

**PENGARUH HARGA DIRI DAN PENYESUAIAN DIRI TERHADAP
KESEPIAN PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA PERANTAU DI
INDONESIA**



Chalisha Syahri Ramadhani

1801622041

SKRIPSI

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI 2026**

**PENGARUH HARGA DIRI DAN PENYESUAIAN DIRI TERHADAP
KESEPIAN PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA PERANTAU DI
INDONESIA**



Chalisha Syahri Ramadhani

1801622041

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI 2026**

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

Pengaruh Harga Diri dan Penyesuaian Diri terhadap Kesenian pada Mahasiswa
Tahun Pertama Perantau di Indonesia

Nama Mahasiswa : Chalisha Syahri Ramadhani
NIM : 1801622041
Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 09 Juli 2026

Pembimbing I



Rahmadianty Gazadinda, S.Psi., M.Sc
NIP. 199206162019032038

Pembimbing II



M. Ikbal Wahyu Sukron, M.A
NIP. 199702282024061001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si (Dekan/Penanggungjawab)*		28 Juli 2026
Mira Ariyani, PhD (Dekan/Wakil Penanggungjawab)**		28 Juli 2026
Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si., Psikolog (Ketua Penguji)***		27 Juli 2026
Ernita Zakiah, M.Psi., Psikolog (Anggota)****		28 Juli 2026
Reny Rustyawati, S.Pd., M.A. (Anggota)		22 Juli 2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Chalisha Syahri Ramadhani

NIM : 1801622041

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Harga Diri dan Penyesuaian Diri terhadap Kesenangan pada Mahasiswa Tahun Pertama Perantau di Indonesia” 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 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.

Bekasi, 28 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan



Chalisha Syahri Ramadhani

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

— QS. Al-Insyirah: 6

“I want to tell myself that I’m definitely doing well, little by little.”

— Jeong Jaehyun



Skripsi ini dipersembahkan untuk:

Keluarga, sahabat, dan teman-teman yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan, dan semangat selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah menemani dan menjadi bagian dari setiap langkah serta perjuangan saya hingga berada di titik ini. Terakhir, untuk diri saya sendiri, terima kasih telah berjuang, bertahan, bangkit setiap kali merasa lelah, dan tidak menyerah hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.



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 : Chalisha Syahri Ramadhani
NIM : 1801622041
Fakultas/Prodi : Psikologi / Psikologi
Alamat email : chalishasyhri@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 Harga Diri dan Penyesuaian Diri terhadap Kesenian pada Mahasiswa Tahun Pertama Perantau di Indonesia”

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.

Bekasi, 28 Juni 2026

Penulis



Chalisha Syahri Ramadhani

CHALISHA SYAHRI RAMADHANI

**PENGARUH HARGA DIRI DAN PENYESUAIAN DIRI TERHADAP
KESEPIAN PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA PERANTAU DI
INDONESIA**

SKRIPSI

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

2026

ABSTRAK

Mahasiswa tahun pertama perantau menghadapi berbagai perubahan akademik, sosial, dan lingkungan yang dapat meningkatkan risiko munculnya perasaan kesepian. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh harga diri dan penyesuaian diri terhadap kesepian pada mahasiswa tahun pertama perantau di Indonesia. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik *non-probability sampling* jenis *purposive sampling*. Partisipan penelitian berjumlah 243 mahasiswa aktif program sarjana (S1) angkatan 2025 yang berstatus sebagai mahasiswa perantau dan tidak tinggal bersama orang tua atau keluarga inti selama menjalani perkuliahan. Instrumen yang digunakan yaitu *Rosenberg Self-Esteem Scale*, *Inventory of New College Student Adjustment*, dan *De Jong Gierveld Loneliness Scale*. Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa harga diri dan penyesuaian diri secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kesepian pada mahasiswa tahun pertama perantau di Indonesia ($F = 54,065$; $p < 0,001$). Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,305 menunjukkan bahwa harga diri dan penyesuaian diri secara simultan mampu menjelaskan 30,5% variasi kesepian. Secara parsial, harga diri dan penyesuaian diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kesepian, dengan harga diri memiliki pengaruh yang relatif lebih besar dibandingkan penyesuaian diri. Dengan demikian, semakin tinggi harga diri dan semakin baik penyesuaian diri yang dimiliki mahasiswa tahun pertama perantau, maka semakin rendah tingkat kesepian yang dialami.

Kata kunci: harga diri, penyesuaian diri, kesepian, mahasiswa tahun pertama perantau

CHALISHA SYAHRI RAMADHANI

**THE INFLUENCE OF SELF-ESTEEM AND ADJUSTMENT ON
LONELINESS AMONG FIRST-YEAR COLLEGE STUDENTS LIVING
AWAY FROM HOME IN INDONESIA**

UNDERGRADUATE THESIS

Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology, Universitas Negeri

Jakarta, 2026

ABSTRACT

First-year college students living away from home experience various academic, social, and environmental changes that may increase the risk of loneliness. Therefore, this study aimed to examine the influence of self-esteem and adjustment on loneliness among first-year college students living away from home in Indonesia. This study employed a quantitative approach using non-probability sampling with a purposive sampling technique. The participants consisted of 243 first-year college students enrolled in 2025 who were living away from home and did not live with their parents or immediate family during their studies. The instruments used were the Rosenberg Self-Esteem Scale, the Inventory of New College Student Adjustment, and the De Jong Gierveld Loneliness Scale. The results of multiple linear regression analysis showed that self-esteem and adjustment simultaneously had a significant effect on loneliness among first-year college students living away from home in Indonesia ($F = 54.065$; $p < .001$). The Adjusted R Square value of .305 indicated that self-esteem and adjustment simultaneously explained 30.5% of the variance in loneliness. Partially, both self-esteem and adjustment had significant negative effects on loneliness, with self-esteem having a relatively greater effect than adjustment. Thus, higher self-esteem and better adjustment were associated with lower levels of loneliness.

Keywords: *self-esteem, adjustment, loneliness, first-year college students living away from home*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan ridha-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Harga Diri dan Penyesuaian Diri terhadap Kesenian pada Mahasiswa Tahun Pertama Perantau di Indonesia” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, doa, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT atas segala kasih sayang, pertolongan, serta kemudahan yang senantiasa menyertai penulis dalam setiap proses penyusunan skripsi hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Bapak Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Mira Ariyani, PhD. selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Koordinator Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Mba Rahmadianty Gazadinda, S.Psi., M.Sc. selaku Dosen Pembimbing I yang telah mendampingi penulis sejak awal proses penyusunan skripsi dengan penuh kesabaran serta memberikan arahan, motivasi, dan masukan yang sangat berarti.
6. Mas Muhammad Ikbil Wahyu Sukron, M.A. selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan arahan, saran, serta masukan yang membangun selama proses penyusunan skripsi.
7. Mama, Papa, Adik, dan seluruh keluarga tercinta yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan, serta semangat kepada penulis dalam setiap proses kehidupan yang penulis lalui. Terima kasih atas segala pengorbanan, kepercayaan, kesabaran, perhatian, dan cinta yang tidak pernah putus. Setiap doa dan dukungan yang diberikan

menjadi kekuatan bagi penulis untuk terus bertahan, berjuang, dan menyelesaikan skripsi ini. Semoga pencapaian sederhana ini dapat menjadi salah satu bentuk kebahagiaan dan rasa bangga untuk kalian.

8. Kak Arofah yang senantiasa memberikan doa, dukungan, perhatian, semangat, serta kasih sayang kepada penulis. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, mendengarkan setiap keluh kesah, menemani dalam setiap proses, dan selalu percaya pada kemampuan penulis bahkan di saat penulis meragukan diri sendiri. Terima kasih karena selalu hadir, baik dalam suka maupun duka, serta tidak pernah lelah memberikan motivasi di setiap proses yang penulis lalui hingga saat ini.
9. Teman-teman *This is Stecu* (Yose, Satya, Septi, Inay, Ica, Kharisma, Nata) yang telah memberikan kebersamaan, bantuan, serta dukungan selama masa perkuliahan, serta menjadi bagian dari berbagai cerita, tawa, duka, dan kenangan selama menjalani masa kuliah.
10. Eja dan Nja yang telah menjadi teman berbagi cerita di luar dunia perkuliahan serta menjadi tempat melepas penat di tengah padatnya seluruh kegiatan perkuliahan. Terima kasih karena kehadiran kalian menjadi bagian dari berbagai suka duka dan selalu membantu penulis untuk tetap semangat menjalani proses perkuliahan.
11. Para partisipan penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan kontribusi dalam proses pengambilan data sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.
12. Terakhir, untuk diri penulis sendiri, Chalisha Syahri Ramadhani. Terima kasih karena telah tetap bertahan, berproses, dan berusaha melewati berbagai tantangan yang datang selama perjalanan ini. Terima kasih sudah tetap melangkah meskipun tidak selalu mudah, dan tidak menyerah ketika merasa lelah maupun ragu, hingga akhirnya mampu sampai pada titik ini dan menyelesaikan apa yang telah diperjuangkan sejak awal. Semoga setiap usaha, doa, dan pengorbanan yang telah dilakukan menjadi langkah awal menuju perjalanan yang lebih baik di masa mendatang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi maupun bagi pembaca.

Bekasi, 28 Juni 2026



Chalisha Syahri Ramadhani



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	ii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah	11
1.3. Pembatasan Masalah	11
1.4. Rumusan Masalah	12
1.5. Tujuan Penelitian	12
1.6. Manfaat Penelitian	12
1.6.1. Manfaat Teoritis	12
1.6.2. Manfaat Praktis	12
BAB II	13
TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1. Kesepian.....	13
2.1.1. Definisi Kesepian	13
2.1.2. Dimensi Kesepian	14
2.1.3. Faktor Kesepian	15
2.2. Harga Diri.....	16
2.2.1. Definisi Harga Diri.....	16

2.2.2.	Aspek Harga Diri	17
2.2.3.	Faktor Harga Diri	18
2.3.	Penyesuaian Diri	19
2.3.1.	Definisi Penyesuaian Diri	19
2.3.2.	Dimensi Penyesuaian Diri.....	20
2.3.3.	Faktor Penyesuaian Diri.....	21
2.4.	Mahasiswa Tahun Pertama Perantau	21
2.4.1.	Definisi Mahasiswa Tahun Pertama Perantau	21
2.4.2.	Karakteristik Mahasiswa Perantau.....	22
2.5.	Dinamika Antar Variabel	23
2.6.	Kerangka Konseptual.....	24
2.7.	Hipotesis Penelitian.....	26
2.8.	Hasil Penelitian yang Relevan	26
BAB III.....		29
METODE PENELITIAN		29
3.1.	Tipe Penelitian	29
3.2.	Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian.....	29
3.2.1.	Definisi Konseptual.....	30
3.2.2.	Definisi Operasional.....	30
3.3.	Populasi dan Sampel Penelitian	31
3.3.1.	Populasi Penelitian	31
3.3.2.	Sampel Penelitian.....	31
3.3.3.	Teknik Sampling.....	32
3.4.	Teknik Pengumpulan Data.....	32
3.4.1.	Teknik Pengambilan Data.....	32
3.4.2.	Instrumen Penelitian.....	32
3.5.	Analisis Data	43
3.5.1.	Analisis Deskriptif	43
3.5.2.	Uji Instrumen	44
3.5.3.	Uji Asumsi	52
3.5.4.	Uji Hipotesis	53
BAB IV		54

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
4.1. Gambaran Partisipan Penelitian	54
4.2. Prosedur Penelitian.....	58
4.2.1. Persiapan Penelitian	58
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian	60
4.3. Hasil Analisis Data.....	61
4.3.1. Analisis Deskriptif	61
4.3.2. Uji Asumsi	63
4.3.3. Uji Hipotesis	65
4.4. Pembahasan.....	68
4.5. Keterbatasan	72
BAB V	74
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	74
5.1. Kesimpulan	74
5.2. Implikasi.....	74
5.3. Saran.....	75
5.3.1. Bagi Mahasiswa Tahun Pertama Perantau	75
5.3.2. Bagi Perguruan Tinggi	75
5.3.3. Bagi Peneliti Selanjutnya	76
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN.....	85
RIWAYAT HIDUP	99

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	25
Gambar 4. 1 Hasil Uji Heteroskedastisitas	65



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-Kisi DJGLS	34
Tabel 3. 2 Keterangan Skor Jawaban DJGLS	35
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi RSES.....	38
Tabel 3. 4 Keterangan Skor Jawaban RSES.....	38
Tabel 3. 5 Kisi-Kisi INCA.....	41
Tabel 3. 6 Keterangan Skor Jawaban INCA	42
Tabel 3. 7 Hasil Uji Daya Diskriminasi RSES.....	46
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas RSES.....	47
Tabel 3. 9 Hasil Pemeriksaan Daya Diskriminasi RSES pada Data Penelitian Utama.....	48
Tabel 3. 10 Hasil Pemeriksaan Reliabilitas RSES pada Data Penelitian Utama..	48
Tabel 3. 11 Hasil Uji Daya Diskriminasi INCA	49
Tabel 3. 12 Hasil Uji Reliabilitas INCA	50
Tabel 3. 13 Hasil Pemeriksaan Daya Diskriminasi INCA pada Data Penelitian Utama	51
Tabel 4. 1 Gambaran Partisipan berdasarkan Jenis Kelamin	54
Tabel 4. 2 Gambaran Partisipan berdasarkan Usia.....	55
Tabel 4. 3 Gambaran Partisipan berdasarkan Tempat Tinggal	55
Tabel 4. 4 Gambaran Partisipan berdasarkan Pengalaman Merantau	56
Tabel 4. 5 Gambaran Partisipan berdasarkan Frekuensi Pulang	56
Tabel 4. 6 Gambaran Partisipan berdasarkan Frekuensi Komunikasi.....	57
Tabel 4. 7 Gambaran Partisipan berdasarkan Hubungan Pertemanan	57
Tabel 4. 8 Gambaran Partisipan berdasarkan Hubungan Romantis	58
Tabel 4. 9 Analisis Deskriptif Variabel Harga Diri.....	61
Tabel 4. 10 Analisis Deskriptif Variabel Penyesuaian Diri	62
Tabel 4. 11 Analisis Deskriptif Variabel Kesepian	62
Tabel 4. 12 Hasil Uji Normalitas.....	63
Tabel 4. 13 Hasil Uji Linearitas Variabel Harga Diri	63
Tabel 4. 14 Hasil Uji Linearitas Variabel Penyesuaian Diri	64
Tabel 4. 15 Hasil Uji Multikolinearitas	64

Tabel 4. 16 Hasil Uji Hipotesis	66
Tabel 4. 17 Hasil Uji Koefisien Determinasi	66
Tabel 4. 18 Hasil Uji Koefisien Regresi Berganda	67



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen De Jong Gierveld Loneliness Scale	85
Lampiran 2. Instrumen Rosenberg Self-Esteem Scale	86
Lampiran 3. Instrumen Inventory of New College Student Adjustment	87
Lampiran 4. Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi RSES	88
Lampiran 5. Hasil Pemeriksaan Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi RSES pada Data Penelitian Utama.....	89
Lampiran 6. Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi INCA	90
Lampiran 7. Hasil Pemeriksaan Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi INCA pada Data Penelitian Utama.....	91
Lampiran 8. Data Demografis Partisipan	92
Lampiran 9. Hasil Uji Linearitas	94
Lampiran 10. Hasil Uji Multikolinearitas	94
Lampiran 11. Hasil Uji Heteroskedastisitas	94
Lampiran 12. Hasil Uji Hipotesis.....	95
Lampiran 13. Surat Pernyataan Validasi Instrumen.....	96