

**PENGARUH KESEPIAN DAN *ONLINE SOCIAL SUPPORT* TERHADAP
KECENDERUNGAN *SADFISHING* PADA *EMERGING ADULthood***



Oleh:

YVANIA RACHELINA TESALONIKA

1801622099

PSIKOLOGI

SKRIPSI

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

2026

**PENGARUH KESEPIAN DAN *ONLINE SOCIAL SUPPORT* TERHADAP
KECENDERUNGAN *SADFISHING* PADA *EMERGING ADULTHOOD***



Oleh:

YVANIA RACHELINA TESALONIKA

1801622099

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi**

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

2026

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

Pengaruh Kesenian dan *Online Social Support* terhadap Kecenderungan *Sadfishing* pada *Emerging Adulthood*

Nama Mahasiswa : Yvania Rachelina Tesalonika
NIM : 1801622099
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 30 Juni 2026

Pembimbing I



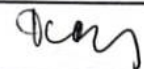
Gita Irianda Rizkyani Medellu, M. Psi.
Psikolog
NIP. 198912192019032015

Pembimbing II



Muhammad Ikbil Wahyu Sukron,
S.Psi., MA
NIP. 199702282024061001

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si (Dekan/Penanggungjawab)		21/07 2026
Mira Ariyani, Ph.D (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		21/07 2026
Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi., Psikolog (Ketua Penguji)		20/07 2026
Deasyanti, Ph.D, Psikolog (Dosen Penguji I)		17/07 2026
Rahmadianty Gazadinda, S.Psi., M.Sc (Dosen Penguji II)		20/07 2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Yvania Rachelina Tesalonika

NIM : 1801622099

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Kesepian dan *Online Social Support* terhadap Kecenderungan *Sadfishing* pada *Emerging Adulthood*” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2026
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, 25 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan



(Yvania Rachelina Tesalonika)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

*“This is all I have
Everything in my life can fail
But this has to work”*

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada diri sendiri yang kerap meragukan proses yang dijalani meskipun semua percaya bahwa masa ini akan berlalu dengan baik. Kepada orang tua dan keluarga, teman-teman dekat, sahabat yang senantiasa mendukung dari jauh, tulisan ini adalah perwujudan dari harapan dan doa kecil mereka yang selalu mengiringi perjalanan penulis.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN
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 : Yvania Rachelina Tesalonika
NIM : 1801622099
Fakultas/Prodi : Psikologi
Alamat email : yvaniarchlna@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Pengaruh Kesenian dan *Online Social Support* terhadap Kecenderungan *Sadfishing* pada
Emerging Adulthood

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 5 Agustus 2026

Penulis



(Yvania Rachelina T.)

YVANIA RACHELINA TESALONIKA

**PENGARUH KESEPIAN DAN *ONLINE SOCIAL SUPPORT* TERHADAP
KECENDERUNGAN *SADFISHING* PADA *EMERGING ADULthood***

Skripsi

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

2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh signifikan kesepian dan *online social support* terhadap kecenderungan *sadfishing* pada *emerging adulthood* yang aktif menggunakan media sosial. Kecenderungan *sadfishing* merupakan fenomena yang dapat terjadi pada *emerging adulthood* (18-29 tahun) sebagai salah satu kelompok usia dengan pengguna media sosial terbanyak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan melibatkan 309 responden *emerging adult* yang diperoleh melalui teknik *convenience sampling*. Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa kesepian dan *online social support* secara bersama-sama memengaruhi kecenderungan *sadfishing* ($p < 0.001$) dengan kontribusi sebesar 18.4%. Arah pengaruh yang bersifat positif menyatakan bahwa semakin tinggi kesepian yang dirasakan dan *online social support* yang diterima individu maka semakin meningkat kecenderungan *sadfishing* yang akan dilakukan di media sosial.

Keyword: sadfishing, kesepian, online social support, emerging adulthood

YVANIA RACHELINA TESALONIKA

**THE INFLUENCE OF LONELINESS AND ONLINE SOCIAL SUPPORT ON
SADFISHING TENDENCY AMONG EMERGING ADULTHOOD**

Undergraduate Thesis

Jakarta: Major of Psychology, Faculty of Psychology, Universitas Negeri Jakarta

2026

ABSTRACT

This study aims to examine the significant influence of loneliness and online social support on sadfishing tendencies among emerging adults who actively use social media. Sadfishing tendency is a phenomenon that may occur among emerging adults (aged 18–29 years), who represent one of the largest age groups of social media users. This study employed a quantitative approach involving 309 emerging adult respondents recruited through convenience sampling. The results of multiple linear regression analysis indicated that loneliness and online social support jointly and significantly predicted sadfishing tendencies ($p < 0.001$), accounting for 18.4% of the variance. The positive direction of the effect suggests that higher levels of perceived loneliness and greater online social support received by individuals are associated with increased sadfishing tendencies on social media.

Keyword: Sadfishing, loneliness, online social support, emerging adulthood

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat karunia dan kasih sayang-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Kesepian dan *Online Social Support* terhadap Kecenderungan *Sadfishing* pada *Emerging Adulthood*” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Proses penulisan skripsi ini menyadarkan penulis bahwa bantuan, harapan, serta doa yang dirapalkan oleh pihak lain berperan besar dalam memotivasi penulis untuk terus maju. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan apresiasi kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, 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.
4. Ibu Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si, Psikolog, selaku Koorprodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Gita Irianda Rizkyani Medellu, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta dukungan selama mendampingi penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Muhammad Ikbal Wahyu Sukron, S.Psi., MA, selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan saran, kritik, masukan, serta arahan yang membangun selama mendampingi penyusunan skripsi ini.
7. Ibu Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing akademik yang telah mendampingi dan membantu penulis selama menjalani proses perkuliahan.

8. Seluruh dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan wawasan yang berharga selama empat tahun studi yang ditempuh penulis.
9. Orang tua dan keluarga yang senantiasa mengiringi, mendukung, serta menguatkan penulis dalam menempuh hal apapun yang sedang penulis jalani.
10. Salwa Nisrina Afifah, Zahra Annisa, dan Fatimah selaku teman terdekat sekaligus teman seperjuangan penulis selama menempuh perkuliahan. Terima kasih atas bantuan, dukungan, kepercayaan, dan segala hal yang telah dibagikan bersama selama empat tahun perkuliahan ini.
11. Hana dan Christi selaku teman terdekat penulis semenjak masa SMP. Terima kasih atas dukungan dan doa baik yang selalu dikirimkan kepada penulis sejak masih bersekolah bersama hingga berpencar di jalan masing-masing untuk meraih impian yang dicita-citakan.
12. Sri Riski Amilia, Natasya Ali, dan Najmah selaku teman satu kelompok payungan dalam penelitian ini. Terima kasih atas kesabaran, kerja sama, dan bantuan yang diberikan selama proses pengerjaan skripsi.
13. Partisipan *emerging adult* yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Terima kasih atas kontribusi yang diberikan sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan dan diselesaikan dengan baik
14. Diri sendiri. Terima kasih atas segala usaha yang dilakukan untuk terus melangkah di tengah-tengah kelelahan dan ketidakpastian yang dihadapi selama proses penyusunan skripsi. Terima kasih karena selalu berupaya untuk bangkit meskipun langit terasa runtuh dan jalan terasa buntu. Pada akhirnya, diri ini mampu menyelesaikan sampai akhir dengan tepat waktu.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	9
1.3 Pembatasan Masalah.....	10
1.4 Rumusan Masalah	10
1.5 Tujuan Penelitian.....	10
1.6 Manfaat Penelitian.....	10
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.6.2 Manfaat Praktis	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 <i>Sadfishing</i>	12
2.1.1 Definisi <i>Sadfishing</i>	12
2.1.2 Faktor <i>Sadfishing</i>	13
2.1.3 Karakteristik <i>Sadfishing</i>	15
2.2 Kesepian.....	16
2.2.1 Definisi Kesepian	16
2.2.2 Faktor Kesepian	17
2.2.3 Aspek-aspek Kesepian	20
2.3 <i>Online Social Support</i>	21

2.3.1 Definisi <i>Online Social Support</i>	21
2.3.3 Faktor <i>Online Social Support</i>	23
2.3.2 Aspek-aspek <i>Online Social Support</i>	27
2.4 <i>Emerging Adulthood</i>	28
2.5 Hubungan Kesepian dan <i>Online Social Support</i> dengan <i>Sad fishing</i>	30
2.5.1 Hubungan Kesepian dengan <i>Sad fishing</i>	30
2.5.2 Hubungan <i>Online Social Support</i> dengan <i>Sad fishing</i>	31
2.6 Kerangka Konseptual	32
2.7 Hipotesis Penelitian	34
2.8 Hasil Penelitian yang Relevan	34
BAB III METODE PENELITIAN	39
3.1 Tipe Penelitian	39
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	39
3.2.1 Definisi Konseptual	39
3.2.1 Definisi Operasional	40
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	41
3.3.1 Populasi Penelitian	41
3.3.2 Sampel Penelitian	41
3.3.3 Teknik <i>Sampling</i>	42
3.4 Teknik Pengumpulan Data	43
3.4.1 Teknik Pengambilan Data	43
3.4.2 Instrumen Penelitian	43
3.5 Analisis Data	60
3.5.1 Uji Asumsi Klasik	60
3.5.1.1 Uji Normalitas	61
3.5.1.2 Uji Linearitas	61
3.5.1.3 Uji Multikolinearitas	61
3.5.1.4 Uji Autokorelasi	61
3.5.1.5 Uji Heteroskedastisitas	62
3.5.2 Uji Hipotesis	62
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	64
4.1 Gambaran Partisipan Penelitian	64
4.1.1 Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia	64
4.1.2 Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin	65

4.1.3 Gambaran Partisipan Berdasarkan Domisili.....	65
4.1.4 Gambaran Partisipan Berdasarkan Pekerjaan.....	66
4.1.5 Gambaran Partisipan Berdasarkan Status Tempat Tinggal	67
4.1.6 Gambaran Partisipan Berdasarkan Durasi Penggunaan Media Sosial Sehari-hari	67
4.1.7 Gambaran Partisipan Berdasarkan Platform Media Sosial yang Digunakan	68
4.1.8 Gambaran Partisipan Berdasarkan Frekuensi Membagikan Unggahan Bernuansa Emosional di Media Sosial dalam Kurun Waktu Seminggu	69
4.1.9 Gambaran Partisipan Berdasarkan Akun yang Digunakan dalam Membagikan Unggahan Emosional.....	70
4.2 Prosedur Penelitian	70
4.2.1 Persiapan Penelitian	70
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	72
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	73
4.3.1 Hasil Analisis Deskriptif	73
4.3.2 Hasil Kategorisasi Kesepian.....	75
4.3.3 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	76
4.3.4 Hasil Uji Hipotesis	79
4.3.5 Hasil Analisis Pendukung.....	82
4.4 Pembahasan.....	82
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	87
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	88
5.1 Kesimpulan	88
5.2 Implikasi	88
5.3 Saran dan Rekomendasi.....	89
5.3.1 Bagi <i>Emerging Adulthood</i>	89
5.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya	90
DAFTAR PUSTAKA.....	91
LAMPIRAN	100

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Instrumen <i>Social Media Sadfishing Questionnaire</i>	45
Tabel 3. 2 Skala Instrumen <i>Social Media Sadfishing Questionnaire</i>	45
Tabel 3. 3 Uji Daya Beda Instrumen <i>Social Media Sadfishing Questionnaire</i>	47
Tabel 3. 4 Uji Reliabilitas Instrumen <i>Social Media Sadfishing Questionnaire</i>	48
Tabel 3. 5 Blueprint Instrumen <i>De Jong Gierveld Loneliness Scale</i>	49
Tabel 3. 6 Skala Instrumen <i>De Jong Gierveld Loneliness Scale</i>	50
Tabel 3. 7 Uji Daya Beda Instrumen <i>De Jong Gierveld Loneliness Scale</i>	52
Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas Instrumen <i>De Jong Gierveld Loneliness Scale</i>	52
Tabel 3. 9 Blueprint Instrumen <i>Online Social Support Scale</i>	54
Tabel 3. 10 Skala Instrumen <i>Online Social Support Scale</i>	55
Tabel 3. 11 Uji Daya Beda Instrumen <i>Online Social Support Scale</i>	57
Tabel 3. 12 Uji Reliabilitas Instrumen <i>Online Social Support Scale</i>	60
Tabel 4. 1 Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia.....	64
Tabel 4. 2 Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	65
Tabel 4. 3 Gambaran Partisipan Berdasarkan Domisili	65
Tabel 4. 4 Gambaran Partisipan Berdasarkan Pekerjaan	66
Tabel 4. 5 Gambaran Partisipan Berdasarkan Status Tempat Tinggal.....	67
Tabel 4. 6 Gambaran Partisipan Berdasarkan Durasi Penggunaan Media Sosial	67
Tabel 4. 7 Gambaran Partisipan Berdasarkan Platform Media Sosial yang Digunakan	68
Tabel 4. 8 Gambaran Partisipan Berdasarkan Frekuensi Membagikan Unggahan Bernuansa Emosional di Media Sosial dalam Kurun Waktu Seminggu.....	69
Tabel 4. 9 Gambaran Partisipan Berdasarkan Akun yang Digunakan dalam Membagikan Unggahan Emosional.....	70
Tabel 4. 10 Data Deskriptif Variabel <i>Sadfishing</i>	73
Tabel 4. 11 Data Deskriptif Variabel Kesenian.....	74
Tabel 4. 12 Data Deskriptif Variabel <i>Online Social Support</i>	74
Tabel 4. 13 Kategorisasi Tingkat Kesenian.....	75
Tabel 4. 14 Gambaran Partisipan Berdasarkan Tingkat Kesenian	75
Tabel 4. 15 Hasil Uji Linearitas Kesenian.....	76

Tabel 4. 16 Hasil Uji Linearitas <i>Online Social Support</i>	77
Tabel 4. 17 Hasil Uji Multikolinearitas	77
Tabel 4. 18 Hasil Uji Autokorelasi	78
Tabel 4. 19 Hasil Uji Hipotesis Regresi Linear Berganda	79
Tabel 4. 20 Hasil Uji Koefisien Regresi.....	80
Tabel 4. 21 Koefisien Determinasi.....	80
Tabel 4. 22 Hasil Penghitungan Sumbangan Efektif	81



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	34
Gambar 4. 1 Grafik Plot Uji Heteroskedastisitas	79



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar <i>Expert Judgement</i>	100
Lampiran 2 Email Permohonan Izin Penggunaan Instrumen	102
Lampiran 3 Uji Etik Penelitian <i>Sadfishing</i>	103
Lampiran 4 Instrumen Penelitian	104
Lampiran 5 Hasil Uji Coba Daya Diskriminasi Item dan Reliabilitas	109
Lampiran 6 Data Deskriptif	111
Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi	114
Lampiran 8 Hasil Uji Hipotesis	117
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup	118

