

**Pengaruh Self-Esteem terhadap Psychological Well-being pada Emerging
Adulthood Pengguna Media Sosial Aktif**



Leonisa Abjati Karnadi

1801618155

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2022



LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

“Pengaruh Self-Esteem terhadap Psychological Well-Being pada Emerging Adulthood
Pengguna Media Sosial Aktif”

Nama Mahasiswa : Leonisa Abjati Karnadi
Nomor Registrasi : 1801618155
Jurusan/Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 08 Agustus 2022

Pembimbing I





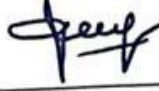
Fitri Lestari Issom, M.Si.
NIP. 198005212008012008

Pembimbing II



Prof. Dr. Yufiarti, M.Si.
NIP. 196402171986102001

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Penanggungjawab)*		8 sept 2022
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		7 sept 2022
Mira Ariyani, Ph.D. (Ketua Penguji)***		31 Agustus 2022
Dr. Gungum Gumerlar, M.Si. (Anggota)****		31 Agustus 2022
Rahmadianty Gazadinda, M.Sc (Anggota)		31 Agustus 2022

Catatan:

- *Dekan FPPsi
- **Wakil Dekan I
- ***Ketua Penguji
- ****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Leonisa Abjati Karnadi

NIM : 1801618155

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh *Self-Esteem* terhadap *Psychological Well-being* pada *Emerging Adulthood* Pengguna Media Sosial Aktif” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan <Desember-Juli> 2022.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 31 Agustus 2022

Yang Membuat Pernyataan

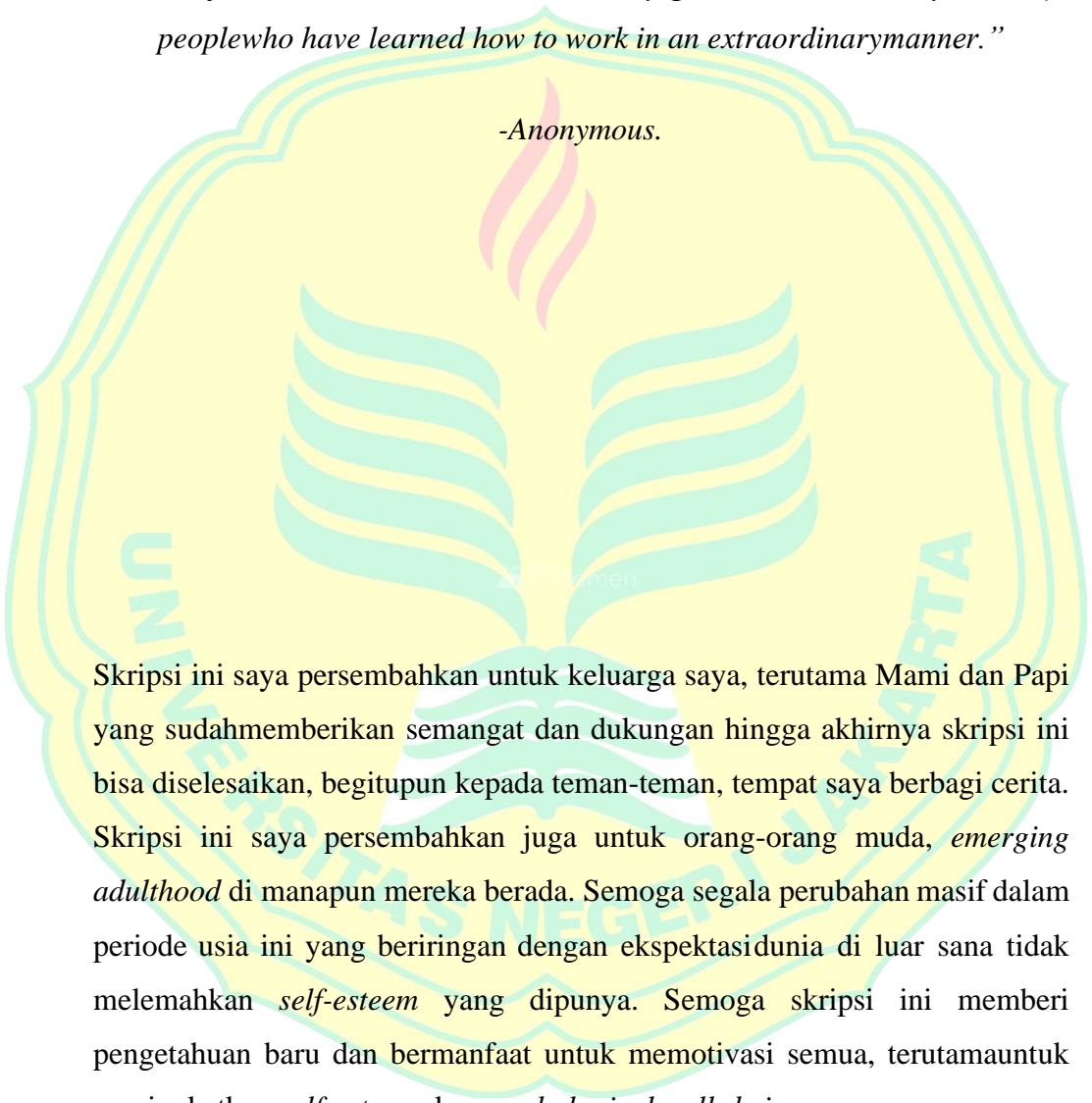


(Leonisa Abjati Karnadi)

LEMBAR MOTO DAN PERSEMBAHAN

“The major work in the world is not done by geniuses. It is done by ordinary people who have learned how to work in an extraordinary manner.”

-Anonymous.



Skripsi ini saya persembahkan untuk keluarga saya, terutama Mami dan Papi yang sudah memberikan semangat dan dukungan hingga akhirnya skripsi ini bisa diselesaikan, begitupun kepada teman-teman, tempat saya berbagi cerita. Skripsi ini saya persembahkan juga untuk orang-orang muda, *emerging adulthood* di manapun mereka berada. Semoga segala perubahan positif dalam periode usia ini yang beriringan dengan ekspektasi dunia di luar sana tidak melemahkan *self-esteem* yang dipunya. Semoga skripsi ini memberi pengetahuan baru dan bermanfaat untuk memotivasi semua, terutama untuk meningkatkan *self-esteem* dan *psychological well-being*



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.uni.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : LEONISA ABJATI KAYNAOJ
NIM : 1901619155
Fakultas/Prodi : Pendidikan Biologi / Psikologi
Alamat email : leoniskaynao@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :
PENGARUH SELF-ESTEEM TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING
PADA EMERGENSI ADULTHOOD PENGGUNA MEDIA SOSIAL AKTIF

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta 15 September 2022.

Penulis

METERAI TEMPEL
BE4AJX931228928
nama dan tanda tangan
Leonisa Abjati Kaynao

LEONISA ABJATI KARNADI

**PENGARUH SELF-ESTEEM TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING
PADA EMERGING ADULTHOOD PENGGUNA MEDIA SOSIAL AKTIF**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas

Negeri Jakarta

2022

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap *psychological well-being* pada *emerging adulthood* pengguna media sosial aktif. Metode penelitian kuantitatif dengan pengujian statistik analisisregresi digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap *psychological well-being* pengguna media sosial aktif *emerging adulthood*. Sebanyak 226 responden *emerging adulthood* berusia 18-24 tahun yang aktif menghabiskan 2 jam 27 menit setiap harinya di media sosial *online WhatsApp, Twitter, Facebook, YouTube, dan Instagram* berpartisipasi dalam penelitian ini. Adapun karakteristik responden lain yakni WNI berdomisili Jabodetabek. Dalam penelitian ini, digunakan instrumen psikologis *RSES (Rosenberg Self-Esteem Scale)* adaptasi Afifah (2016) untuk mengukur skala *self-esteem* responden dan digunakan hasil adaptasi alat ukur instrumen *PWBS (Psychological Well-Being Scale)* yang dibuat dan dikembangkan oleh Ryff & Carol (2010) untuk sampel *emerging adulthood*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya 13,8% pengaruh *self-esteem* terhadap *psychological well-being emerging adulthood* pengguna media sosial aktif.

Kata Kunci: *Self-Esteem, Psychological Well-Being, Emerging Adulthood, Pengguna Media Sosial Aktif*

LEONISA ABJATI KARNADI

**THE EFFECT OF SELF-ESTEEM ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING
AMONG EMERGING ADULTHOOD, SOCIAL MEDIA USERS**

Undergraduate Thesis

Jakarta: Department of Psychology, Faculty of

Psychology Education State University of Jakarta

2022

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of self-esteem on psychological well-being in emerging adulthood age group of social media users. The research used quantitative research method with statistical regression analysis to determine the effect of self-esteem on psychological well-being. There are 226 respondents in this research, all of whom were emerging adulthood individuals aged 18-24 years who actively spent 2 hours 27 minutes every day on online social media such as WhatsApp, Twitter, Facebook, YouTube, and Instagram. Respondents in this study also have special characteristics, including Indonesian citizens who live in Greater Jakarta (Jabodetabek). There are two psychological instruments used in this research. First, RSES (Rosenberg Self-Esteem Scale) adapted by Afifah (2016) to measure the self-esteem. Second, the psychological well-being instrument used in this research was the adaptation of PWBS (Psychological Well-Being Scale) made and developed by Ryff & Carol (2010) for emerging adulthood sample. The results of this study indicate that there is a 13.8% effect of self-esteem on psychological well-being.

Keywords: Self-Esteem, Psychological Well-Being, Emerging Adulthood, Social Media Active Users

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena berkat limpahan berkah dan rahmatnya, penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Pengaruh *Self-Esteem* terhadap *Psychological Well-Being* pada *Emerging Adulthood* Pengguna Media Sosial”. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi (S.Psi.). Dalam proses penyusunannya, peneliti mendapatkan arahan, bimbingan, bantuan, dukungan, dan doa dari banyak pihak yang antara lain;

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Si., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, serta Dosen Pembimbing II yang selalu memberikan ilmu, arahan, dan dukungan sepanjang penyusunan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D., selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
4. Ibu Mira Ariyani, Ph. D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Universitas Negeri Jakarta
5. Ibu Dr. Phil. Zarina Akbar, M.Psi., selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
6. Ibu Fitri Lestari Issom, M.Si., selaku Dosen Pembimbing I dalam penyusunan skripsi ini yang sudah menjadi Dosen Pembimbing penulis sedari pelaksanaan praktik kerja psikologi. Terima kasih atas pengertian dan kesabarannya memberikan ilmu, arahan, bimbingan, dan dukungan sepanjang penyusunan skripsi dan perjalanan akademik penulis di Universitas Negeri Jakarta.
7. Ibu Dr. R.A. Fadhallah, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberiarahkan terkait proses berjalannya perkuliahan hingga akhir.
8. Ibu Rahmadianty Gazadinda, M.Sc., selaku ahli dalam *Expert Judgement II*. Terima kasih atas bantuan dan bimbingannya.
9. Seluruh Dosen Program Studi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu sedari awal hingga akhir perkuliahan.
10. Seluruh Staf Administrasi Program Studi Psikologi Psikologi Fakultas

Pendidikan Psikologi yang telah membantu proses administrasi penulis selama masa perkuliahan.

11. Seluruh Staf yang bekerja di Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah membantu proses perkuliahan luring dan daring menjadi kondusif.
12. Mami dan Papi tersayang yang selalu hadir. Terima kasih atas kasih sayang, doa, dukungan, bantuan, arahan, dan validasi yang selalu diberikan. Begitu juga kepada Abang, Sanjungan, *Loop*, *Wawa* dan Tamir. Terima kasih karena selalu hadir dengan dukungan, doa, arahan, dan validasi yang sudah diberikan.
13. Veronica Siva dan Shabrina Fauziah yang sudah menemani sepanjang masa perkuliahan serta membantu memberikan arahan, serta teman bertukar cerita terkait proses penyusunan skripsi sedari Semester 7. Terima kasih atas kehadirannya dan ilmu serta dukungan yang sudah diberikan.
14. Kepada sahabat penulis yang sudah menemani sejak kecil dan selalu memberikandukungan serta doa. Teruntuk Jovina, Nanda, Ellena. Terima kasih atas kehadiran, doa, validasi, dan kasih sayang yang telah diberikan.
15. Kepada sahabat daring penulis yang sudah menemani sejak masa *emerging adulthood* dimulai, Cindur Indri dan Aurellia Dezra. Terima kasih atas kehadiran, kasih sayang, manifestasi, dan validasi yang nyata.
16. Kepada murid-murid Ms. Leoni tersayang dan termanis di EF Puri, dan Cakap; Samuel Avery, Jordan Leonathan, Beatrix Kirana, Quinn Wicaksana, Zeffanya Karissa, Marcello Jovan, Raja Darian, Gilbert Mulia, Fathiya Karima, Demmy, Jeannah, Zoey Nando, Minka, Annabelle, Althaf Aryasatya, yang sudah memberikan warna baru, harapan, semangat, dan inspirasi sepanjang penulisan skripsi ini.
17. Kepada seluruh pihak dari EF Puri (terutama Ms. Angreani Carolina), Sekolah Cikal (terutama Ibu Lina, Kak Nabila, Kak Lia, dan Kak Ocha), dan Cakap (terutama Ms. Solind, Ms. Indrie, dan Ms. Alifa), yang sudah memberikan bantuan dukungan serta pengertian kepada penulis sepanjang pengerjaan skripsi ini.
18. Teman-teman FPPsi UNJ Angkatan 2018 yang menemani dan berjuang sepanjang masaperkuliahan.

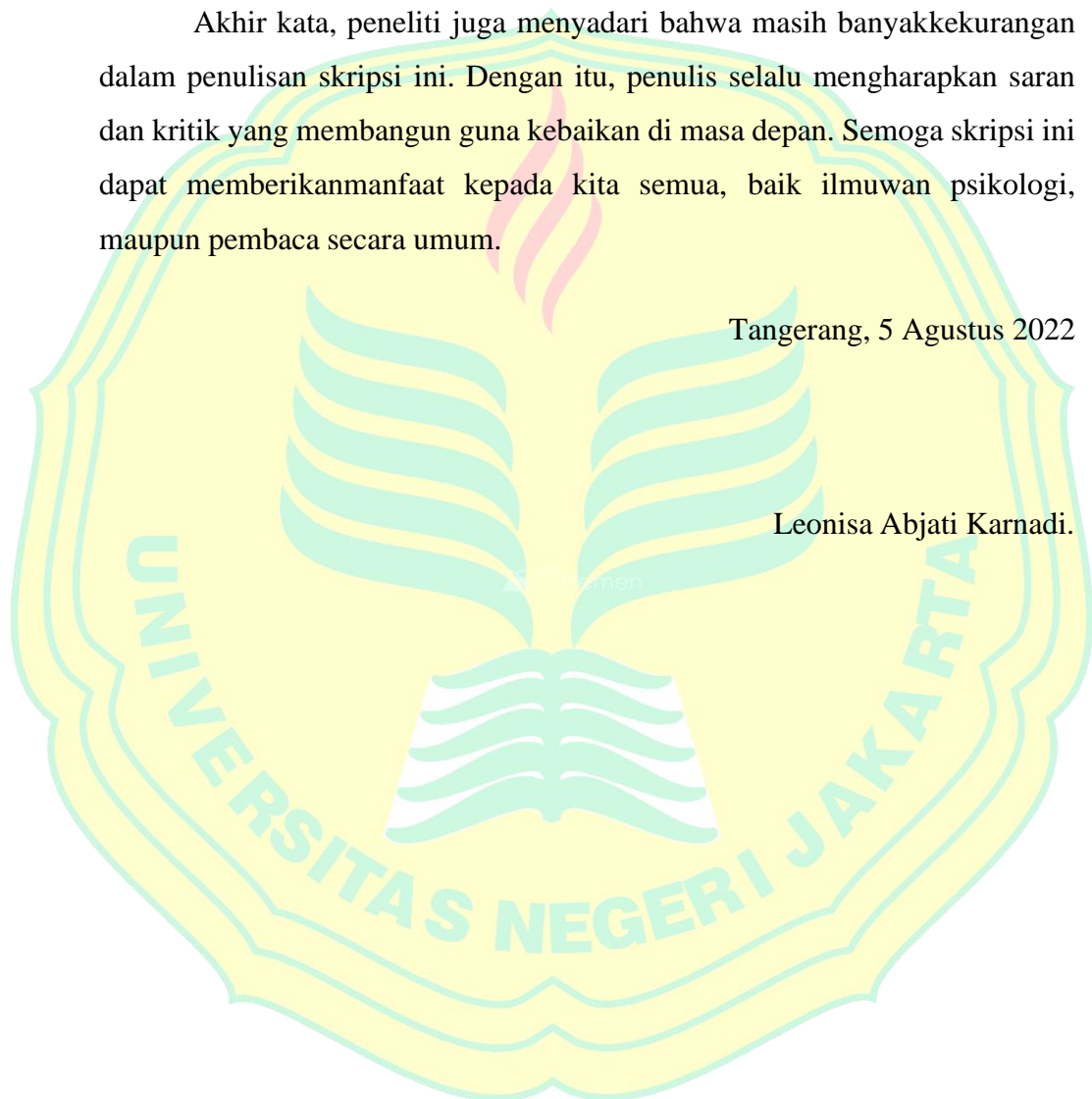
19. Seluruh responden *emerging adulthood* dan seluruh individu *emerging adulthood* yang sudah membantu dan menginspirasi pengerjaan skripsi ini.

Peneliti menyadari masih banyak pihak di luar sana yang secara langsung atau tidak langsung membantu penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat dituliskan satu persatu jasanya. Oleh karenanya, peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak tersebut.

Akhir kata, peneliti juga menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Dengan itu, penulis selalu mengharapkan saran dan kritik yang membangun guna kebaikan di masa depan. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada kita semua, baik ilmuwan psikologi, maupun pembaca secara umum.

Tangerang, 5 Agustus 2022

Leonisa Abjati Karnadi.



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	10
1.3. Pembatasan Masalah	10
1.4. Rumusan Masalah	10
1.5. Tujuan Penelitian.....	10
1.6. Manfaat Penelitian.....	11
1.6.1. Manfaat Teoritis.....	11
1.6.2. Manfaat Praktis	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1. <i>Psychological Well-Being</i>	12
2.1.1. Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	12
2.1.2. Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	14
2.1.3. Pengukuran Variabel <i>Psychological Well-Being</i> pada <i>Emerging Adulthood</i>	16
2.2. <i>Self-Esteem</i>	17
2.2.1. Definisi <i>Self-Esteem</i>	18
2.2.2. Implikasi <i>Self-Esteem</i> pada <i>Psychological Well-Being</i>	18
2.2.3. Pengukuran <i>Self-Esteem</i>	19
2.3. Penggunaan Media Sosial	20
2.3.1. Definisi Pengguna Media Sosial Aktif	20
2.3.2. Penggunaan Media Sosial pada <i>Emerging Adulthood</i> di Indonesia	21

2.3.3. Dampak Penggunaan Media Sosial pada <i>Emerging Adulthood</i>	23
2.4. Pengaruh <i>Self-Esteem</i> terhadap <i>Psychological Well-Being</i>	24
2.5. Kerangka Berpikir	26
2.6. Hipotesis	27
2.7. Hasil Penelitian yang Relevan.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1. Tipe Penelitian.....	30
3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	30
3.2.1. Definisi Konseptual	30
3.2.1.1. Definisi Konseptual <i>Psychological Well-Being</i>	30
3.2.1.2. Definisi Konseptual <i>Self-Esteem</i>	31
3.2.2. Definisi Operasional	31
3.2.2.1. Definisi Operasional <i>Psychological Well-Being</i>	31
3.2.2.2. Definisi Operasional <i>Self-Esteem</i>	31
3.3. Populasi dan Sampel	32
3.3.1. Populasi.....	31
3.3.2. Sampel	32
3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel	33
3.4. Teknik Pengumpulan Data	34
3.4.1. Instrumen <i>Psychological Well-Being</i>	34
3.4.2. Instrumen <i>Self-Esteem</i>	39
3.5. Uji Coba Instrumen	42
3.5.1. Uji Coba Instrumen <i>Psychological Well-Being</i>	44
3.5.2. Uji Coba Instrumen <i>Self-Esteem</i>	46
3.6. Analisis Data	48
3.6.1. Uji Statistik	48
3.6.2. Uji Hipotesis	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
4.1. Gambaran Responden Penelitian.....	51
4.1.1. Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	51
4.1.2. Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	51
4.1.3. Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	52
4.1.4. Gambaran Responden Berdasarkan Status Pekerjaan	53
4.1.5. Gambaran Responden Berdasarkan Status Kewarganegaraan	54

4.2. Prosedur Penelitian.....	54
4.2.1. Persiapan Penelitian.....	54
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian.....	56
4.3. Hasil Analisis Data Penelitian.....	56
4.3.1. Data Deskriptif Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	56
4.3.2. Kategorisasi Skor Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	58
4.3.3. Data Deskriptif Variabel <i>Self-Esteem</i>	59
4.3.4. Kategorisasi Skor Variabel <i>Self-Esteem</i>	60
4.3.5. Uji Normalitas.....	61
4.3.6. Uji Linearitas.....	62
4.3.7. Uji Korelasi.....	62
4.3.8. Uji Hipotesis.....	63
4.4. Pembahasan.....	65
4.5. Keterbatasan Penelitian.....	67
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	68
5.1. Kesimpulan.....	68
5.2. Implikasi.....	68
5.3. Saran.....	68
5.3.1. Saran Untuk Responden Penelitian.....	68
5.3.2. Saran Untuk Peneliti Selanjutnya.....	69
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. <i>Blueprint</i> Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	35
Tabel 3.2. <i>Blueprint</i> Variabel <i>Self-Esteem</i>	41
Tabel 3.3. Koefisien Reliabilitas Guilford	44
Tabel 3.4. Uji Coba Instrumen <i>Psychological Well-Being</i>	45
Tabel 3.5. Nilai Koefisien Reliabilitas <i>Psychological Well-Being</i>	47
Tabel 3.6. Uji Coba Instrumen <i>Self-Esteem</i>	47
Tabel 3.7. Nilai Koefisien Reliabilitas <i>Self-Esteem</i>	48
Tabel 4.1. Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	51
Tabel 4.2. Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	52
Tabel 4.3. Gambaran Responden Berdasarkan Status Pekerjaan.....	53
Tabel 4.4. Data Deskriptif Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	56
Tabel 4.5. Kategorisasi Skor Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	58
Tabel 4.6. Data Deskriptif Variabel <i>Self-Esteem</i>	59
Tabel 4.7. Kategorisasi Skor Variabel <i>Self-Esteem</i>	61
Tabel 4.8. Hasil Uji Linearitas Antarvariabel	62
Tabel 4.9. Hasil Uji Korelasi Antarvariabel.....	63
Tabel 4.10. Hasil Uji Hipotesis	63
Tabel 4.11. Perhitungan Korelasi Ganda	64
Tabel 4.12. Arah Pengaruh Variabel <i>Self-Esteem</i> terhadap <i>Psychological Well-Being</i>	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Berpikir.....20



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	77
Lampiran 2 Gambaran Responden.....	78
Lampiran 3 Uji Statistika	80
Lampiran 4 Kuesioner Penelitian.....	82
Lampiran 5 Instrumen <i>Psychological Well-Being</i>	85
Lampiran 6 Instrumen <i>Self-Esteem</i>	86
Lampiran 7 Surat Pernyataan Validasi <i>Expert Judgement</i>	87

