

**PENGARUH *SELF-CONFIDENCE* TERHADAP KEMAMPUAN
KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA *EMERGING ADULthood***



Intelligentia - Dignitas

Oleh:

Inayah

1801622264

PSIKOLOGI

SKRIPSI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI 2026

**PENGARUH *SELF-CONFIDENCE* TERHADAP KEMAMPUAN
KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA *EMERGING ADULthood***



Intelligentia - Dignitas

Oleh:

Inayah

1801622264

PSIKOLOGI

SKRIPSI

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

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI 2026

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN
PANITIA SIDANG SKRIPSI

Pengaruh *Self-Confidence* Terhadap Kemampuan Komunikasi
Interpersonal Pada *Emerging Adulthood*.

Nama : Inayah

NIM : 1801622264

Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 23 Juli 2026

Pembimbing 1



Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog

NIP. 198708182019032012

Pembimbing 2



Redo Tridinata Wijaya, M.Psi

NIP. 199506022024061004

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si. (Dekan/Penanggung jawab)		14/07/2026
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		14/07/2026
Herdiyan Maulana, PhD (Ketua Penguji)		11/07/2026
Erik, S.Psi., M.Si (Dosen Penguji 1)		11/07/2026
Salsabila Mayang Sari, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Dosen Penguji 2)		10/07/2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI



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 : Inayah
NIM : 1801622264
Fakultas/Prodi : Fakultas Psikologi / S1 Psikologi
Alamat Email : Inayah026@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 Self-Confidence Terhadap Kemampuan Komunikasi Interpersonal 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, 18 Agustus 2026

Penulis


(Inayah)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia.”

Baskara Putra – Hindia

“Percayalah pada proses, karena setiap Langkah memiliki waktunya sendiri.”

“The journey of a thousand miles begins with one step.”

-Lao Tzu

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

Keluarga tercinta, sahabat, dan orang-orang tulus yang selalu memberikan semangat pada proses yang saya lalui.

Diri sendiri yang telah berjuang, bertahan, percaya, dan tidak pernah menyerah dalam setiap proses yang dilalui.

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Inayah

NIM : 1801622264

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh *Self-Confidence* terhadap kemampuan Komunikasi Interpersonal pada *Emerging Adulthood*”

Adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai 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, 18 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan



Inayah

Inayah

**PENGARUH *SELF-CONFIDENCE* TERHADAP KEMAMPUAN
KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA *EMERGING ADULTHOOD***

Skripsi

Jakarta : Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi,

Universitas Negeri Jakarta, 2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh *self-confidence* terhadap kemampuan komunikasi interpersonal pada individu dalam fase *emerging adulthood*. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei dan teknik *purposive sampling*. Partisipan penelitian berjumlah 180 individu berusia 18–29 tahun setelah proses identifikasi dan penghapusan data *outlier*. *Self-confidence* diukur menggunakan *Personal Evaluation Inventory* (PEI), sedangkan kemampuan komunikasi interpersonal diukur menggunakan *Interpersonal Communication Competence Scale* (ICCS). Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 29 melalui analisis deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, korelasi *Pearson Product Moment*, dan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-confidence* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan komunikasi interpersonal dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,137 menunjukkan bahwa *self-confidence* memberikan kontribusi sebesar 13,7%, sedangkan 86,3% sisanya belum dijelaskan oleh model penelitian. Dengan demikian, semakin tinggi *self-confidence* individu, semakin baik pula kemampuan komunikasi interpersonal yang dimilikinya dalam menjalani interaksi sosial sehari-hari secara terbuka, efektif, adaptif, dan sesuai dengan beragam situasi.

Kata kunci: *self-confidence*, kemampuan komunikasi interpersonal, *emerging adulthood*.

Inayah

**THE INFLUENCE OF SELF-CONFIDENCE ON INTERPERSONAL
COMMUNICATION SKILLS IN EMERGING ADULTHOOD**

Undergraduate Thesis

Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of

Psychology, State University of Jakarta, 2026

ABSTRACT

This study examines the influence of self-confidence on interpersonal communication competence among individuals in emerging adulthood. A quantitative survey design with purposive sampling was employed. The participants consisted of 180 individuals aged 18–29 years after the identification and removal of outlier data. Self-confidence was measured using the Personal Evaluation Inventory (PEI), while interpersonal communication competence was measured using the Interpersonal Communication Competence Scale (ICCS). Data were analyzed using descriptive analysis, normality and linearity tests, Pearson Product Moment correlation, and simple linear regression. The results showed that self-confidence had a positive and significant influence on interpersonal communication competence ($p < .001$). The Adjusted R^2 value of .137 indicated that self-confidence explained 13.7% of the variation in interpersonal communication competence. Therefore, individuals with higher self-confidence tend to demonstrate better interpersonal communication competence in social interactions.

Keywords: *self-confidence, interpersonal communication competence, emerging adulthood.*

KATA PENGANTAR

Segala Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, atas segala rahmat, karunia, dan penyertaan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Self-Confidence* terhadap kemampuan Komunikasi Interpersonal pada *Emerging Adulthood*” dengan baik dan tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta. Penulis menyadari bahwa proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, bimbingan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya 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, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, dukungan, serta ilmu yang sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Bapak Redo Tridinata Wijaya, M.Psi, selaku Dosen Pembimbing II yang memberikan arahan, masukan, dukungan, serta ilmu yang

bermanfaat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

8. Kepada kedua orang tuaku tercinta, meskipun kita bukan keluarga yang terbiasa berbicara dari hati ke hati, penulis tahu bahwa dibalik keheningan itu tersimpan doa yang tak pernah putus untuk penulis. Penulis memahami dan merasakan bahwa dukungan yang kalian berikan selama ini hadir dalam bentuk yang berbeda, kalian mungkin tidak selalu mengucapkannya, tetapi tindakan dan keberadaan kalian Adalah bukti kasih sayang yang tak terhingga. Setiap Langkah dan pencapaian yang penulis raih, termasuk selesainya skripsi ini, Adalah bagian dari doa dan harapan kalian. Terima kasih atas segala pengorbanan, restu, dan kebahagiaan yang telah kalian berikan.
9. Kepada adik penulis, Putri Fathonah dan Muhammad Fathan Irsyad, yang senantiasa menjadi pelengkap dalam dinamika kehidupan penulis. Di balik segala tingkah laku yang menguji kesabaran, kalian adalah sosok yang mengajarkan penulis banyak hal tentang arti menerima, menyayangi, dan bertumbuh bersama. Sebagai seorang kakak, kalian adalah amanah yang akan selalu penulis jaga. Kehadiran kalian menjadi motivasi tersendiri dalam setiap langkah perjuangan penulis, termasuk dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepada sahabat-sahabat tercinta "*Syg Sygku*" (Naurah, Salvira, dan Reza Nabila), terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis sejak bangku Sekolah Menengah Pertama. Kalian bukan sekadar teman, tetapi keluarga yang selalu hadir dalam suka dan duka. Terima kasih atas setiap tawa, cerita, doa, dukungan, dan kebersamaan yang selalu menguatkan penulis hingga mampu melewati berbagai proses kehidupan. Semoga persahabatan ini senantiasa terjaga dan semoga Allah SWT selalu melimpahkan kebahagiaan, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap langkah kalian.
11. Kepada sahabat-sahabat terkasih penulis "*Stecu*" (Kharisma, Nata, Chalisha, Yose, Septi, Syalsabilla, dan Satya), terima kasih atas segala

doa, dukungan, nasihat, dan kebersamaan yang telah kalian berikan selama perjalanan penulis. Kalian selalu hadir sebagai penguat di setiap proses, menjadi tempat berbagi cerita, serta memberikan semangat di setiap langkah. Terima kasih atas setiap tawa, kenangan, dan ketulusan yang telah menghiasi perjalanan ini.

12. Kepada sahabat-sahabat "Kopi Kenangan" (Yolanda, Salwa, Nandita, Diana, Gaun, Tegar, Rendy, Robby, Luluk, dan Arvin), terima kasih atas semangat dan dukungan yang telah kalian berikan selama proses penyusunan skripsi ini. Kebersamaan dan kenangan bersama kalian akan selalu menjadi bagian yang berharga bagi penulis.
13. Kepada Adinda Najla, terima kasih telah menjadi teman seperjuangan yang selalu ada selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih sudah sama-sama bertahan menghadapi revisi, bimbingan, dan segala drama perskripsian. Semoga setelah ini yang kita kejar bukan lagi ACC dosen, melainkan impian dan kesuksesan di masa depan.
14. Kepada sahabat-sahabat "three musketeers" (Anya dan Loveleen), terima kasih telah menemani perjalanan penulis sejak semester pertama. Terimakasih atas setiap tawa, dukungan, dan ketenangan yang telah tercipta Bersama. Kehadiran kalian menjadi salah satu hal yang membuat perjalanan perkuliahan penulis terasa lebih berkesan dan menyenangkan.
15. Seluruh responden penelitian, yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian dapat terlaksana dengan baik.
16. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan, dukungan, dan doa kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
17. Kopi Kenangan, yang telah menjadi salah satu tempat bagi penulis untuk belajar, bertumbuh, dan menyelesaikan berbagai bagian dari skripsi ini, serta memberikan banyak kenangan dan pengalaman berharga selama proses perkuliahan.

18. Hopoo Cempaka Putih, terima kasih telah menjadi tempat yang menemani berbagai proses dalam perjalanan penulis, mulai dari mengerjakan tugas, menyusun skripsi, hingga menjadi ruang untuk beristirahat sejenak di tengah berbagai tantangan selama masa perkuliahan.
19. Kepada para Abang Gojek, supir Transjakarta, dan masinis KAI, peneliti mengucapkan terima kasih atas dedikasi dan jasanya dalam mengantarkan peneliti ke berbagai tempat selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Kehadiran dan pelayanan yang diberikan telah menjadi bagian dari perjalanan yang membantu peneliti menyelesaikan studi dengan lebih lancar.
20. Teh Hijau Tulus, terima kasih telah menjadi teman setia di berbagai momen, menemani hari-hari yang panjang, serta memberikan sedikit ketenangan dan semangat selama proses penyusunan skripsi ini.
21. Seluruh perjalanan yang telah penulis lalui, termasuk orang-orang yang pernah hadir dan memberikan makna dalam kehidupan penulis, terima kasih atas setiap pelajaran, pengalaman, dan proses yang telah membentuk penulis menjadi pribadi yang lebih kuat dan terus bertumbuh hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
22. Dan yang terakhir, untuk diriku sendiri, Inayah. *To the little girl who dreamed with all her heart, we made it.* Terima kasih telah bertahan hingga hari ini. Terima kasih telah memilih untuk terus melangkah meski sering merasa takut, lelah, dan ingin menyerah. Terima kasih untuk setiap air mata yang menjadi saksi, setiap doa yang tak pernah berhenti dipanjatkan, dan setiap usaha yang mungkin tak terlihat, tetapi tidak pernah sia-sia. Untuk semua luka yang telah sembuh, doa yang perlahan dikabulkan, dan perjuangan yang akhirnya sampai di titik ini, mari kita rayakan. Aku bangga padamu, karena kamu tidak pernah benar-benar menyerah.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat berbagai keterbatasan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat

membangun sebagai bahan evaluasi dan penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta berkontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam kajian mengenai *self-confidence* dan kemampuan komunikasi interpersonal pada fase *emerging adulthood*.

Jakarta, 18 Juli 2026.

Inayah



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	7
1.3. Pembatasan Masalah	7
1.4. Rumusan Masalah.....	7
1.5. Tujuan Penelitian	8
1.6. Manfaat Penelitian	8
1.6.1. Manfaat Teoritis	8
1.6.2. Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1. Komunikasi Interpersonal	9
2.1.1. Pengertian Komunikasi Interpersonal	9
2.1.2. Dimensi Komunikasi Interpersonal	10
2.1.3. Faktor yang Mempengaruhi Komunikasi Interpersonal	13
2.2. <i>Self-Confidence</i>	15
2.2.1. Pengertian <i>Self-Confidence</i>	15
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Self-Confidence</i>	16
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Confidence</i>	17
2.3. Emerging Adulthood	19
2.3.1. Pengertian Emerging Adulthood	19

2.3.2. Karateristik Emerging Adulthood	22
2.4. Pengaruh <i>Self-Confidence</i> terhadap Kemampuan Komunikasi Interpersonal pada <i>Emerging Adulthood</i>.	27
2.5. Kerangka Konseptual	28
2.6. Hipotesis	30
2.7. Hasil Penelitian yang Relevan	30
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1. Tipe Penelitian dan Desain Penelitian	32
3.1.1. Tipe Penelitian	32
3.1.2. Desain Penelitian	32
3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	33
3.2.1. Definisi Konseptual	33
3.2.2. Definisi Operasional	34
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian	35
3.3.1. Populasi	35
3.3.2. Sampel	35
3.3.3. Teknik <i>Sampling</i>	35
3.4. Teknik Pengumpulan Data	36
3.4.1. Teknik Pengambilan Data	36
3.4.2. Instrumen Penelitian	36
3.5. Analisis Data	45
3.5.1. Uji Deskriptif	45
3.5.2. Uji Normalitas	46
3.5.3. Uji Linearitas	46
3.6. Uji Coba Instrumen	46
3.6.1. Hasil Uji Coba Instrumen Self-Confidence : <i>Personal Evaluation Inventory</i> (PEI)	46
3.6.2. Hasil Uji Coba Instrumen Komunikasi Interpersonal : <i>Interpersonal Communication Competence Scale</i> (ICCS)	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
4.1. Gambaran Partisipan Penelitian	48

4.1.1.	Gambaran Jenis Kelamin Responden.....	48
4.1.2.	Gambaran Usia Responden.....	48
4.1.3.	Gambaran Tanggal Lahir Responden.....	49
4.1.4.	Gambaran Domisili Responden	50
4.1.5.	Gambaran Pendidikan Terakhir Responden.....	51
4.1.6.	Gambaran Status saat ini Responden	51
4.2.	Prosedur Penelitian.....	52
4.2.1.	Partisipan Penelitian.....	52
4.2.2.	Pelaksanaan Penelitian.....	53
4.3.	Hasil Analisis Data Penelitian	54
4.3.1.	Hasil Uji Deskriptif.....	54
4.4.1.	Hasil Uji Prasyarat	55
4.5.	Pembahasan.....	60
4.6.	Keterbatasan.....	63
BAB V	KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	64
5.1.	Kesimpulan	64
5.3.1.	Bagi Individu pada Fase <i>Emerging Adulthood</i>	64
DAFTAR PUSKATA.....		66
LAMPIRAN.....		70

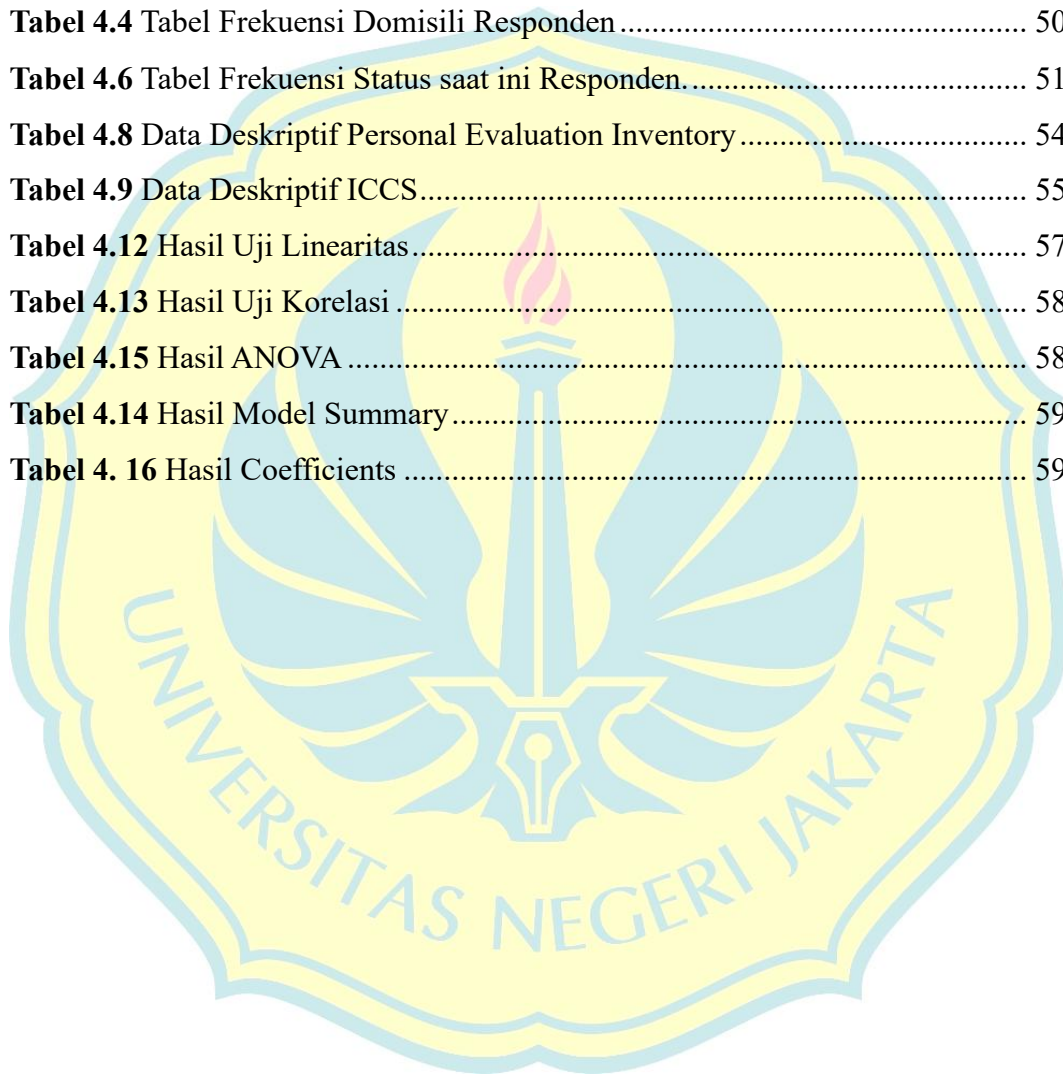
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konseptual.....	30
Gambar 4.10 Normal Q-Q Plots <i>Self-Confidence</i>	56
Gambar 4.11 Normal Q-Q Plots Komunikasi Interpersonal.....	56



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Tabel Frekuensi Jenis Kelamin Responden	48
Tabel 4.2 Tabel Frekuensi Usia Responden.....	48
Tabel 4.3 Tabel Frekuensi Tanggal Lahir Responden.....	49
Tabel 4.4 Tabel Frekuensi Domisili Responden	50
Tabel 4.6 Tabel Frekuensi Status saat ini Responden.....	51
Tabel 4.8 Data Deskriptif Personal Evaluation Inventory	54
Tabel 4.9 Data Deskriptif ICCS.....	55
Tabel 4.12 Hasil Uji Linearitas.....	57
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi	58
Tabel 4.15 Hasil ANOVA	58
Tabel 4.14 Hasil Model Summary.....	59
Tabel 4. 16 Hasil Coefficients	59



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I. Instrumen Final <i>Self-confidence</i>	70
Lampiran 2. Instrumen Final Komunikasi Interpersonal – ICCS	75
Lampiran 3. Hasil Analisis Deskriptif Data Demografis	78
Lampiran 4. Uji Outlier.....	80
Lampiran 5. Uji Linearitas	80
Lampiran 6. Uji Regresi Linear Sederhana.....	81
Lampiran 7. Expert Judgment.....	81
Lampiran 8. Riwayat Hidup.....	83

