moment correlation show the value of  $r = -0,287$ , and  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). This shows that there is a negative and significant relationship between self-disclosure and loneliness in emerging adulthood. Thus, the hypothesis in this study can be accepted.*

**Keyword:** *Self-disclosure, Loneliness*

---

<sup>1</sup>Student of Psychology Programme of Medical Department, Sriwijaya University

<sup>2</sup>Lecture of Psychology Programme of Medical Department, Sriwijaya University

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Setiap individu akan melewati setiap fase perkembangan dalam hidupnya. Setiap fase yang dilewati merupakan tantangan bagi setiap individu. Salah satunya yaitu ketika berada pada masa transisi antara remaja dan dewasa. Menurut Arnett (2007) masa transisi dari perkembangan remaja menuju dewasa yang dimulai dari usia 18 hingga 25 tahun disebut dengan *Emerging adulthood*. Tujuan utama perkembangan *emerging adulthood* adalah agar individu dapat mencapai kemandirian dan otonomi yang melibatkan konflik dan penolakan serta dapat memicu munculnya *loneliness* (Domagala-Krecioch & Majerek, 2013).

Masa transisi dari remaja menuju dewasa juga melibatkan adanya persahabatan yang dekat dan hubungan romantis dengan orang lain, hal ini menjadikan individu pada usia tersebut menjadi lebih rentan dalam mengalami *loneliness* (Hawthorne, 2008). Dalam perkembangan *emerging adulthood*, individu mulai melakukan eksplorasi terhadap identitas diri, terutama dalam cinta, pekerjaan, dan *worldview* (Arnett, 2000).

Dalam area pekerjaan, banyak *emerging adults* yang mencoba berbagai macam pekerjaan untuk mengetahui pekerjaan apa yang disukai dan diminatinya, hal ini membuat *emerging adults* seringkali pergi meninggalkan kota untuk mendapatkan pengalaman bekerja (Arnett, 2000). Selain tugas perkembangan yang melibatkan eksplorasi diri, *emerging adulthood* juga dijelaskan mengalami *instability* dalam cinta, pekerjaan, dan pendidikan (Arnett, 2007). Hal ini

membuat *emerging adulthood* menjadi kelompok usia yang paling sering mengalami perpindahan tempat tinggal (Arnett, 2000).

Pada masa *emerging adulthood*, individu banyak yang pergi meninggalkan rumah untuk kuliah, hidup mandiri, bekerja (Goldscheider & Goldscheider, 1994), dan tinggal dengan pasangannya (Michael, Gagnon, Laumann, & Kolata, 1995). Dijelaskan oleh Brehm et al. (2002) bahwa transisi sosial seperti meninggalkan rumah untuk pertama kalinya, pergi merantau, memasuki perkuliahan, dan memasuki dunia kerja bisa menyebabkan munculnya *loneliness*.

Berdasarkan tugas-tugas perkembangan yang dialami pada tahapan *emerging adulthood*, dapat dikatakan bahwa *emerging adulthood* adalah tahapan perkembangan yang intens dan tidak stabil karena individu harus mengatasi semua upaya, keputusan, serta kegagalannya secara sendiri (Arnett, 2000). Sehingga apabila melihat tugas-tugas perkembangan yang dialami oleh *emerging adulthood*, dapat memicu munculnya *loneliness* pada kelompok usia *emerging adulthood* (Atak, 2009).

Hasil survei yang dilakukan oleh Hammond (2018) menunjukkan bahwa tingkat *loneliness* tertinggi terjadi pada rentang usia 16 hingga 24 tahun, dimana 40% responden mengatakan bahwa mereka sering atau sangat sering merasa kesepian. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Peplau et al. (dalam Brehm et al., 2002) diketahui bahwa *loneliness* paling banyak terjadi pada rentang usia 18 hingga 24 tahun. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian Doman dan Roux (2010) yang menyatakan bahwa *loneliness* paling banyak dialami pada

rentang usia 18 hingga 25 tahun. Dari hasil penelitian-penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa loneliness rentan terjadi pada usia 16 hingga 25 tahun yang mana usia tersebut sering disebut dengan masa emerging adulthood atau masa transisi antara remaja ke dewasa.

Individu yang menganggap diri mereka "*lonely*" belum tentu mengalami kekurangan hubungan sosial, tetapi bisa saja mereka memiliki kualitas hubungan sosial yang buruk (Hawkley et al., 2010). Menurut Matthews et al. (2016) *loneliness* dapat terjadi ketika kualitas dan kuantitas hubungan sosial individu tidak terpenuhi, sehingga bagi individu yang mengalami *loneliness* akan merasa memiliki kualitas interaksi yang rendah dan tidak mendapatkan dukungan dan kenyamanan dari hubungannya (Cacioppo, Hawkley, & Berntson, 2003).

Orang yang berpikir bahwa mereka "kesepian" tidak selalu kekurangan hubungan sosial, tetapi kualitas hubungan sosial mereka mungkin buruk (Hawkley & Cacioppo 2010). Menurut penelitian Matthews (2016), Ketika seseorang memiliki hubungan yang kualitas dan kuantitas sosialnya tidak memuaskan maka akan memiliki kemungkinan timbulnya loneliness yang lebih besar, sehingga individu yang mengalami kesepian merasa kualitas interaksinya rendah dan tidak dapat memperoleh dukungan dan dukungan dari hubungannya. Menurut definisi Russell (1996), kesepian didefinisikan sebagai suatu tindakan sosial yang tidak memenuhi harapan atau tercapai, termasuk perasaan cemas, depresi, dan kurangnya hubungan sosial seseorang.

Hasil penelitian Wei, Russel, dan Zakalik (2005) mengungkapkan juga seseorang terbukti memiliki tingkat *self-disclosure* yang baik maka hal tersebut bisa menurunkan tingkat *loneliness* yang dapat memunculkan stress dan depresi terutama pada mahasiswa. Rogers (1987) mengatakan bahwa kurangnya kemampuan *self-disclosure* dengan orang lain adalah penyebab utama dari *loneliness*. Hasil penelitian Rogers (1987) juga mengatakan jika seseorang dapat menyingkapkan informasi tentang dirinya dengan jujur, sadar akan apa yang diucapkannya, kedalaman dan jumlah yang tepat, informasi mengenai hal yang positif dan diterima oleh lingkungannya guna menyingkapi tentang dirinya maka hal tersebut cenderung guna tidak *loneliness*.

Menurut Cozby (1973) *self-disclosure* atau pengungkapan diri adalah segala informasi mengenai diri sendiri yang diungkapkan seseorang individu secara verbal kepada individu lainnya. Cozby (1973) mengatakan *self-disclosure* diukur sebagai perilaku yang memiliki tiga dimensi yakni, *breadth atau amount* yang merupakan keluasan atau jumlah informasi yang diungkapkan, *depth atau intimacy* yaitu kedalaman informasi yang diungkapkan, dan *duration atau time spent* merupakan durasi dari suatu informasi.

Berdasarkan pemaparan fenomena diatas, peneliti menduga ada hubungan antara *self-disclosure* yang rendah dengan *loneliness* yang tinggi pada masa *emerging adulthood*. Oleh karena itu, dari latar belakang masalah dan penjabaran yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara *Self-disclosure* dan *Loneliness* Pada Masa *Emerging Adulthood*”.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan antara *self-disclosure* dengan *loneliness* dimasa *emerging adulthood*?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self disclosure* dengan *loneliness* dimasa *emerging adulthood*.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Menambah dan mengembangkan kepustakaan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi sosial dan psikologi perkembangan. Lebih khusus lagi terkait dengan penerapan *self-disclosure*, dan *loneliness* yang sering terjadi dimasa *emerging adulthood*.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Responden**

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan dan masukan yang bermanfaat bagi responden yang mengalami *loneliness* pada masa *emerging adulthood* untuk meningkatkan *self-disclosure* agar dapat mengurangi perasaan *loneliness* yang ada.

#### **b. Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan memperluas wawasan peneliti tentang hubungan *self-disclosure* dengan *loneliness* pada masa *emerging adulthood*.

### **E. Keaslian Penelitian**

Berdasarkan penelusuran terhadap beberapa penelitian yang terkait, peneliti menemukan beberapa penelitian mengenai *self-disclosure* dan *loneliness*. Penelitian pertama Agusti dan Leonardi (2015) melakukan penelitian dengan judul Hubungan Antara *Loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada Mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang lemah antara *loneliness* dengan *Problematic Internet Use* pada mahasiswa.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada variabel yang digunakan, penelitian tersebut menggunakan variabel *Problematic Internet Use* sebagai variabel terikat dan *loneliness* sebagai variabel bebas sedangkan penelitian ini menggunakan *self-disclosure* sebagai variabel bebas dan *loneliness* sebagai variabel terikat. Subjek yang digunakan pada penelitian tersebut adalah mahasiswa sedangkan subjek pada penelitian ini adalah individu yang berada pada masa *emerging adulthood*.

Penelitian kedua Misyaroh, Dewi A. (2016) melakukan penelitian dengan judul Hubungan antara *loneliness* dengan *Mobile Phone Addict* pada Mahasiswa Universitas Negeri di Malang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *loneliness* maka akan semakin tinggi pula tingkat *mobile*

*phone addict* begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat *loneliness* maka akan semakin rendah pula tingkat *mobile phone addict*.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada variabel yang digunakan. Penelitian tersebut menggunakan *Mobile Phone Addict* sebagai variabel terikat dan *loneliness* sebagai variabel bebas. Lalu penelitian tersebut dilakukan pada mahasiswa Universitas Negeri di Malang sedangkan pada penelitian ini dilakukan pada individu di masa *emerging adulthood*.

Penelitian ketiga yaitu penelitian yang dilakukan oleh Witri Gumayanti, Maharidianisa, dan Isop Syafei (2018) dengan judul *Self-disclosure* Tingkat Stress Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat pengaruh *self-disclosure* terhadap tingkat stres.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada subjek dan variabel yang digunakan. Penelitian tersebut menggunakan *self-disclosure* sebagai variabel bebas dan tingkat stress sebagai variabel terikat. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas psikologi UIN SGD Bandung yang sedang mengerjakan skripsi, sedangkan pada penelitian ini menggunakan *self-disclosure* sebagai variabel bebas dan *loneliness* sebagai variabel terikat dengan subjek individu pada masa *emerging adulthood*.

Penelitian keempat yaitu penelitian yang dilakukan oleh Julia Tirta Putri (2016) yang berjudul Hubungan antara *Self-disclosure* dengan *Happiness* Pada Mahasiswa Perantauan. Subjek penelitian berjumlah 195 Mahasiswa Perantauan

yang berkuliah di Universitas Muhammadiyah Malang. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara *self-disclosure* dengan *happiness*.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada variable dan subjek penelitian yang digunakan. Penelitian tersebut menggunakan variabel bebas yaitu *self-disclosure* dan variable terikat *Happiness* sedangkan penelitian ini menggunakan *self-disclosure* sebagai variabel bebas dan *loneliness* sebagai variable terikat. Penelitian ini juga menggunakan individu pada masa *emerging adulthood* sebagai subjek penelitian sedangkan penelitian ini menggunakan mahasiswa perantauan yang berkuliah di Universitas Muhammadiyah Malang.

Penelitian kelima yaitu penelitian yang dilakukan oleh Fionna Almira Pohan dan Hairul Anwar Dalimunthe (2017) yang berjudul *Intimate Friendship Relationship with Self-Disclosure on Social Psychology Students Social Media Facebook*. Berdasarkan analisis data, diperoleh hasil terdapat hubungan negatif antara *intimate friendship* dengan *self-disclosure*.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada variable yang digunakan penelitian tersebut menggunakan *Intimate Friendship Relationship* dan *self-disclosure*. Subjek penelitian yang digunakan pada penelitian tersebut adalah mahasiswa psikologi pengguna media sosial facebook. Sedangkan penelitian ini menggunakan *self-disclosure* sebagai variabel bebas dan *loneliness* sebagai variabel terikat dan individu pada masa *emerging adulthood* sebagai subjek penelitian.

Penelitian keenam yaitu penelitian yang dilakukan oleh Dussault dan Frenette (2014), yang berjudul *Loneliness and Bullying in Workplace* di Canada hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perasaan terisolasi secara positif terkait dengan intimidasi pekerjaan. Selain itu, perasaan *loneliness* hubungannya sangat kuat dan negatif terkait dengan intimidasi pekerjaan, intimidasi yang berhubungan dengan orang, dan intimidasi secara fisik. Sebaliknya, perasaan hubungan kolektif tidak terkait dengan bentuk intimidasi apapun.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada variabel yang digunakan. Penelitian tersebut menggunakan *Loneliness dan Bullying in Workplace* sebagai variabel bebas dan variabel terikat. Penelitian tersebut dilakukan di Canada dan penelitian ini dilakukan di Indonesia.

Penelitian ketujuh yaitu penelitian yang dilakukan oleh Martin dan Schumacher (2003) melakukan penelitian dengan judul “*Loneliness and social uses of the Internet*”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang merasakan *loneliness* cenderung berinteraksi dengan teman online dan menggunakan internet sebagai dukungan emosional. Saat individu mengalami *loneliness*, depresi atau cemas juga menggunakan internet untuk bersosialisasi seperti di kehidupan nyata.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada variabel yang digunakan, penelitian tersebut menggunakan *loneliness* dan *social uses of the internet* sebagai variabel bebas dan variabel terikat. Sedangkan penelitian ini menggunakan *loneliness* sebagai variabel terikat dan *self-disclosure* sebagai

variabel bebas. Subjek yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah individu yang menggunakan internet sedangkan subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah individu yang berada pada fase perkembangan *emerging adulthood* yang menggunakan atau tidak menggunakan internet.

Penelitian berikutnya yaitu penelitian yang kedelapan dilakukan oleh Syeda Fatima Hasnain dan Iram Fatima (2012) dengan judul *Perfectionism, Loneliness and Life Satisfaction in Engineering Students*. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan perfeksionisme yang ditentukan secara sosial, perfeksionisme berorientasi diri dan *loneliness* dengan kepuasan hidup siswa. Hasil hirarki Analisis regresi menunjukkan bahwa semakin banyak siswa perfeksionis berorientasi diri semakin mereka puas akan hidup mereka. Namun perfeksionisme yang ditentukan secara sosial tidak terkait dengan kepuasan hidup siswa. Hasilnya sama untuk kedua kelompok siswa yang merasa lebih dan kurang *loneliness*.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terlihat dari variabel yang digunakan penelitian tersebut menggunakan tiga variabel yaitu *perfeksionisme, loneliness dan life satisfaction* dengan subjek penelitian mahasiswa tehnik. Sedangkan penelitian ini hanya menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas *self-disclosure* dan variabel terikat *loneliness* dengan subjek penelitian individu dalam masa perkembangan *emerging adulthood*. Selain itu Penelitian tersebut bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan *perfeksionisme* yang ditentukan secara sosial, *perfeksionisme* berorientasi diri dan *loneliness*

dengan kepuasan hidup siswa. Sedangkan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-disclosure* dengan *loneliness*.

Penelitian selanjutnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Timothy Matthews, Andrea Danese, Jasmin Wertz<sup>1</sup>, Candice L. Odgers, Antony Ambler, Terrie E. Moffitt<sup>1</sup>, Louise Arseneault (2016) dengan judul *Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: a behavioural genetic analysis*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui isolasi dan *loneliness*, bagaimana mereka berhubungan dengan depresi, dan apakah asosiasi ini dijelaskan oleh pengaruh genetik. Hasil penelitian menunjukkan Korelasi genetik 0,65 antar isolasi dan *loneliness* dan 0,63 antara *loneliness* dan depresi menunjukkan peran yang kuat dari pengaruh genetik.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada variabel yang diteliti. Penelitian tersebut menggunakan dua variabel bebas dan satu variabel terikat yaitu *isolation social* dan *loneliness* sebagai variabel bebas dan depresi sebagai variabel terikat. Sedangkan penelitian ini hanya menggunakan satu variabel bebas dan satu variabel terikat yakni *self-disclosure* sebagai variabel bebas dan *loneliness* sebagai variabel terikat.

Berdasarkan uraian dari beberapa penelitian di atas, dapat dilihat bahwa terdapat beberapa perbedaan dengan penelitian ini dari subjek penelitian, tempat penelitian dilakukan, variabel bebas maupun terikat yang digunakan sehingga penelitian ini dapat dipertanggung jawabkan keasliannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agusti, R. D. C. W., & Leonardi, T. (2015). Hubungan antara loneliness dengan problematic internet use pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(1), 9-13.
- Altman, I. & Taylor, D.A. (1973). Social penetration: the development or interpersonal
- Ananta, A. (2016). Penurunan body dissatisfaction pada perempuan dalam masa emerging adulthood dengan gratitude intervention. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02).
- Anggraeni, N. dan Zulpiana U. (2018). Hubungan loneliness dan pengungkapan diri di Instagram pada dewasa yang belum menikah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 6(02).
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: a theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469.
- Azwar, S.(2018). Penyusunan skala psikologi. Yogyakarta: *Pustaka Pelajar*
- Badan Pusat Statistik. (2021, Januari 21). Hasil sensus penduduk 2020 <https://www.bps.go.id> (Diakses tanggal 23 Juni 2021).
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, MT, & Qualter, P. (2020) Loneliness around the world: age, gender, and cultur differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*. 169, 110066.
- Blachnio, A., Przepiorka, A., Balakier, E., & Boruch, W. (2016). Who discloses the most on facebook?. *Journal Computers in Human Behavior*, 55, 664-667.
- Brehm, Sharon S. (2002). Intimate relationship. Edisi ketiga. New York: *The MacGraw-Hill Companies, Inc.*
- Buntaran, F. A. A., & Helmi, A. F. (2015). Peran kepercayaan interpersonal remaja yang loneliness dalam memoderasi pengungkapan diri pada media jejaring sosial online. *Gajah Mada Journal of Psychology*, 1(2).
- Cangara, Hafied. (2016). Pengantar ilmu komunikasi . Jakarta: *Rajawali Pers*.
- Cozby, P. C. (1973). Self-disclosure: a literature review. *Psychological bulletin*, 79(2), 73.
- Davis, MH, & Franzoi, SL (1986). Loneliness remaja, pengungkapan diri, dan kesadaran diri pribadi: sebuah penyelidikan longitudinal. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*. 51 (3), 595.

- De Jong Gierveld, J. (1998). A review of loneliness: concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews in Clinical Gerontology*, 8(1), 73-80.
- De Jong Gierveld, J., & Van Tilburg, TG (2016) Social isolation and loneliness. *Encyclopedia of Mental Health*, 4(2), 175-178.
- Derlega, V. J., & Grzelak, J. (1979). Appropriateness of self-disclosure. (G. J. Chelune, ed.) *Self-disclosure: origins, patterns, and implications of openness in interpersonal relationships*, 151-176. San Fransisco: Jossey Bass
- Devito, J. A. (2011). *Komunikasi antar manusia (edisi. 5)*. Tangerang Selatan: *Karisma Publishing Group*
- Domagala-Krecioch, A., & Majerek, B. (2013). The issue of loneliness in the period of emerging adulthood. *European Scientific Journal*.
- Doman, L. C. H., & Le Roux, A. (2010). The causes of loneliness and the factors that contribute towards it: a literature review. *Tydskrif Vir Geesteswetenskappe*, 50(2), 216-228.
- Dussault, M., & Frenette, E. (2014). Loneliness and bullying in the workplace. *American Journal of Applied Psychology*, 2(4), 94-98.
- Gaev, D. M. (1976). *The psychology of loneliness*. Adams Press.
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Self-disclosure dan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115-130.
- Goldscheider, F. K., & Goldscheider, C. (1994). Leaving and returning home in 20th century America. *Population Bulletin*, 48(4), 1-35.
- Hasnain, S. F., & Fatima, I. (2012). Perfectionism, loneliness and life satisfaction in Engineering Students. *Journal of Behavioural Sciences*, 22(3).
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2007). Aging and loneliness: downhill quickly?. *Current Directions in Psychological Science*, 16, 187-191.
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: a theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of behavioral medicine*, 40(2), 218-227.
- Hawthorne, G. (2008). Perceived social isolation in a community sample: its prevalence and correlates with aspects of peoples' lives. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 43(2), 140-150.

- Howe, N., & Strauss, W. (2009). *Millennials rising: the next great generation*. Vintage
- Huda, N. (2012). Kontribusi dukungan sosial terhadap kepuasan hidup, afek menyenangkan dan afek tidak menyenangkan pada dewasa muda yang belum menikah. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Ihsan. (2021, Maret 07). Bukan usia 25-30 tahun, mayoritas anak muda indonesia menikah di usia ini. <https://m.solopos.com/bukan-25-30-tahun-mayoritas-anak-muda-indonesia-menikah-di-usia-ini-1110787> (diakses tanggal 24 Juli 2021).
- Jiang, LC. Yang, IM dan Wang, C. (2017). Self-disclosure to parents in emerging adulthood: examining the roles of perceived parental responsiveness and separation–individuation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(4), 425-445.
- Kail, R. V., & Cavanaugh, J. C. (2013). *Human development: a life-span view* (6th ed.). Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning.
- Karunia, N. E., & Wahyuningsih, S. (2018). Kesiapan menikah perempuan emerging adulthood etnis arab. *JPIB: Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 1(2), 75-84.
- Khairunnisa, R., & Trihandayani, D. (2018). Hubungan antara helicopter parenting dengan loneliness pada generasi milenial di masa emerging adulthood. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 4(1), 23-32.
- Komarovsky, M. (1974). Pola keterbukaan diri mahasiswa laki-laki. *Jurnal Pernikahan dan Keluarga..* 677-686
- Leung, L. (2002). Loneliness, keterbukaan diri, dan ICQ ("I seek you") digunakan. *CyberPsychology & Behavior*, 5 (3), 241-251.
- Leung, L. (2012). Loneliness, keterbukaan diri dan ICQ ("Saya Mencari Anda") digunakan. *Cyberpsikologi & Perilaku*, 5 (3), 1- 11.
- Liliweri, A. (2015). *Komunikasi antarpribadi*. Jakarta: *Kencana*.
- Martin, J., & Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in human behavior*, 19(6), 659-671.
- Matthews, T., Danese, A., Wertz, J., Odgers, C. L., Ambler, A., Moffitt, T. E., & Arseneault, L. (2016). Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: a behavioural genetic analysis. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 339–348 doi:10.1007/s00127-016-1187-7

- Miller, R. S., Perlman, D., & Brehm, S. S. (2007). *Intimate relationship* (4th ed ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Misyaroh, D. (2016). Hubungan antara loneliness dengan mobile phone addict pada mahasiswa universitas negeri di Kota Malang (*Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim*).
- Myers, D.G. 2012. Psikologi Sosial. Jakarta : Salemba Humanika
- Nanda, D. I. (2013) *Hubungan loneliness dan psychological well being pada dewasa muda lajang yang berkarir*. Skripsi, Universitas Bina Nusantara. Diunduh dari <http://thesis.binus.ac.id>
- Natalia. (2020, Juli 08). Pengangguran di Indonesia paling banyak usia 15 sampai 24tahun.<https://economy.okezone.com/read/2020/07/08/320/2243072/pengangguran-di-indonesia-paling-banyak-usia-15-24-tahun> (diakses tanggal 24 Juli 2021).
- Ozdemir, U., & Tuncay, T. (2008). Correlates of loneliness among university students. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 2(1), 1-6. doi:10.1186/1753-2000-2-29
- Paramita, G. V. (2010). Studi kasus perbedaan karakteristik mahasiswa di Universitas 'X'-Indonesia dengan Universitas 'Y'-Australia. *Humaniora*, 1(2), 629-635.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1984). Loneliness research: A survey of empirical findings. In L. A. Peplau & S. E. Goldston (Eds.), Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness. *National Institute of Mental Health*. 13–46.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). Loneliness. *encyclopedia of mental health*, 2, 571-581. New York: Academic Press
- Perlman, D., dan Peplau, L. A. 1982, Theoretical approaches to loneliness. *loneliness: A Sourcebook Of Current Theory, Research And Therapy*, 123-134.
- Pinquart,M.,& Sorensen,S. (2001). Influences on loneliness in older adults: A Meta-Analysis. *Basic and Applied social Psychology*. 245- 266.
- Pohan, F. A., & Dalimunthe, H. A. (2017). Hubungan intimate friendship dengan self-disclosure pada mahasiswa psikologi pengguna media sosial Facebook. *Jurnal Diversita*, 3(2), 15-24.
- Putri, J. T. (2019). Hubungan antara self-disclosure dengan happiness pada mahasiswa perantauan (*Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang*).

- Rime, B. (2016). Self disclosure. Dalam H. S. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of mental health waltham, MA: Academic Press*. 4 (66-74).
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness scale (Version 3): reliability, validity, and factor structure. *Journal of personality assessment*, 66(1), 20-40.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980), The revised UCLA loneliness scale: concurrent and discriminant validity evidence, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 39 (3) : 472
- Russell, D., Peplau, L.A & Ferguson, M. L. (1978), Mengembangkan ukuran loneliness. *Jurnal Penilaian Kepribadian*, 42 (3) : 290-294.
- Sears, D. O., Freedman, J. L., & Peplau, L. A. (1985). Attitudes, social psychology, 5, 131-164.
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif, kuantitatif dan r&d. *Bandung: Alfabeta*.
- Wei, M., Russell, DW, & Zakalik, RA (2005). Lampiran dewasa, self-efficacy sosial, pengungkapan diri, loneliness, dan depresi berikutnya untuk mahasiswa baru: Sebuah studi longitudinal. *Jurnal psikologi konseling* , 52 (4), 602.
- Weiss, R. S. (1973). Loneliness: The experience of emotional and social isolation.
- Wheless, L. R., Nesser, K., & Mccroskey, J. C. (1986). The relationships of self-disclosure and disclosiveness to high and low communication apprehension, communication research reports. Diakses dari <http://www.jamescmccroskey.com/publications/137.pdf>
- Widhiarso, W. (2011, Juni). Pengategorian data dengan menggunakan statistic hipotetik dan statistik empirik. Retrieved from <http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/wp/wp-content/uploads/WidhiarsoPengategorian-Data-dengan-Menggunakan-Statistik-Hipotetik-danStatistik-Empirik.pdf>
- William A. Sadler, Jr (2016). Social psychology. American Sociological Association. 4(2) 171-173.
- Zarrett, N., & Eccles, J. (2006). The passage to adulthood: challenges of late adolescence. *New directions for youth development*. 2006 (111), 13-28.