

***SELF DISCLOSURE* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KESEPIAN PADA MAHASISWA RANTAU**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam bidang psikologi



Oleh

LUTFIA RAMADANI

41183507220008

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS ISLAM 45 BEKASI

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : *Self Disclosure* dan Dukungan Sosial terhadap Kesepian pada Mahasiswa Rantau
Penyusun : Lutfia Ramadani
NPM : 41183507220008

Bekasi, 6 Juli 2026

Menyetujui:

Pembimbing,



Magdalena Hanoum, S.Psi., M.Si., Psikolog

Mengetahui:

Ketua Program Studi,



Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN

Self Disclosure dan Dukungan Sosial terhadap Kesepian pada Mahasiswa Rantau

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Lutfia Ramadani

41183507220008

Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji
pada tanggal: 06 Juli 2026
dan telah dinyatakan Lulus/disahkan
di Universitas Islam 45 Bekasi
pada tanggal: 06 Juli 2026



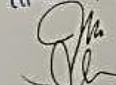
Dewan Penguji :

Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Sekretaris : Ratna Duhita Pramintari, S.K.M., M.Si.

Anggota : 1. Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

2. Magdalena Hanoum, S.Psi., M.Psi., Psikolog

()
()
()
()

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lutfia Ramadani

Npm : 41183507220008

Judul Skripsi : *Self Disclosure* dan Dukungan Sosial terhadap Kesenian pada Mahasiswa Rantau



Menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, Skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana dan magister), baik di Universitas Islam 45 Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri yang di bimbing Oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari :
 - a. Fabrikasi, yaitu membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan data penelitian) yaitu mengarang, mencatat, dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian ;
 - b. Falsifikasi, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki (pemalsuan data penelitian) yaitu manipulasi bahan penelitian, peralatan, atau proses mengubah, atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
 - c. Plagiarisme, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata0kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan dalam daftar Pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45 Bekasi.

Bekasi, 06 Juli 2026

Yang membuat pernyataan



Li E5ALX229812612

41183507220008

SELF DISCLOSURE DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KESEPIAN PADA MAHASISWA RANTAU

Lutfia Ramadani (lutfiaaluu24@gmail.com)

Magdalena Hanoum (maryammagda66@gmail.com)

Universitas Islam 45

ABSTRACT

Loneliness is a common psychological problem experienced by migrant students due to the challenges of adapting to a new environment and living apart from their families and friends. This study aimed to examine the relationship between social media self-disclosure, social support, and loneliness among migrant students at Universitas Islam 45 Bekasi.

This quantitative correlational study involved 96 migrant students selected through nonprobability snowball sampling. Data were collected using the Loneliness Scale, Self-Disclosure Scale, and Social Support Scale, which demonstrated construct validity. Cronbach's Alpha coefficients were 0.915, 0.932, and 0.920, respectively. Data were analyzed using Spearman's rho correlation and multiple linear regression in SPSS version 26.

The results showed a positive and significant relationship between self-disclosure and loneliness ($r = 0.586$; $p = 0.000$) and a negative and significant relationship between social support and loneliness ($r = -0.439$; $p = 0.000$). Both variables also simultaneously affected loneliness ($F = 54.106$; $p = 0.000$) and explained 52.8% of its variance ($\text{Adjusted } R^2 = 0.528$).

Keywords: self-disclosure, social support, loneliness, migrant students.

ABSTRAK

Kesepian merupakan permasalahan psikologis yang sering dialami mahasiswa perantau akibat tuntutan beradaptasi dengan lingkungan baru serta berpisah dari keluarga dan teman. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan self-disclosure melalui media sosial dan dukungan sosial terhadap kesepian pada mahasiswa perantau Universitas Islam 45 Bekasi.

Penelitian kuantitatif dengan desain korelasional ini melibatkan 96 mahasiswa perantau yang dipilih menggunakan teknik nonprobability dengan metode snowball sampling. Data dikumpulkan menggunakan Skala Kesepian, Skala Self-Disclosure, dan Skala Dukungan Sosial yang telah memenuhi validitas konstruk. Nilai Cronbach's Alpha masing-masing skala sebesar 0,915; 0,932; dan 0,920. Analisis data menggunakan uji korelasi Spearman's rho dan regresi linear berganda dengan bantuan SPSS versi 26.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara self-disclosure dengan kesepian ($r = 0,586$; $p = 0,000$) serta hubungan negatif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kesepian ($r = -0,439$; $p = 0,000$). Self-disclosure dan dukungan sosial juga berpengaruh signifikan secara simultan terhadap kesepian ($F = 54,106$; $p = 0,000$) dengan kontribusi sebesar 52,8% ($\text{Adjusted } R^2 = 0,528$).

Kata kunci: self-disclosure, dukungan sosial, kesepian, mahasiswa perantau

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, kasih, dan penyertaan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Self Disclosure dan Dukungan Sosial terhadap Kesepian pada Mahasiswa Rantau*” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Islam 45 Bekasi.

Penulis menyadari bahwa proses penyusunan skripsi ini tidaklah mudah. Berbagai tantangan, hambatan, dan dinamika telah menjadi bagian dari perjalanan yang memberikan banyak pelajaran berharga. Selama proses tersebut, penulis memperoleh bantuan, doa, dukungan, bimbingan, serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Magdalena Hanoum, S. Psi., M. Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi hingga dapat terselesaikan dengan baik.
2. Ibu Novita Dian Iva Prestiana, S. Psi., M. Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang telah memberikan arahan serta dukungan kepada penulis selama menempuh pendidikan.
3. Ibu Siti Nur Hidayah, S. Psi., M. Si., selaku dosen pembimbing akademik angkatan 2022 yang telah memberikan bimbingan, perhatian, serta arahan kepada penulis selama menjalani proses perkuliahan.
4. Ibu / Bapak seluruh dosen penguji skripsi, yang telah memberikan kritik, saran, serta masukan yang sangat berarti sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.
5. Seluruh mahasiswa perantau Universitas Islam 45 Bekasi yang telah bersedia menjadi responden dan informan dalam penelitian ini. Terima kasih atas kesediaan meluangkan waktu, kejujuran, keterbukaan, serta partisipasi dalam mengisi kuesioner dan mengikuti proses wawancara. Tanpa bantuan dan kerja sama yang telah diberikan, penelitian ini tidak akan dapat terlaksana dan diselesaikan dengan baik.
6. Kedua orang tua dan seluruh keluarga tercinta, yang selalu menjadi rumah bagi penulis. Terima kasih atas doa yang tidak pernah putus, kasih sayang yang tulus, dukungan, pengorbanan, serta kepercayaan yang selalu diberikan kepada penulis. Terima kasih karena selalu menguatkan penulis di setiap proses, terutama ketika penulis merasa lelah dan ingin menyerah. Skripsi ini merupakan salah satu bentuk kecil dari rasa syukur dan terima kasih penulis atas segala perjuangan yang telah diberikan.

7. Untuk diri penulis sendiri. Terima kasih karena telah bertahan sejauh ini. Terima kasih karena tetap memilih bangkit meskipun berkali-kali merasa lelah, kecewa, dan kehilangan arah. Terima kasih karena telah dipaksa menjadi kuat oleh keadaan, belajar menerima setiap proses yang tidak selalu berjalan sesuai harapan, serta berusaha berdamai dan menyayangi diri sendiri meskipun pernah merasa berada pada raga yang salah. Perjalanan ini mungkin tidak mudah, tetapi penulis bangga karena akhirnya mampu melewati setiap langkah hingga sampai pada titik ini.
8. Saskia Ilmi, Marsya Meliana, Astri Susanti, Alldilla Putri, dan Azzahra Kamila, terima kasih telah menjadi teman seperjuangan yang selalu memberikan bantuan, dukungan, semangat, serta menemani berbagai proses selama penyusunan skripsi ini. Kehadiran kalian menjadi salah satu alasan mengapa perjalanan ini terasa lebih ringan.
9. Suci Cahyani, terima kasih telah menjadi teman yang selalu menemani penulis untuk beristirahat sejenak, menenangkan pikiran, serta mengingatkan bahwa hidup tidak hanya tentang menyelesaikan skripsi, tetapi juga tentang menjaga diri agar tetap baik-baik saja.
10. NCT, XODIAC, serta grup K-pop lainnya yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Terima kasih telah menjadi sumber hiburan, penyemangat, dan tempat penulis menemukan ketenangan di tengah berbagai tekanan selama proses penyusunan skripsi. Melalui karya, musik, dan berbagai konten yang dihadirkan, penulis memperoleh kekuatan, motivasi, serta perasaan hangat yang sulit dijelaskan dengan kata-kata. Penulis bersyukur dapat mengenal dan menikmati karya-karya yang secara tidak langsung turut menemani perjalanan ini.
11. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan, dukungan, doa, maupun menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Terima kasih telah hadir dan memberikan warna dalam setiap proses yang telah dilalui. Meskipun saat ini sebagian telah menempuh jalan masing-masing, penulis tetap merasa bersyukur dan beruntung pernah mengenal serta berbagi cerita bersama kalian.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan penelitian di masa yang akan datang. Besar harapan penulis agar skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam kajian mengenai *self-disclosure*, dukungan sosial, dan kesepian pada mahasiswa perantau, serta menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dan pihak-pihak yang membutuhkan.

Bekasi, 01 Januari 2026

Penulis

DAFTAR ISI

CURRICULUM VITAE	i
MOTTO	i
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
ABSTACT	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Kajian Pustaka	12
1. Kesepian.....	12
2. <i>Self Disclosure</i>	17
3. Dukungan sosial.....	22
4. Mahasiswa Rantau	26
B. KERANGKA BERFIKIR.....	27
C. HIPOTESIS.....	30
D. Orisinilitas Dan Perbedaan Penelitian Sebelumnya.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Desain Penelitian	37
B. Identifikasi Dan Operasional Variabel.....	38
1. Identifikasi Variabel.....	38
2. Definisi konseptual	38
3. Definsi operasional	39
C. Subjek, tempat, & waktu penelitian.....	40
1. Subjek penelitian.....	40

1) Mahasiswa aktif yang sedang merantau	40
2) Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan	40
2. Populasi dan teknik pengambilan sampling.....	40
3. Tempat dan waktu penelitian	42
D. Teknik pengumpulan data.....	43
1. Wawancara.....	44
2. Skala psikologi.....	44
E. Teknik analisis data.....	62
1. Teknik deskriptif.....	62
2. Teknik pengujian asumsi	64
3. Teknik pengujian hipotesis	66
F. Etika penelitian	69
1. Partisipasi penelitian	69
2. Prosedur penelitian.....	69
3. Keamanan dan kerahasiaan data	69
4. Resiko, efek samping penelitian, dan penanganannya	69
5. Manfaat penelitian bagi subjek	70
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI.....	71
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	71
B. Deskripsi demografis subjek penelitian	72
C. Deskripsi Variabel Penelitian	83
D. Hasil Penelitian	84
E. Diskusi	87
F. Keterbatasan.....	105
BAB V PENUTUP	106
A. Simpulan	106
B. Saran	107
DAFTAR PUSTAKA	108

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berfikir.....	20
Gambar 2. Rumus Lameshow	32

DAFTAR TABEL

Table 1. Orisinalitas dan perbedaan dengan penelitian sebelumnya	21
Table 2. Tempat dan Waktu penelitian.....	33
Table 3. Penilaian Skala Likert	35
Table 4. Blueprint Kesepian	37
Table 5. Blueprint Self Disclosure.....	38
Table 6. Blueprint Dukungan Sosial.....	39
Table 7. Hasil expert judgement Self Disclosure	41
Table 8. Hasil expert judgement Dukungan Sosial.....	42
Table 9. Hasil expert judgement kesepian	42
Table 10. Interpretasi Indeks diskriminasi Kesepian.....	42
Table 11. Interpretasi Indeks diskriminasi Self disclosure	43
Table 12. Interpretasi indeks diskriminasi dukungan sosial	45
Table 13. Blueprint sebelum dan sesudah uji coba kesepian.....	47
Table 14. Blueprint sebelum dan sesudah uji coba Self disclosure	48
Table 15. Blueprint sebelum dan sesudah uji coba Dukungan sosial	50
Table 16. Kategorisasi kofisiensi cronbach alpha	51
Table 17. Hasil koefisiensi realibilitas cronbach alpha	52
Table 18. Hasil analisis deskriptif	53
Table 19. Hasil uji normalitas.....	55
Table 20. Hasil uji linearitas.....	56
Table 21. interpretasi koefisiansi korelasi	57
Table 22. Hasil koefisiensi korelasi rank spearman	58
Table 23. Subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin.....	63
Table 24. hasil uji mann whitney.....	64
Table 25. Subjek penelitian berdasarkan usia.....	65
Table 26. hasil perhitungan perbandingan uji kruskal wallis.....	66
Table 27. Subjek penelitian berdasarkan semester	67
Table 28. hasil perhitungan perbandingan kruskal wallis.....	67
Table 29. Subjek penelitian berdasarkan tempat tinggal	68
Table 30. hasil perhitungan perbandinagn kruskall wallis.....	69
Table 31. Subjek penelitian berdasarkan lama merantau.....	70
Table 32. Hasil perhitungan perbandingan kruskall wallis.....	70
Table 33. Subjek penelitian berdasarkan jarak tempat tinggal dengan keluarga	71
Table 34. hasil perhitungan perbandingan kruskall wallis.....	72
Table 35. Subjek penelitian berdasarkan aktif bermain media sosial	73
Table 36. hasil perhitungan perbandingan kruskall wallis.....	74
Table 37. Analisis kategorisasi variabel penelitian.....	75
Table 38. Hasil uji korelasi Self disclosure (X1) dan Kesepian (Y)	76
Table 39. Hasil uji korelasi Dukungan sosial (X2) dan Kesepian (Y)	77
Table 40. Hasil uji regresi berganda	78

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil cek plagiarisme turnitin	113
Lampiran 2. Lembar bimbingan skripsi.....	115
Lampiran 3. from matriks tabel revisi seminar hasil	117
Lampiran 4. Hasil analisis expert judgement skala psikologi.....	119
Lampiran 5. Hasil analisis statistik deskriptif dengan SPSS	124
Lampiran 6. Hasil analisis statistik uji asumsi dengan SPSS	126
Lampiran 7. Hasil analisis uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian	128
Lampiran 8. Hasil analisis statistika pengujian hipotesis dengan SPSS.....	132
Lampiran 9. Hasil analisis uji beda dengan SPSS	134
Lampiran 10. Data hasil Pre-elimnarystudy	140

ORIGINALITY REPORT

12%
SIMILARITY INDEX

11%
INTERNET SOURCES

5%
PUBLICATIONS

3%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1 journal.ubpkarawang.ac.id
Internet Source

2 stp-mataram.e-journal.id
Internet Source

3 repository.uinjkt.ac.id
Internet Source

4 Submitted to Universitas Islam Riau
Student Paper

5 jurnal.syedzasaintika.ac.id
Internet Source

6 journal.upy.ac.id
Internet Source

7 meritum.hangtuah.ac.id
Internet Source

8 journal.umg.ac.id
Internet Source

9 repository.unismabekasi.ac.id
Internet Source

10 e-journal.unair.ac.id
Internet Source

11 ejournal2.unud.ac.id
Internet Source

12 Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya
Student Paper

13 jurnal.unissula.ac.id
Internet Source