

**Hubungan Antara *Online Help-Seeking* dan Kesenian Pada
Mahasiswa**



Oleh:

Riando Dika Onggeleng

1801619048

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

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

“Hubungan antara *Online Help-Seeking* dan Kesenian Pada Mahasiswa”

Nama Mahasiswa : Riando Dika Onggeleng
Nomor Registrasi : 1801619048
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 22 Agustus 2023

Pembimbing 1

Vinna Ramadhany Sy, M.Psi
NIP. 199004222020122012

Pembimbing 2

Reny Rustyawati, S.Pd., M.A
NIP. 199206082022032013

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Penanggungjawab)*		07/09/23
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		29/08/23
Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D. (Ketua Penguji)***		29 Agustus 2023
Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd (Anggota)****		29 Agustus 2023
Sri Juwita Kusumawardhani, M.Psi. (Anggota)****		29 Agustus 2023

Catatan:

* Dekan FPPsi

** Wakil Dekan I

*** Ketua Penguji

**** Dosen Penguji selain Pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama: Riando Dika Onggeleng
NIM: 1801619048
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Hubungan Antara *Online Help-Seeking* dan Kesepian Pada Mahasiswa adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dan hasil penelitian bulan Februari 2023 sampai dengan bulan Agustus 2023.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi atau karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

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

Jakarta, 20 Agustus 2023
Yang Membuat Pernyataan



Riando Dika Onggeleng

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



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 : Riando Dika Enggeleng
NIM : 1801619043
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Prodi Psikologi
Alamat email : riandoskripsi.semangat@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 :

Hubungan Antara Online Help-Seeking dan Kestipian
Pada Mahasiswa

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



(Riando Dika Enggeleng)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Even the greatest were beginners. Don't be afraid to take that first step."



PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya Ibu dan ayah yang senantiasa memberikan dukungan dan doa tiada henti. Tidak lupa juga skripsi ini saya persembahkan untuk semua orang yang ingin melawan rasa kesepiannya dengan melakukan *help-seeking online*. Dan yang terakhir skripsi ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri sebagai bentuk apresiasi karena telah melalui berbagai rintangan dan pengingat untuk selalu semangat dalam menghadapi dunia setelah perkuliahan ini.

ABSTRAK

Riando Dika Onggeleng

Hubungan Online Help-Seeking dan Kesepian Pada Mahasiswa di Indonesia

SKRIPSI

Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta
2023

Kesepian merupakan salah satu masalah yang berhubungan erat dengan isu kesehatan mental. Kesepian sering dikaitkan dengan berbagai dampak negatif, terutama depresi. Melalui kecenderungan mahasiswa yang dekat dengan penggunaan internet, *online help-seeking* dapat menjadi pilihan mahasiswa dalam saat mengalami masalah pribadi atau emosional. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang bertujuan untuk melihat hubungan antara *online help-seeking* dan kesepian melalui internet pada mahasiswa (N=309). Pada penelitian ini hasilnya menemukan adanya hubungan signifikan yang positif antara *online help-seeking* dan kesepian dengan cara mengunggah ke sumber anonim (0,210), dan hubungan signifikan negatif pada cara mengirim pesan pada orang terdekat (-0,435) serta mengunggah ke penonton yang luas (-0,119). Kesepian juga ditemukan memiliki hubungan signifikan negatif dengan perilaku *online help-seeking* pada cara mencari dan membaca informasi (-0,182), mengirim pesan terdekat (-0,470) dan mengunggah ke penonton yang luas (-0,223).

Kata Kunci: media sosial; kesehatan mental; mahasiswa; kesepian; *online help-seeking*

ABSTRACT

Riando Dika Onggeleng

“THE RELATIONSHIP BETWEEN ONLINE HELP-SEEKING AND LONELINESS IN INDONESIAN UNIVERSITY STUDENTS”

SKRIPSI

Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2023

Loneliness is a problem that is closely related to mental health issues. Loneliness is often associated with various negative impacts, especially depression. Through the tendency of students who are close to using the internet, online help-seeking can be an option for students when experiencing personal or emotional problems. This study is a correlational study that aims to look at the relationship between online help-seeking and loneliness via the internet in university students (N=309). In this study the results found a positive significant relationship between online help-seeking and loneliness by uploading to anonymous sources (0.210), and a negative significant relationship in the way of sending messages to the closest person (-0.435) and uploading to a wide audience (-0.119). Loneliness was also found to have a negative significant relationship with online help-seeking behavior on seeking and reading information (-0.182), messaging close ones (-0.470) and uploading to a wide audience (-0.223).

Keyword: social media; mental health; university students; loneliness; online help-seeking

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur saya ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkatnya yang melimpah atkan selesainya proses pengerjaan skripsi sebagai syarat bagi saya mendapatkan gelar Sarjana Psikologi dari Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari masih banyak kekurangan dalam diri saya serta ingin mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu saya hingga mencapai pada titik ini:

1. Kedua orang tua saya, Onggeleng Eliezer Bogani dan Wiji Margahayu, yang telah memberikan segala bentuk dukungan dan bimbingan yang tulus didalam kehidupan saya sampai saat ini. Lalu juga kepada adik-adik saya Kasih Setia Irianidani Sepris Onggeleng dan Maria Juliantika, serta keluarga besar yang turut mendampingi dan membimbing saya setiap saat
2. Mba Vinna sebagai pembimbing skripsi saya yang selalu mendampingi dan memberikan dukungan saya dengan segala proses skripsi ini berlangsung agar saya dapat terus bergerak maju dan berkembang.
3. Mba Renny sebagai pembimbing skripsi saya yang memberikan bantuan dukungan serta motivasi saya hingga *deadline* skripsi saya.
4. Segenap sahabat-sahabat saya, Rifqy Rananda, Juan Ricco, Naek Nathanael, Amalia Fitria Destri, Amelia Astivania dan Uina Artasari yang senantiasa menemani, menghibur, dan menjadi tempat bertukar cerita serta saling mendukung satu sama lain.
5. Aldila Peacei, Dinda Fikriyah, Fahri Husein, Salsabila Rifda yang dengan rela hati membantu menjawab pertanyaan dan memberi arahan saat saya mengalami kesulitan dalam proses pengerjaan skripsi.
6. Segenap orang yang telah membantu saya menyebarkan kuesioner penelitian ini sehingga dapat mencapai target.
7. Segenap partisipan penelitian saya yang telah meluangkan waktunya untuk mengikuti penelitian ini

8. Segenap orang yang telah mendoakan dan memberikan dukungan bagi saya untuk dapat menyelesaikan proses perkuliahan terutama skripsi saya.

Akhir kata saya ingin mengucapkan terima kasih bagi semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, tetapi segala bentuk dukungan dan perhatian yang diberikan sekecil apapun sangat berarti bagi saya. Saya meminta maaf atas segala kekurangan pada diri saya jika sekiranya ada yang kurang berkenan. Semoga bentuk kontribusi dan hasil kerja keras saya selama perkuliahan beserta skripsi ini, bisa memberikan manfaat dan mendukung ilmu psikologi agar terus berkembang ditengah masyarakat.

Jakarta, 14 Agustus 2023

Penulis,



Riando Dika Onggeleng



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	8
1.3. Pembatasan Masalah	8
1.4. Rumusan Masalah	9
1.5. Tujuan Penelitian	9
1.6. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1. Kesepian	11
2.1.1. Definisi Kesepian	11
2.1.2. Dimensi Kesepian	12
2.1.3. Faktor yang Mempengaruhi Kesepian	13
2.1.4. Dampak Kesepian	16
2.1.5. Pengukuran Kesepian	17
2.2. <i>Online Help-Seeking</i>	18
2.2.1. Teori <i>Help-seeking</i>	18

2.2.2.	Definisi <i>Online Help-Seeking</i>	20
2.2.3.	Faktor yang Memengaruhi <i>Online Help-Seeking</i>	21
2.2.4.	Pengukuran <i>Online Help-Seeking</i>	23
2.3.	Mahasiswa.....	24
2.4.	Hubungan antara Kesenian dan <i>Online Help-seeking</i>	25
2.5.	Kerangka Konseptual	27
2.6.	Hipotesis.....	28
2.7.	Penelitian Terkait	29
BAB III METODE PENELITIAN.....		35
3.1.	Tipe Penelitian	35
3.2.	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	35
3.2.1.	Definisi Konseptual.....	35
3.2.2.	Definisi Operasional	36
3.3.	Populasi dan Sampel	36
3.4.	Teknik Pengumpulan Data.....	37
3.5.	Alat Ukur Kesenian	38
3.5.1.	Penyusunan Instrumen Kesenian.....	38
3.5.2.	Tujuan Penyusunan Instrumen.....	39
3.5.3.	Dasar Teori Instrumen.....	39
3.5.4.	Proses Adopsi Instrumen	39
3.6.	Alat Ukur <i>Online Help-Seeking</i>	40
3.6.1.	Penyusunan Instrumen <i>Online Help-seeking</i>	40
3.6.2.	Tujuan Penyusunan Instrumen.....	41
3.6.3.	Dasar Teori Instrumen.....	41
3.6.4.	Proses Adaptasi Instrumen	42
3.7.	Uji Coba Instrumen	43
3.7.1.	Instrumen Kesenian	44
3.7.2.	Instrumen <i>Online Help-seeking</i>	46
3.8.	Teknik Analisis Data	47
3.9.	Analisis Deskriptif	47

3.10.	Normalitas	48
3.11.	Uji Linearitas.....	48
3.12.	Uji Korelasi	48
3.13.	Hipotesis Statistik	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		50
4.1.	Gambaran Responden.....	50
4.1.1.	Gambaran Responden Berdasarkan Usia	50
4.1.2.	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	51
4.1.3.	Gambaran Responden Berdasarkan Jumlah Akun Media Sosial 51	
4.1.4.	Gambaran Responden Berdasarkan Kepercayaan Pada Bantuan/Informasi Di Internet.....	52
4.1.5.	Gambaran Responden Berdasarkan Kemudahan Akses Akan Layanan Yang Digunakan	53
4.2.	Prosedur Penelitian	53
4.2.1.	Persiapan Penelitian	53
4.2.2.	Pelaksanaan Penelitian	54
4.3.	Hasil Analisis Data Penelitian	55
4.3.1.	Data Deskriptif Kesepian.....	55
4.3.2.	Kategorisasi Skor Kesepian	55
4.3.3.	Data Deskriptif <i>Online Help-seeking</i>	56
4.3.4.	Uji Normalitas.....	57
4.3.5.	Uji Linearitas	57
4.3.6.	Uji Korelasi	58
4.4.	Pembahasan	60
4.5.	Keterbatasan Penelitian.....	66
BAB V KESIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN		67
5.1.	Kesimpulan.....	67
5.2.	Implikasi.....	68
5.3.1.	Mahasiswa	68

5.3.2. Pihak Profesional	68
5.3.3. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	68

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Penelitian Terkait.....	27
Tabel 3.1. Persebaran aitem <i>UCLA Loneliness scale version 3</i>	37
Tabel 3.2. Persebaran Aitem <i>Online Help-seeking</i>	38
Tabel 3.3. Tabel Interpretasi Guilford	41
Tabel 3.4. Daya Diskriminasi Instrumen Kesepian	42
Tabel 3.5. Reabilitas Kesepian	43
Tabel 3.6. Daya Diskriminasi Instrumen <i>Online help-seeking</i>	43
Tabel 3.7. Reliability Statistic instrumen <i>Online help-seeking</i>	44
Tabel 4.1. Gambaran Responden Berdasarkan Usia	48
Tabel 4.2. Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	49
Tabel 4.3. Jumlah Akun Media Sosial	49
Tabel 4.4. Kepercayaan Pada Bantuan/Informasi Di Internet	49
Tabel 4.5. Kemudahan Akses Akan Layanan Yang Digunakan	51
Tabel 4.6. Data Deskriptif Kesepian	53
Tabel 4.7. Kategorisasi Skor Kesepian	53
Tabel 4.8. Data Deskriptif <i>Online help-seeking</i>	54
Tabel 4.9. Uji Normalitas	55
Tabel 4.10. Uji Linearitas	55
Tabel 4.11 Interpretasi Koefisien Korelasi	56
Tabel 4.12. Uji Korelasi Niat <i>Online help-seeking</i>	56
Tabel 4.13. Uji Korelasi Perilaku <i>Online help-seeking</i>	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran27



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminan UCLA LS 3	66
Lampiran 2 Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminan Alat Ukur OHSQ	67
Lampiran 3 Hasil Uji Linearitas	71
Lampiran 4 Hasil Uji Normalitas	72
Lampiran 5 Hasil Uji Korelasi	73
Lampiran 6 Hasil Analisis Data Statistik Deskriptif	75

