

**PENGARUH KESEPIAN TERHADAP KESEHATAN MENTAL
MELALUI HARGA DIRI SEBAGAI VARIABEL MODERATOR
PADA USIA *EMERGING ADULTHOOD***



Oleh:

Vera Kartika

1801619025

Psikologi

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2023

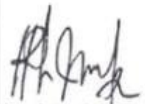
**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Pengaruh Kesenjangan terhadap Kesehatan Mental melalui Harga Diri sebagai Variabel Moderator pada Usia *Emerging Adulthood*”

Nama Mahasiswa : Vera Kartika
 Nomor Registrasi : 1801619025
 Jurusan/Program Studi : Psikologi
 Tanggal Ujian : 8 Agustus 2023

Pembimbing I

Pembimbing II



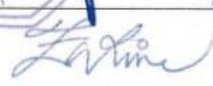




Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi
 NIP. 198107262008122003



Fildzah Rudyah Putri, M.Si.
 NIP. 199205132022032013

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		07/09/23
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		21/08/23
Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi (Ketua Penguji)***		21 Agustus 2023
Ratna Dyah Suryaratri, PhD (Anggota)****		21 Agustus 2023
Ernawati, M.Psi., Psikolog (Anggota)		21 Agustus 2023

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Vera Kartika
NIM : 1801619025
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Pengaruh Kesenian terhadap Kesehatan Mental melalui Harga Diri sebagai Variabel Moderator pada Usia *Emerging Adulthood*" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret 2023 sampai dengan bulan Juli 2023.
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, 02 Agustus 2023

Yang Membuat Pernyataan,



(Vera Kartika)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.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 : Vera Kartika
NIM : 1801619025
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi/ Psikologi
Alamat email : verakrtk@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 Kesenian terhadap Kesehatan Mental melalui Harga Diri sebagai Variabel Moderator
pada Usia Emerging Adulthood

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, 04 September 2023

Penulis


METARAN
TEMPEL
5AAJX401900805 Vera Kartika)



Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua serta keluarga yang selalu mendukung dan mendoakan. Dosen pembimbing yang selalu memberikan banyak masukan pada penelitian ini. Untuk teman-teman yang telah memberikan semangat dan motivasi serta diri sendiri yang telah mengusahakan skripsi ini sampai akhir.

VERA KARTIKA

PENGARUH KESEPIAN TERHADAP KESEHATAN MENTAL MELALUI
HARGA DIRI SEBAGAI VARIABEL MODERATOR PADA USIA *EMERGING
ADULTHOOD*

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi,
Universitas Negeri Jakarta, 2023

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kesepian terhadap kesehatan mental melalui harga diri sebagai variabel moderator pada usia *emerging adulthood*. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dan sampel yang didapatkan sebanyak 300 responden laki-laki atau perempuan pada usia *emerging adulthood*. Hipotesis penelitian ini diuji melalui uji analisis statistik, menggunakan *Uji Hayes Model 1*. Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh negatif kesepian terhadap kesehatan mental, ketika tingkat kesepian tinggi maka tingkat kesehatan mental rendah dan sebaliknya. Lalu terdapat pengaruh positif harga diri terhadap kesehatan mental dapat disimpulkan bahwa ketika tingkat harga diri tinggi maka tingkat kesehatan mental juga tinggi dan sebaliknya. Adapun untuk hipotesis adanya pengaruh kesepian terhadap kesehatan mental yang dimoderatori oleh harga diri, didapati bahwa harga diri tidak memiliki peran moderasi dalam memperkuat atau memperlemah pengaruh kesepian terhadap kesehatan mental.

Kata Kunci: Kesepian, Kesehatan Mental, Harga Diri, *Emerging Adulthood*

VERA KARTIKA

THE EFFECT OF LONELINESS ON MENTAL HEALTH THROUGH SELF-ESTEEM AS A MODERATOR VARIABLE AT THE AGE OF EMERGING ADULTHOOD

Undergraduate Thesis

Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology Education, State University of Jakarta, 2023

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of loneliness on mental health through self-esteem as a moderator variable at the age of emerging adulthood. This study used a purposive sampling technique, and the sample obtained were 300 male or female at emerging adulthood. The research hypothesis was tested through statistical analysis test, using the Hayes Model 1 test. The results of this study are that there is a negative effect of loneliness on mental health, when the level of loneliness is high, the level of mental health is low and the otherwise. Then there is a positive effect of self-esteem on mental health. It can be concluded that when the level of self-esteem is high, the level of mental health is also high and the otherwise. As for the hypothesis that there is an effect of loneliness on mental health that is moderated by self-esteem, it is found that self-esteem does not have a moderating role in strengthening or weakening the effect of loneliness on mental health.

Keywords: Loneliness, Mental Health, Self-esteem, Emerging Adulthood

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kita panjatkan kepada Allah SWT atas segala pertolongan, Rahmat dan kasih sayang-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Kesepian terhadap Kesehatan Mental melalui Harga Diri sebagai Variabel Moderator pada Usia *Emerging Adulthood*”. Kelancaran selama pengerjaan skripsi ini tidak lain karena dukungan dan bantuan dari banyak pihak yang terlibat di dalamnya. Oleh karena itu, penulis sampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Wakil Dekan I, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D., selaku Wakil Dekan II dan Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi. selaku Ketua Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
4. Ibu Dr.Iriani Indri Hapsari, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing 1 yang sudah meluangkan waktu, memberikan banyak bantuan, masukan serta arahan dan selalu memberikan semangat dalam proses penyelesaian skripsi ini
5. Kak Fildzah Rudyah Putri, M.Si. selaku dosen pembimbing 2 yang sudah meluangkan waktu, memberikan banyak bantuan, masukan serta arahan dan selalu memberikan semangat dalam proses penyelesaian skripsi ini
6. Seluruh dosen Program Studi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membagikan ilmu yang bermanfaat semasa perkuliahan
7. Seluruh staff administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu selama perkuliahan dalam mengurus proses administrasi

8. Seluruh responden yang sudah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner penelitian ini
9. Kepada Mama, Papa, Kakak dan keluarga besar penulis yang selalu mendoakan dan mendukung penulis selama penyusunan skripsi maupun selama perkuliahan.
10. Syarifah dan Elisa selaku sahabat selama perkuliahan yang banyak membantu dan memberikan semangat kepada penulis selama penyusunan skripsi maupun perkuliahan
11. Teman-teman satu bimbingan yang telah banyak membantu selama bimbingan, memberikan semangat dan menjadi tempat bertukar pikiran selama penyusunan skripsi
12. Seluruh pihak, teman maupun sahabat yang telah memberi dukungan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta kontribusi yang positif bagi seluruh pihak.

Jakarta, 02 Agustus 2023

Penulis,

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Batasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	7
1.6.1 Manfaat Teoritis	7
1.6.2 Manfaat Praktis	8
BAB II	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Kesehatan Mental	9
2.1.1 Definisi Kesehatan Mental	9
2.1.2 Aspek Kesehatan Mental	10
2.1.3 Karakteristik Kesehatan Mental	12
2.1.4 Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental	13

2.1.5 Pengukuran Kesehatan Mental	15
2.2 Kesepian.....	16
2.2.1 Definisi Kesepian.....	16
2.2.3 Aspek- Aspek Kesepian	19
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Kesepian.....	19
2.2.5 Pengukuran Kesepian	20
2.3 Harga Diri	21
2.3.1 Definisi Harga Diri.....	21
2.3.2 Aspek- Aspek Harga Diri	22
2.3.3 Dimensi Harga Diri	23
2.3.4 Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri.....	24
2.3.5 Pengukuran Harga Diri	24
2.4 <i>Emerging Adulthood</i>	25
2.4.1 Definisi <i>Emerging Adulthood</i>	25
2.4.2 Karakteristik <i>Emerging Adulthood</i>	25
2.5 Pengaruh Kesepian terhadap Kesehatan Mental melalui Harga Diri sebagai Variabel Moderator pada Usia <i>Emerging Adulthood</i>	27
2.6 Kerangka Konseptual.....	28
2.7 Hipotesis	29
2.8 Penelitian Terkait.....	29
BAB III	35
PENELITIAN	35
3.1 Tipe Penelitian	35
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	35
3.2.1 Definisi Konseptual	36
3.2.2 Definisi Operasional	36
3.3 Subjek Penelitian	37
3.3.1 Populasi	37
3.3.2 Sampel.....	37
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	38
3.5 Instrumen Penelitian	38
3.5.1 Instrumen Kesepian	38

3.5.2 Instrumen Kesehatan Mental	39
3.5.3 Instrumen Harga Diri	40
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	41
3.6.1 Uji Validitas	41
3.6.2 Uji Reliabilitas	44
3.7 Analisis Data	46
3.7.1 Uji Statistik	46
3.7.2 Uji Hipotesis Statistik	47
BAB IV	48
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
4.1 Gambaran Subjek Penelitian	48
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	48
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	49
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	50
4.2 Prosedur Penelitian	52
4.2.1 Persiapan Penelitian	52
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	53
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	53
4.3.1 Kesepian	53
4.3.2 Kesehatan Mental	57
4.3.3 Harga Diri	60
4.3.4 Uji Normalitas	63
4.3.5 Uji Linearitas	63
4.3.6 Uji Korelasi	64
4.3.7 Uji Hipotesis	66
4.4 Pembahasan	67
4.5 Keterbatasan Penelitian	69
BAB V	70
KESIMPULAN DAN SARAN	70
5.1 Kesimpulan	70
5.2 Implikasi	70
5.3 Saran	71

5.3.1 Bagi Subjek Penelitian	71
5.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN	80



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Instrumen Kesepian.....	39
Tabel 3. 2 Blueprint Instrumen Kesehatan Mental	39
Tabel 3. 3 Blueprint Instrumen Harga Diri.....	40
Tabel 3. 4 Blueprint Akhir Instrumen Kesepian	42
Tabel 3. 5 Blueprint Akhir Instrumen Kesehatan Mental	43
Tabel 3. 6 Blueprint Akhir Instrumen Harga Diri	44
Tabel 3. 7 Kategori Reliabilitas	44
Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas Instrumen Kesepian	45
Tabel 3. 9 Uji Reliabilitas Instrumen Kesehatan Mental	45
Tabel 3. 10 Uji Reliabilitas Harga Diri.....	46
Tabel 4. 1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	48
Tabel 4. 2 Kategorisasi berdasarkan jenis kelamin.....	49
Tabel 4. 3 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	50
Tabel 4. 4 Data Deskriptif Variabel Kesepian	54
Tabel 4. 5 Kategorisasi Skor Kesepian.....	55
Tabel 4. 6 Tabulasi Silang Kesepian Berdasarkan Usia	55
Tabel 4. 7 Tabulasi Silang Kesepian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	56
Tabel 4. 8 Data Deskriptif Variabel Kesehatan Mental.....	57
Tabel 4. 9 Kategorisasi Skor Kesehatan Mental	58
Tabel 4. 10 Tabulasi Silang Kesehatan Mental Berdasarkan Usia	59
Tabel 4. 11 Tabulasi Silang Kesehatan Mental Berdasarkan Jenis Kelamin	60
Tabel 4. 12 Data Deskriptif Variabel Harga Diri	60
Tabel 4. 13 Kategorisasi Skor Harga Diri	61
Tabel 4. 14 Tabulasi Silang Harga Diri Berdasarkan Usia	62
Tabel 4. 15 Tabulasi Silang Harga Diri Berdasarkan Jenis Kelamin.....	63
Tabel 4. 16 Uji Linearitas Variabel Kesepian dan Kesehatan Mental	64
Tabel 4. 17 Uji Linearitas Variabel Harga Diri dan Kesehatan Mental	64
Tabel 4. 18 Uji Korelasi Variabel Kesepian dan Kesehatan Mental.....	65
Tabel 4. 19 Uji Korelasi Variabel Harga Diri dan Kesehatan Mental.....	65
Tabel 4. 20 Uji H_{a1}	66
Tabel 4. 21 Uji H_{a2}	66
Tabel 4. 22 Uji H_{a3}	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	28
Gambar 4. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia	49
Gambar 4. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	50
Gambar 4. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Domisili.....	52
Gambar 4. 4 Hasil Uji Hipotesis.....	67



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	80
Lampiran 2 Data Demografi	84
Lampiran 3 Hasil Analisis Data.....	86
Lampiran 4 Hasil Kategorisasi	87
Lampiran 5 Tabulasi Silang.....	88
Lampiran 6 Uji Linearitas	93
Lampiran 7 Uji Korelasi.....	94
Lampiran 8 Uji Analisis Regresi Sederhana.....	95
Lampiran 9 Hasil Uji Hayes Model 1.....	95
Lampiran 10 Surat Pernyataan Validitas Instrumen	96
Lampiran 11 Kuesioner Instrumen	98
Lampiran 12 Gambaran Kuesioner Uji Coba dan Penelitian	101
Lampiran 13 Daftar Riwayat Hidup.....	102

