

**PENGARUH *INTERPERSONAL TRUST* DAN *SELF-CONTROL*
TERHADAP *OVERSHARING* PADA INDIVIDU DEWASA AWAL
PENGUNA *SECOND ACCOUNT* INSTAGRAM**



Oleh:
Patrick Keyko Sihombing
1801622226

SKRIPSI

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

**PENGARUH *INTERPERSONAL TRUST* DAN *SELF-CONTROL*
TERHADAP *OVERSHARING* PADA INDIVIDU DEWASA AWAL
PENGUNA *SECOND ACCOUNT* INSTAGRAM**



Oleh:

Patrick Keyko Sihombing

1801622226

PSIKOLOGI

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Sarjana
Psikologi

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JUNI 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING DAN PENGUJI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

**"PENGARUH *INTERPERSONAL TRUST* DAN *SELF-CONTROL* TERHADAP
OVERSHARING PADA INDIVIDU DEWASA AWAL PENGGUNA *SECOND*
ACCOUNT INSTAGRAM"**

Nama Mahasiswa : Patrick Keyko Sihombing
NIM : 1801622226
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 23 Juni 2026

Pembimbing I

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

Pembimbing II

Salsabila Mayang Sari, S.Psi., M.Psi.,
Psikolog
NIP. 199310012024062001

PANITIA SIDANG SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Dekan)		22/07/2026
Mira Ariyani, Ph.D (Wakil Dekan)		22/07/2026
Herdiyan Maulana, PhD (Ketua Penguji)		13/07/2026
Rahmadianty Gazadinda, S.Psi., M.Sc (Dosen Penguji I)		10/07/2026
Adhissa Qonita, M.Psi., Psikolog (Dosen Penguji II)		13/07/2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Patrick Keyko Sihombing
NIM : 1801622226
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh *Interpersonal Trust* dan *Self-Control* Terhadap *Oversharing* Pada Individu Dewasa Awal Pengguna *Second Account* Instagram” 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, 19 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan...


10000
METER
TERMETER
14EAOX145893459
Patrick Keyko Sihombing

Intelligentia - Dignitas

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“You could be the master of your fate, you could be the captain of your soul, but you have to realize that life is coming from you and not at you, and that takes time.”

Timothée Chalamet

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk Papa, Mama, Abang, Adik, serta semua orang yang ikut ambil bagian dalam proses saya bertumbuh dan berkembang. Terutama kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang melimpahkan seluruh berkat kepada saya sehingga saya bisa memberikan yang terbaik. Terima kasih atas seluruh doa, dukungan, dan motivasi agar saya mampu melalui masa-masa sulit. Kepada dosen pembimbing 1 dan 2 yang sudah mengarahkan dan membimbing saya dengan sabar, serta penuh ilmu dan motivasi selama menyusun skripsi ini.

Patrick Keyko Sihombing

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



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 : Patrick Keyko Sihombing
NIM : 1801622226
Fakultas/Prodi : Psikologi / Psikologi
Alamat email : patrickkeykos@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 Interpersonal Trust dan Self-Control terhadap Oversharing pada Individu Dewasa Awal Pengguna Second Account Instagram

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, 19 Juni 2026



(Patrick Keyko Sihombing)
nama dan tanda tangan

PATRICK KEYKO SIHOMBING

PENGARUH *INTERPERSONAL TRUST* DAN *SELF-CONTROL*
TERHADAP *OVERSHARING* PADA INDIVIDU DEWASA AWAL
PENGUNA *SECOND ACCOUNT* INSTAGRAM

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *interpersonal trust* dan *self-control* terhadap *oversharing* pada individu dewasa awal pengguna *second account* Instagram. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 336 responden berusia 18–40 tahun yang merupakan pemilik sekaligus pengguna *second account* Instagram. Teknik penentuan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan proses pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner secara daring. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Brief Self-Control Scale* (BSCS), *Interpersonal Trust Scale*, dan *Online Oversharing Inventory* (OOI). Data dianalisis menggunakan teknik analisis regresi berganda untuk menguji pengaruh *interpersonal trust* dan *self-control* terhadap *oversharing*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *interpersonal trust* dan *self-control* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *oversharing* pada individu dewasa awal pengguna *second account* Instagram. Secara parsial, *interpersonal trust* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *oversharing*. Selain itu, *self-control* juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap *oversharing*. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *interpersonal trust* dan *self-control* individu, maka semakin tinggi pula tingkat *oversharing* pada individu dewasa awal pengguna *second account* Instagram.

Kata Kunci: *Oversharing, Interpersonal Trust, Self-Control, Dewasa Awal, Second Account Instagram*

PATRICK KEYKO SIHOMBING

**THE INFLUENCE OF INTERPERSONAL TRUST AND SELF-CONTROL
ON OVERSHARING AMONG EARLY ADULT INSTAGRAM SECOND
ACCOUNT USERS**

Thesis

Jakarta: Major of Psychology

Faculty of Psychology, State University of Jakarta

2026

ABSTRACT

This study aims to examine the influence of interpersonal trust and self-control on oversharing among emerging adults who use Instagram second accounts. The sample consisted of 336 respondents aged 18–40 years who owned and actively used an Instagram second account. The sampling technique employed was purposive sampling, with data collected through an online questionnaire. The instruments used in this study were the Brief Self-Control Scale (BSCS), the Interpersonal Trust Scale, and the Online Oversharing Inventory (OOI). Data were analyzed using multiple regression analysis to examine the influence of interpersonal trust and self-control on oversharing. The results showed that interpersonal trust and self-control simultaneously had a significant effect on oversharing among emerging adults who use Instagram second accounts. Partially, interpersonal trust had a positive and significant effect on oversharing. In addition, self-control also had a positive and significant effect on oversharing. These findings indicate that the higher the individual's interpersonal trust and self-control, the higher the level of oversharing among emerging adults who use Instagram second accounts.

Keywords: *Oversharing, Interpersonal Trust, Self-Control, Early Adulthood, Instagram Second Account*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, kasih, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Interpersonal Trust* dan *Self-Control* terhadap *Oversharing* pada Individu Dewasa Awal Pengguna *Second Account* Instagram” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa penelitian dan penulisan skripsi dapat diselesaikan berkat bantuan, dukungan, bimbingan, serta doa yang diberikan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya 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. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi S1 Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Mba Gita Irianda Rizkyani Medellu, M.Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi 1 yang telah mendampingi penulis dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini dengan penuh perhatian dan dukungan. Bimbingan, arahan, masukan, dan waktu yang diberikan sangat berarti dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis berharap segala kebaikan yang diberikan Mba Gita dapat kembali dalam bentuk kebahagiaan dan keberkahan yang berlimpah.

7. Mba Salsabila Mayang Sari, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi dua yang telah memberikan waktu, tenaga, dan perhatian untuk mendampingi, mengarahkan, dan memberi masukan yang sangat membantu selama proses penyusunan skripsi ini. Penulis berharap seluruh kebaikan yang diberikan oleh Mba Mayang dapat dibalaskan dalam bentuk terbaik.
8. Mba Adhissa Qonita, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Penasihat Akademik yang membimbing dan membantu penulis selama masa perkuliahan.
9. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan pengalaman yang menjadi bekal penulis selama masa perkuliahan.
10. Seluruh staf administrasi dan tenaga kependidikan di lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu dan memberikan pelayanan terbaik agar proses akademik dapat berjalan lancar.
11. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Partisipasi yang diberikan sangat membantu sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.
12. Mama dan Papa yang selalu memberikan dukungan, kasih sayang, doa, motivasi serta menjadi alasan terbesar bagi penulis untuk berjuang menyelesaikan pendidikan ini. Ucapan terima kasih mungkin tidak akan pernah cukup untuk membalas segala waktu, tenaga, dan pengorbanan yang telah diberikan. Penulis berharap dapat menjadi anak yang membanggakan serta memberikan yang terbaik atas segala kebaikan yang telah diberikan.
13. Abang saya, Michael Ramotio Sihombing (Miska), adik perempuan saya Sandra Patricia Sihombing (Lapi), dan abang sepupu saya, Marco Anggito Giovani Tambun (Buffdig) yang telah menemani, menyemangati, menguatkan, dan menghibur penulis selama penyusunan skripsi.
14. Davin, Rayyan, dan Farand sebagai anggota *The OG* yang telah menjadi sahabat penulis selama empat tahun. Sampai jumpa di definisi kesuksesan kita masing-masing.
15. Ikal, Reno, Erick, Raffi, Willy, Ardy, Samuel, dan teman-teman lain yang sudah meramaikan Kos Kelud 9.

16. Adinda, Salsa, dan Zia yang sudah menjadi teman baik penulis selama kuliah.
17. Kak Amelia Husna Adindia Br. Matondang yang sudah penulis anggap sebagai kakak sendiri selama kuliah. Terima kasih banyak atas dukungan, waktu, nasihat, dan bantuan yang sudah diberikan untuk penulis.
18. Adit, Sky, dan Aldo serta teman-teman di Palembang yang masih menjaga hubungan baik sampai saat ini. Terima kasih atas dukungan dan kebersamaan yang terjalin hingga saat ini.
19. Teman-teman kelas H, mahasiswa Psikologi angkatan 2022, rekan-rekan Multimedia and Design Psychology Expo 2024, serta seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan pengalaman berharga selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
20. Untuk diri saya sendiri, terima kasih telah bertahan, belajar, dan terus berkembang dalam setiap proses yang dilalui.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun sebagai bahan evaluasi untuk perbaikan di masa mendatang.

Jakarta, 19 Juni 2026



Patrick Keyko Sihombing

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING DAN PENGUJI	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	11
1.3 Pembatasan Masalah	12
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	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
2.1 Oversharing	14
2.1.1 Definisi <i>Oversharing</i>	14
2.1.2 Faktor Terjadinya <i>Oversharing</i>	15
2.1.3 Karakteristik <i>Oversharing</i>	16
2.2 Interpersonal Trust	17
2.2.1 Definisi Interpersonal Trust	17
2.2.2 Aspek Interpersonal Trust	18
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Interpersonal Trust</i>	19
2.3 Self-Control	20
2.3.1 Definisi <i>Self-Control</i>	20
2.3.2 Aspek <i>Self-Control</i>	21
2.3.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>self-control</i>	22
2.3.4 Fungsi <i>Self-Control</i>	23
2.4 Dewasa Awal	24
2.4.1 Definisi Dewasa Awal	24
2.4.2 Ciri-ciri Dewasa Awal	25
2.4.3 Tugas Perkembangan Dewasa Awal	26
2.5 Hubungan <i>Interpersonal Trust</i> dan <i>Self-Control</i> dengan <i>Oversharing</i>	27
2.6 Kerangka Pemikiran	29
2.7 Hipotesis	31
2.8 Hasil Penelitian yang Relevan	31
BAB III METODE PENELITIAN	34
3.1 Tipe Penelitian	34
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	34

3.2.1 Definisi Konseptual	34
3.2.2 Definisi Operasional	35
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	36
3.4 Teknik Pengumpulan Data	37
3.4.1 Teknik Pengambilan Data	37
3.4.2 Instrumen Penelitian	37
3.5 Uji Coba Instrumen	45
3.5.1 Oversharing	47
3.5.2 <i>Interpersonal Trust</i>	48
3.5.3 Self Control	50
3.6 Analisis Data	51
3.6.1 Uji Asumsi Prasyarat	51
3.6.2 Uji Korelasi	53
3.6.3 Uji Hipotesis	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
4.1 Gambaran Partisipan Penelitian	54
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	54
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	55
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	55
4.1.4 Gambaran Responden Berdasarkan Aktivitas Yang Dijalani	57
4.1.5 Gambaran Responden Berdasarkan Usia Akun <i>Second Account</i> Instagram	57
4.1.6 Gambaran Responden Berdasarkan Frekuensi Penggunaan <i>Second Account</i> Instagram	58
4.2 Prosedur Penelitian	59
4.2.1 Persiapan Penelitian	59
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	61
4.3 Hasil Analisis Data	61
4.3.1 Data Deskriptif	61
4.3.2 Hasil Uji Asumsi	63
4.3.3 Hasil Uji Korelasi	66
4.3.4 Uji Hipotesis	67
4.3.5 Hasil Analisis Tambahan	71
4.4 Pembahasan	73
4.5 Keterbatasan Penelitian	78
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	79
5.1 Kesimpulan	79
5.2 Implikasi	79
5.3 Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	86

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Blueprint Instrumen <i>Oversharing</i>	38
Tabel 3. 2	Skala Instrumen <i>Oversharing</i>	39
Tabel 3. 3	<i>Blueprint</i> Instrumen <i>Interpersonal Trust</i>	41
Tabel 3. 4	Skala Instrumen <i>Interpersonal Trust</i>	41
Tabel 3. 5	<i>Blueprint</i> Instrumen <i>Self-Control</i>	43
Tabel 3. 6	Skala Instrumen <i>Self-Control</i>	43
Tabel 3. 7	Nilai Indeks Daya Diskriminan Item	46
Tabel 3. 8	Kategorisasi Koefisien Reliabilitas	46
Tabel 3. 9	Hasil Uji Daya Beda Instrumen <i>Oversharing</i>	47
Tabel 3. 10	Hasil Reliabilitas Instrumen <i>Oversharing</i>	48
Tabel 3. 11	Hasil Uji Daya Beda Instrumen <i>Interpersonal Trust</i>	48
Tabel 3. 12	Hasil Reliabilitas Instrumen <i>Interpersonal Trust</i>	49
Tabel 3. 13	Hasil Uji Daya Beda Instrumen <i>Self-Control</i>	50
Tabel 3. 14	Hasil Reliabilitas Instrumen <i>Self-Control</i>	51
Tabel 4. 1	Gambaran Responden Berdasarkan Usia	54
Tabel 4. 2	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	55
Tabel 4. 3	Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	55
Tabel 4. 4	Gambaran Responden Berdasarkan Aktivitas Yang Dijalani	57
Tabel 4. 5	Gambaran Responden Berdasarkan Usia Akun <i>Second Account</i> Instagram	57
Tabel 4. 6	Gambaran Responden Berdasarkan Frekuensi Penggunaan <i>Second</i> <i>Account</i> Instagram	58
Tabel 4. 7	Data Deskriptif <i>Oversharing</i>	61
Tabel 4. 8	Data Deskriptif <i>Interpersonal Trust</i>	62
Tabel 4. 9	Data Deskriptif <i>Self Control</i>	63
Tabel 4. 10	Hasil Uji Linearitas	64
Tabel 4. 11	Hasil Uji Autokorelasi	65
Tabel 4. 12	Hasil Uji Multikolinearitas	65
Tabel 4. 13	Hasil Uji Heteroskedastisitas	66
Tabel 4. 14	Hasil Uji Korelasi	67
Tabel 4. 15	Hasil Uji Signifikansi Analisis Regresi	68
Tabel 4. 16	Model <i>Summary Regression</i>	68
Tabel 4. 17	Coefficients	69
Tabel 4. 18	Sumbangan Efektif	70
Tabel 4. 19	Perbandingan Skor <i>Oversharing</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	71
Tabel 4. 20	Perbandingan Skor <i>Oversharing</i> Berdasarkan Jumlah Akun Yang Dimiliki	72
Tabel 4. 21	Perbandingan Skor <i>Oversharing</i> Berdasarkan Usia Akun	72
Tabel 4. 22	Perbandingan Skor <i>Self-Control</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	31
-------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Perizinan Penggunaan dan Adaptasi Instrumen	86
Lampiran 2. Bukti Kuesioner Uji Coba	86
Lampiran 3. Bukti Kuesioner Penelitian	86
Lampiran 4. Hasil Validitas dan Reliabilitas Uji Coba.....	87
Lampiran 5. Hasil Uji Coba Reliabilitas dan Validitas Instrumen saat Pengambilan Data asli	88
Lampiran 6. Expert Judgement	90
Lampiran 7. Instrumen Terjemahan	92
Lampiran 8. Data Mentah Penelitian	95
Lampiran 9. Hasil Pengujian & Analisis Statistik	96
Lampiran 10. Riwayat Hidup Penulis	104

