

**PENGARUH PENGUNGKAPAN DIRI DI *SECOND ACCOUNT*
INSTAGRAM TERHADAP KESEPIAN PADA DEWASA
AWAL**



Oleh:

Firza Nadila
1801621001

PSIKOLOGI

SKRIPSI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JUNI 2025

**PENGARUH PENGUNGKAPAN DIRI DI *SECOND ACCOUNT*
INSTAGRAM TERHADAP KESEPIAN PADA DEWASA
AWAL**



Oleh:

Firza Nadila
1801621001

PSIKOLOGI

SKRIPSI

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

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JUNI 2025

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

“Pengaruh Pengungkapan Diri di *Second Account Instagram* Terhadap Kesenian Pada
Dewasa Awal”

Nama Mahasiswa : Firza Nadila
NIM : 1801621001
Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 1 Juli 2025

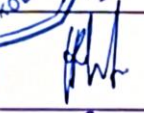
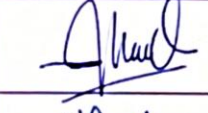
Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II


Anggi Mayangsari, M.Psi., Psikolog
NIP. 199505312022032017


Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd
NIP. 197909252002122001

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumung Gumelar F.R., M.Si. (Dekan/Penanggungjawab)*		15/7/25
Mira Ariyani, Ph.D (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)**		21/7/25
Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi., Psikolog (Ketua Sidang)		9/7/25
Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog (Anggota)****		10/7/2025
Kahfi Hizbullah, M.Psi., Psikolog (Anggota)		10/7/25

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Firza Nadila
NIM : 1801621001
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul **“Pengaruh Pengungkapan Diri di *Second Account* Instagram Terhadap Kesepian Pada Dewasa Awal”** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2025.
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, 24 Juni 2024

Yang Membuat Pernyataan


(Firza Nadila)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“You’re doing fine. Sometimes you’re doing better. Sometimes you’re doing worse. But at the end it’s you”

- Mark Lee -

PERSEMBAHAN

Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat, kekuatan, dan kemudahan yang diberikan selama proses ini berlangsung.

Dengan rasa syukur yang mendalam, skripsi ini saya persembahkan kepada: Keluarga, dosen pembimbing, teman-teman angkatan 21 psikologi Universitas Negeri Jakarta, dan juga saya persembahkan untuk diri saya sendiri.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
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 : Firza Nadila
NIM : 1801621001
Fakultas/Prodi : Psikologi/Psikologi
Alamat email : firzanadila24@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 Pengungkapan Diri di *Second Account Instagram* Terhadap Kesenian Pada
Dewasa Awal

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, 11 Agustus 2025



(Firza Nadila)
nama dan tanda tangan

FIRZA NADILA

**PENGARUH PENGUNGKAPAN DIRI DI *SECOND ACCOUNT* INSTAGRAM
TERHADAP KESEPIAN PADA DEWASA AWAL**

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta 2025

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat pengaruh pengungkapan diri di *second account instagram* terhadap kesepian pada dewasa awal. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif. Penelitian ini memiliki total 404 responden dengan pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Alat ukur yang digunakan yaitu *UCLA Loneliness Version 3* milik Russell (1996) dan *Revised Self Disclosure Scale* (RSDS) milik Wheelless (1978). Analisis statistik untuk menguji hipotesis adalah regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pengungkapan diri di *second account instagram* terhadap kesepian pada dewasa awal. Pengungkapan diri memiliki pengaruh terhadap kesepian sebesar 3% dengan arah yang negatif. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi pengungkapan diri di *second account instagram*, maka semakin rendah kesepian pada dewasa awal.

Kata kunci: Kesepian, Pengungkapan Diri, *Second Account Instagram*, Dewasa Awal

FIRZA NADILA

THE INFLUENCE OF SELF-DISCLOSURE ON A SECOND ACCOUNT
INSTAGRAM ON THE LONELINESS IN EARLY ADULthood

Undergraduate Thesis

Jakarta: Major of Psychology

Faculty of Psychology, State University of Jakarta

2025

ABSTRACT

This study aims to see the effect of self-disclosure on second account instagram users on loneliness in early adulthood. The research method used is quantitative. This study has a total of 404 respondents with purposive sampling. The data collection technique used a questionnaire. The measuring instruments used were Russell's UCLA Loneliness Version 3 (1996) and Wheelless' Revised Self Disclosure Scale (RSDS) (1978). Statistical analysis to test the hypothesis is simple linear regression. The results showed that there is an effect of self-disclosure on second account instagram on loneliness in early adulthood. Self-disclosure has an impact on loneliness by 3% with a negative direction. It can be concluded that the higher the self-disclosure on second account instagram users, the lower the loneliness in early adulthood.

Keywords: *Loneliness, Self-Disclosure, Second Account Instagram, Early Adulthood*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah saya ucapkan rasa Syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan berkat yang dilimpahkan oleh-Nya, sehingga penulis dapat diberikan kelancaran dan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pengungkapan Diri di *Second Account Instagram* Terhadap Kesenian Pada Dewasa Awal”.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mencapai kelulusan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Negeri Jakarta. Dalam proses penulisan skripsi ini, tentunya tidak lepas dari kontribusi pihak-pihak yang membantu proses penyusunan skripsi ini. Maka dari itu, penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada pihak yang telah berkontribusi memberikan pendapat dan masukan selama penulis melakukan skripsi ini:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar FR, M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D. selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta, dan sekaligus menjadi Dosen Pembimbing II penulis yang telah membantu memberikan arahan dan masukan selama penyusunan skripsi.
4. Bapak Herdiyan Mailana, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Sarjana Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Mba Anggi Mayangsari, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I penulis yang telah membantu memberikan pengetahuan, pengajaran, masukan, dan dukungan kepada penulis. Penulis mengucapkan terima kasih banyak atas kesabaran dan dedikasi selama bimbingan karena telah menyempatkan waktunya. Dukungan selama bimbingan sangat berarti untuk motivasi penulis terhadap penelitian ini.

7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuannya selama menjadi mahasiswa.
8. Seluruh staf dan karyawan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang membantu proses administrasi selama perkuliahan.
9. Keluarga peneliti yang memberikan dukungan dan doa tanpa henti dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepada Muthia Hanina, Nabila Ayu, dan Shahnaz Aliffa, selaku teman seperjuangan selama awal semester hingga saat ini. Terima kasih telah menjadi bagian penting dalam proses belajar, berbagi keluh kesah, saling menyemangati di tengah tekanan tugas, serta dukungan-dukkungan yang telah diberikan kepada penulis.
11. Kepada Salsa, Sherine, dan Kintany, dan teman-teman dalam satu bimbingan. Terima kasih telah memberikan dukungan serta diskusi-diskusi yang membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
12. Kepada teman-teman lain dan seluruh responden yang membantu menyebarkan dan mengisi kuesioner penelitian ini. Terima kasih telah meluangkan waktunya dalam menyempatkan mengisi dan menyebarkan kuesioner penelitian.
13. Kepada Perpustakaan Taman Ismail Marzuki (TIM) yang telah memberikan fasilitas yang nyaman untuk lebih fokus dalam mencari referensi.
14. Terakhir, diri saya sendiri yang telah bertahan sejauh ini. Terima kasih sudah mau terus mencoba meski sering merasa lelah, ragu, bahkan hampir menyerah. Semoga pencapaian kecil ini menjadi pengingat bahwa saya mampu melewati hal-hal sulit, dan semoga selalu ada keyakinan untuk terus melangkah di perjalanan berikutnya.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	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
1.6.1 Manfaat Teoritis	9
1.6.2 Manfaat Praktis	9
BAB II	11
TINJAUAN PUSTAKA.....	11

2.1	Kesepian.....	11
2.1.1	Definisi Kesepian.....	11
2.1.2	Aspek-aspek Kesepian.....	12
2.1.3	Faktor yang Mempengaruhi Kesepian.....	13
2.2	Pengungkapan Diri.....	14
2.2.1	Definisi Pengungkapan Diri.....	14
2.2.2	Dimensi Pengungkapan Diri.....	15
2.2.3	Faktor yang Mempengaruhi Pengungkapan Diri.....	16
2.3	Dewasa Awal.....	17
2.3.1	Definisi Dewasa Awal.....	17
2.3.2	Karakteristik Dewasa Awal.....	18
2.3.3	Tugas Perkembangan Dewasa Awal.....	19
2.4	Media Sosial Instagram.....	20
2.4.1	Definisi Instagram.....	20
2.4.2	Fitur-fitur Instagram.....	20
2.5	Hubungan Pengungkapan Diri Terhadap Kesepian.....	21
2.6	Kerangka Pemikiran.....	22
2.7	Hipotesis Penelitian.....	23
2.8	Hasil Penelitian yang Relevan.....	24
BAB III		26
METODE PENELITIAN		26
3.1	Tipe Penelitian.....	26
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	26
3.2.1	Definisi Konseptual.....	27
3.2.2	Definisi Operasional.....	27
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
3.3.1	Populasi Penelitian.....	28
3.3.2	Sampel Penelitian.....	28
3.3.3	Teknik Sampling.....	28
3.4	Teknik Pengumpulan Data.....	29
3.4.1	Teknik Pengambilan Data.....	30
3.4.2	Instrumen Penelitian.....	30
3.5	Analisis Data.....	43

3.5.1	Uji Statistik	43
3.5.2	Uji Deskriptif	43
3.5.3	Uji Asumsi	43
3.5.4	Uji Korelasi	44
3.5.5	Uji Hipotesis	44
BAB IV		46
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		46
4.1	Gambaran Partisipan Penelitian	46
4.1.1	Gambaran Responden Berdasarkan Usia	46
4.1.2	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	47
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	48
4.1.4	Gambaran Responden Berdasarkan Status.....	49
4.1.5	Gambaran Responden Berdasarkan Domisili (Pulau).....	50
4.1.6	Gambaran Responden Berdasarkan Suku	51
4.1.7	Gambaran Responden Berdasarkan Lama Penggunaan <i>Second Account Instagram</i>	53
4.1.8	Gambaran Responden Berdasarkan Frekuensi Penggunaan <i>Second Account Instagram</i>	54
4.1.9	Gambaran Responden Berdasarkan Tujuan Penggunaan <i>Second Account Instagram</i>	54
4.2	Prosedur Penelitian.....	55
4.2.1	Persiapan Penelitian	55
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	57
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian.....	57
4.3.1	Hasil Data Deskriptif Kesepian.....	57
4.3.2	Hasil Data Deskriptif Pengungkapan Diri.....	59
4.3.3	Hasil Uji Asumsi	61
4.3.3.1	<i>Hasil Uji Normalitas</i>	61
4.3.4	Hasil Uji Hipotesis	63
4.4	Pembahasan.....	64
4.5	Keterbatasan Penelitian	71
BAB V		72
KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN		72

5.1	Kesimpulan	72
5.2	Implikasi.....	72
5.3	Saran dan Rekomendasi	73
5.3.1	Untuk Subjek Penelitian.....	73
5.3.2	Untuk Peneliti Selanjutnya.....	73
DAFTAR PUSTAKA		75
LAMPIRAN.....		84
DAFTAR RIWAYAT HIDUP		101



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen Kesepian.....	32
Tabel 3.2 Skala Jawaban Instrumen <i>UCLA Loneliness Version 3</i>	32
Tabel 3.3 Hasil Uji Diskriminasi Item Instrumen <i>UCLA Loneliness Version 3</i> ...	34
Tabel 3.4 Kriteria Reliabilitas	35
Tabel 3.5 Reliabilitas Instrumen <i>UCLA Loneliness Version 3</i>	35
Tabel 3.6 Blueprint Final Instrumen <i>UCLA Loneliness Version 3</i>	35
Tabel 3.7 Kisi-Kisi Instrumen Pengungkapan Diri.....	37
Tabel 3.8 Skala Jawaban Instrumen <i>Revised Self-Disclosure Scale (RSDS)</i>	38
Tabel 3.9 Hasil Uji Diskriminasi Item Instrumen <i>Revised Self-Disclosure Scale (RSDS)</i>	39
Tabel 3.10 Kriteria Reliabilitas	41
Tabel 3.11 Reliabilitas Instrumen <i>Revised Self-Disclosure Scale (RSDS)</i>	42
Tabel 3.12 Blueprint Final Instrumen <i>Revised Self-Disclosure Scale (RSDS)</i>	42
Tabel 3.13 Interpretasi Nilai Korelasi.....	44
Tabel 4.1 Data Demografi Usia	46
Tabel 4.2 Data Demografis Jenis Kelamin	47
Tabel 4.3 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	48
Tabel 4.4 Data Demografis Pekerjaan	49
Tabel 4.5 Data Demografis Status	49
Tabel 4.6 Hasil Uji Beda Berdasarkan Status	50
Tabel 4.7 Data Demografis Domisili	51
Tabel 4.8 Data Demografis Suku.....	51
Tabel 4.9 Data Demografis Lama Penggunaan <i>Second Account Instagram</i>	53
Tabel 4.10 Data Demografis Frekuensi Penggunaan <i>Second Account Instagram</i>	54
Tabel 4.11 Data Demografis Tujuan Penggunaan <i>Second Account Instagram</i>	55
Tabel 4.12 Data Deskriptif Kesepian	57
Tabel 4.13 Kategorisasi Skor Kesepian	59
Tabel 4.14 Data Deskriptif Pengungkapan Diri.....	59
Tabel 4.15 Kategorisasi Skor Pengungkapan Diri	60
Tabel 4.16 Uji Normalitas.....	61

Tabel 4.17 Uji Linearitas.....	62
Tabel 4.18 Hasil Uji Korelasi.....	62
Tabel 4.19 Hasil Hipotesis	63
Tabel 4.20 Uji Regresi	63
Tabel 4.21 Model Summary.....	64



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	23
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Uji Coba Instrumen	84
Lampiran 2 Kuesioner Pengambilan Data	85
Lampiran 3 Hasil Validitas Uji Coba Instrumen	89
Lampiran 4 Hasil Reliabilitas Uji Coba Instrumen.....	91
Lampiran 5 Data Deskriptif Data	93
Lampiran 6 Uji Linearitas	93
Lampiran 7 Uji Korelasi.....	93
Lampiran 8 Uji Regresi Linear Sederhana.....	94
Lampiran 9 Uji Beda.....	94
Lampiran 10 Data Demografi	95
Lampiran 11 Kategorisasi Skor Kesenian.....	100
Lampiran 12 Kategorisasi Skor Pengungkapan Diri.....	100

