

**PENGARUH KESEPIAN TERHADAP PENGUNGKAPAN DIRI DI  
MEDIA SOSIAL PADA ANAK TUNGGAL**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai  
Salah satu persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



**ALIFA KAMILA SYAH AZZAHRA**  
NIM : 201910230311241

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG  
2023**

# SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

**ALIFA KAMILA SYAH AZZAHRA**

**Nim : 201910230311241**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 06 Oktober 2023

dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan

memperoleh gelar Sarjana (S1) Psikologi

Universitas Muhammadiyah Malang

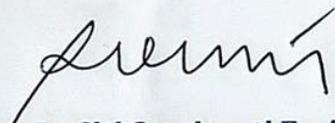
## SUSUNAN DEWAN PENGUJI :

Ketua/Pembimbing I,



**Dr. Diah Karmiyati.,M.Si**

Anggota I



**Dr. Rr Siti Suminarti Fasikhah.,M.Si**

Anggota II



**Sofa Amalia, S.Psi.,M.Si**



Mengesahkan

Dekan,

**Muhammad Salis Yuniardi, M. Psi., Ph.D**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Alifa Kamila Syah Azzahra  
NIM : 201910230311241  
Fakultas/Jurusan : Psikologi/Psikologi  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul:

“Pengaruh Kesenian Terhadap Pengungkapan Diri Di Media Sosial Pada Anak Tunggal”

1. Adalah bukan karya orang lain baik Sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber Pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 26 September 2023

Mengetahui

Ketua Program Studi

Yang menyatakan



Sofa Amalia, S.Psi, M.Si



Alifa Kamila Syah Azzahra

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya haturkan kehadirat Allah SWT. *Alhamdulillahirobbilalamin*, atas berkat rahmat, hidayah dan karunia-Nya lah penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Kesepian Terhadap Pengungkapan Diri Di Media Sosial Pada Anak Tunggal” ini dengan lancar. *Allahumma sholli ala sayyidina Muhammad*, sholawat serta salam juga saya haturkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW beserta para sahabat dan pengikut beliau. Skripsi ini merupakan salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang yang mana dalam proses pengerjaannya terdapat hal-hal yang akan terkenang hingga saya tua nanti. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam penelitian ini baik yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung. Terimakasih yang sebanyak-banyaknya saya ucapkan kepada:

1. Bapak Muhammad Salis Yuniardi, M.Psi, P.hd selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang
2. Ibu Assoc. Prof. Dr. Diah Karmiyati, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan serta arahan kepada saya selama proses penelitian ini dilakukan.
3. Ibu Sofa Amalia, S.Psi., M.Si selaku ketua program Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, serta Ibu Nandy Agustin Syakarofath, S.Psi., M.A. selaku Dosen Wali yang telah memberikan bimbingan akademik dari awal hingga akhir masa perkuliahan saya
4. Papah, Alm. Mamah & Ayie dan seluruh keluarga besar yang selalu memberikan dukungan baik secara materil maupun secara emosional.
5. Zahra, Fairuz, Adel, Sqwd buwah, 24/7, dan sahabat-sahabat saya yang selalu memberikan semangat dan mendukung saya selama proses penelitian ini berlangsung.
6. Teman-teman kelas D dan kelas A angkatan 2019 Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang berjuang bersama sejak awal perkuliahan
7. Seluruh responden yang turut berpartisipasi dalam penelitian ini
8. Dan pihak-pihak lain yang terlibat dalam proses penelitian yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu namanya disini.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih terdapat beberapa kekurangan dan keterbatasan. Oleh karena itu, penulis sangat terbuka terhadap kritik dan saran terkait karya ini agar menjadi karya yang lebih baik lagi. Penulis berharap karya ini dapat bermanfaat secara teoritis maupun praktis bagi khalayak umum.

Malang, 26 September 2023

Penulis,

Alifa Kamila Syah Azzahra

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	i
SURAT PERNYATAAN .....	i
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
Abstrak .....	1
Pengungkapan Diri.....	6
Kesepian .....	7
Kesepian Pada Anak Tunggal dan Pengungkapan Diri Di Media Sosial .....	8
KERANGKA BERPIKIR.....	9
HIPOTESIS PENELITIAN .....	9
METODE PENELITIAN.....	10
Rancangan Penelitian .....	10
Subjek Penelitian.....	10
Variabel dan Instrumen Penelitian .....	10
Prosedur dan Analisa Data .....	11
HASIL PENELITIAN .....	13
Hasil Analisis Uji Asumsi Klasik .....	13
Hasil Uji Analisis Regresi Linear Sederhana Kesepian terhadap Pengungkapan Diri pada Remaja Anak Tunggal.....	14
DISKUSI.....	16
SIMPULAN DAN IMPLIKASI .....	18
REFERENSI .....	19
LAMPIRAN.....	23

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	10
Tabel 2. Deskripsi Tingkat Variabel Penelitian .....	13
Tabel 3. Hasil Analisis Kategorisasi Empirik Kesepian dan Pengungkapan Diri .....	13
Tabel 4. Uji Analisis Regresi Linear Sederhana .....	14



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Uji Normalitas Grafik P-Plot.....14



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Analisis Regresi Linear Sederhana.....	23
Lampiran 2. Uji Verifikasi Data .....	24
Lampiran 3. Uji Plagiasi .....	25



# PENGARUH KESEPIAN TERHADAP PENGUNGKAPAN DIRI DI MEDIA SOSIAL PADA ANAK TUNGGAL

Alifa Kamila Syah Azzahra  
Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang  
[lifakamilamila@webmail.umm.ac.id](mailto:lifakamilamila@webmail.umm.ac.id)

**Abstrak.** Anak tunggal rentan mengalami kesepian dikarenakan dirinya tidak memiliki saudara kandung, yang dapat diajak bermain maupun bercerita. Ketika anak tunggal memasuki fase remaja, dirinya akan ingin memiliki keingintahuan yang tinggi terhadap hal-hal baru, seperti penggunaan media sosial. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kesepian terhadap pengungkapan diri di media sosial pada anak tunggal. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif korelasi serta menggunakan skala kesepian dan skala pengungkapan diri lalu di uji menggunakan uji regresi sederhana. Total subjek pada penelitian ini berjumlah 147 anak tunggal remaja di Indonesia dengan teknik pengambilan sampling adalah teknik *accidental sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif antara kesepian dengan pengungkapan diri di media sosial pada remaja anak tunggal ( $\beta = -0,271$ ) dengan sumbangan efektif sebesar 13,8%. Sehingga, dapat dinyatakan hipotesis dalam penelitian diterima. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan bagi pihak luar baik orang tua, keluarga, maupun lingkungan eksternal untuk lebih memahami peran anak tunggal dan pemberian dukungan.

Kata Kunci: Kesepian, Pengungkapan Diri, Anak Tunggal

**Abstract.** *An only child is vulnerable to loneliness because they don't have siblings with whom to play or tell stories. When an only child enters the teenage phase, they will have a high curiosity about new things, such as using social media. The purpose of this study was to determine whether there is an effect of loneliness on self-disclosure on social media in only child. This study used a quantitative correlation approach and used a loneliness scale and self-disclosure scale and then tested it using a simple regression test. The total subjects in this study were 147 only child adolescent in Indonesia with the accidental sampling technique being taken as a sampling technique. The results showed that there was a negative effect between loneliness and self-disclosure on social media in only child adolescents ( $\beta = -0.271$ ) with an effective contribution of 13.8%. Thus, it can be stated that the hypothesis in the study is accepted. It is hoped that this research can be used as a reference for outsiders, be it parents, family, or the external environment, to better understand the role of an only child and provide support.*

Keywords: *Loneliness, Self Disclosure, Only Child*

Pada negara maju seperti Negara Cina dan Negara Barat, memiliki anak tunggal merupakan hal yang lumrah. Akan tetapi di Indonesia sendiri hal tersebut masih jarang ditemui. Hal ini dikarenakan di Indonesia sendiri memiliki Program Keluarga Berencana (KB) yang didukung oleh pemerintah, yaitu dengan motto “Dua Anak Lebih Baik” untuk menekan angka kelahiran dan mengendalikan pertambahan jumlah penduduk (Diskominfo, 2019). Faktor yang sangat mempengaruhi keluarga hanya memiliki anak tunggal adalah karir serta ekonomi orang tua. Menurut Faadhilah (2021) faktor kesehatan juga menjadi penyebab orang tua memutuskan untuk memiliki satu anak. Beberapa orangtua memilih untuk memiliki anak tunggal dikarenakan periode pertama saat memiliki seorang bayi merupakan masa yang kurang menyenangkan dan tidak ingin diulang kembali. Selain itu, kesiapan mental dan materi yang dimiliki orang tua juga menjadi tolak ukur untuk pengambilan keputusan memiliki anak tunggal ataupun tidak. Faadhilah (2021) juga menjelaskan bahwa anak tunggal merupakan anak satu-satunya di keluarga yang tidak memiliki saudara kandung. Jatmika & Argitha (2017) berkata bahwa tidak sedikit persepsi negatif yang sering dilontarkan pada anak tunggal, salah satu yang umum adalah anak tunggal sangat sering merasakan perasaan kesepian. Kesepian ini sering terjadi dikarenakan anak tunggal yang tidak memiliki saudara, seperti anak lain yang memiliki figur seorang kakak maupun adik, dan hal ini bisa saja muncul hingga anak tunggal tumbuh besar menjadi remaja.

Fase remaja merupakan fase yang memiliki karakteristik dan ciri-ciri yang berbeda dengan fase pertumbuhan lainnya. Remaja tidak dapat dikategorikan sebagai anak-anak maupun dewasa, sehingga menurut Diananda (2019) masa remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari anak-anak menuju masa dewasa. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, baik dalam mental maupun fisik. Dalam proses perkembangannya, Diananda (2019) mengelompokkan remaja menjadi tiga tahapan yaitu, pra remaja yang berusia 11 tahun hingga 14 tahun, remaja awal berusia 13 tahun hingga 17 tahun, dan remaja lanjut berusia 17 tahun hingga 21 tahun. Ainiyah (2018) berpendapat bahwa masa remaja merupakan masa yang memiliki keingintahuan yang tinggi terhadap hal-hal baru, sehingga remaja akan sering mengalami permasalahan dalam beradaptasi pada hal baru tersebut.

Menurut Diananda (2019) dalam menjalani fase remaja pada anak tunggal, remaja memiliki keinginan dan kebutuhan yang kuat untuk diterima dan disukai oleh teman sebaya atau kelompok pertemanannya sehingga kebutuhan teman sebaya sangatlah penting bagi remaja. Remaja lebih senang bergaul dengan teman seusianya karena dapat melibatkan keakraban yang lebih besar, selain itu memiliki kebutuhan untuk saling bertukar informasi mengenai dunia luar yaitu dunia di luar keluarganya. Pada sebuah penelitian mengenai dinamika kesepian pada anak tunggal, didapati salah satu subjek merupakan anak tunggal yang terlahir di keluarga dengan perekonomian menengah kebawah dan memiliki orangtua tidak harmonis dikarenakan orangtua yang sibuk bekerja, sehingga anak mendapatkan perhatian yang kurang. Hasil penelitian yang dilakukan Faadhilah (2021) menunjukkan bahwa anak tunggal yang tidak memiliki *support system internal* yang baik akan mengakibatkan anak tunggal mengalami kesepian, sehingga anak justru menceritakan permasalahannya pada teman sebayanya. Dikarenakan anak tunggal tidak memiliki orang terdekat selain orang tua didalam keluarga.

Salah satu permasalahan remaja dalam menghadapi fase transisinya adalah penggunaan media sosial. Menurut survei Data Indonesia (2022) remaja berusia 13-18 tahun merupakan

pengguna internet paling tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya pada tahun 2021-2022. Tingkat penetrasi internet pada kelompok remaja mencapai 99,16%. Remaja kebanyakan menggunakan media sosial sebagai salah satu tempat untuk mendapatkan informasi terbaru mengenai gaya hidup (Yasin et al., 2022). Keberadaan media sosial sangat berpengaruh dalam kehidupan remaja, terlebih fase remaja merupakan fase yang memiliki kepekaan yang begitu tinggi terhadap hal-hal baru, media sosial menawarkan begitu banyak fitur-fitur yang mengasyikkan sehingga dapat menggiurkan remaja tanpa mempedulikan sifat dari konten-konten tersebut (Ainiyah, 2018). Dalam hal perkembangan, menurut Ainiyah (2018) media sosial sangat berpengaruh terhadap perkembangan fisik, emosional, kognitif dan sosial pada remaja.

Dalam perkembangan sosial, remaja mulai melepaskan diri dari orang tuanya dikarenakan remaja mulai menyesuaikan dirinya dengan kelompok teman sebayanya dalam kehidupan bersosial. Hal ini dapat berdampak positif maupun negatif. Menurut Ainiyah (2018) salah satu dampak positif remaja yang menggunakan media sosial adalah mampu memudahkan remaja untuk menjalin relasi dan berkomunikasi dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Akan tetapi apabila remaja mengalami kecanduan terhadap media sosial, maka akan berdampak buruk pada kurangnya efisiensi waktu, serta remaja mengurangi bersosialisasi secara langsung di lingkungan masyarakat. Oleh karena itu, dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri seperti pengungkapan diri yang baik pada remaja sehingga dapat dijadikan dasar melakukan interaksi sosial (Diananda, 2019).

Pengungkapan diri merupakan cara bagi seorang individu untuk mengungkapkan hal-hal pribadi kepada khalayak umum. Seperti yang diungkapkan oleh Dwi Ariani, dkk. (2020) bahwa pengungkapan diri adalah cara berkomunikasi atau pemberian informasi mengenai individu, perasaan, pikiran, dan perilaku individu terhadap dirinya maupun terhadap orang lain. Melakukan pengungkapan diri merupakan salah satu hal yang penting dalam relasi interpersonal. Dikarenakan ketika melakukan pengungkapan diri, seseorang dapat mengutarakan perasaan, pendapat dan juga harapan serta cita-cita yang menciptakan sebuah hubungan keterbukaan (Dwidiyanti & Anggarani, 2022). Arslan & Kiper (2018) mengungkapkan bahwa pengungkapan diri tidak hanya penting dalam hubungan interpersonal saja, akan tetapi juga sangat penting pada kepribadian seseorang. Menurutnya, pengungkapan diri merupakan sifat pribadi seseorang yang dapat menjelaskan betapa pentingnya perbedaan antar individu.

Dwidiyanti, dkk. (2022) menyatakan bahwa terdapat dampak positif maupun negatif ketika seorang individu melakukan pengungkapan diri di media sosial. Ketika melakukan pengungkapan diri di media sosial, individu akan mengurangi gejala depresi dan peningkatan kepuasan hidup. Dikarenakan dengan berbagi perasaan dan pengalaman pribadi secara *online*, dapat membantu menjaga kedekatan dengan teman maupun keluarga. Sehingga berdampak positif dalam mengurangi stres dan kesepian (Karsay Kathrin et al., 2019). King (2018) menyatakan dengan mengungkapkan emosi, hasrat, tujuan dan kesalahan di masa lalu akan mempercepat hubungan interpersonal yang lebih dalam. Dikarenakan hubungan interpersonal bersifat kausal, maka orang akan lebih menyukai ketika seorang individu mengungkapkan lebih banyak tentang dirinya. Akan tetapi, penting diketahui bahwa pengungkapan diri bersifat timbal balik. Sehingga, menurut King (2018) pengungkapan diri dengan satu arah, hanya memberi dampak negatif seperti pengungkapan

informasi yang berlebihan, dan hal ini tidak akan menghasilkan efek yang sama dengan percakapan dua arah.

Penelitian yang dilakukan oleh Az Zahra (2022), mengungkapkan bahwa remaja yang menggunakan media sosial berupa *instagram* akan meningkatkan pengungkapan diri nya di media sosial, ketika ia mengalami tingkat kesepian yang tinggi. Akbar & Abdullah (2021) menyatakan bahwa kesepian merupakan faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri seseorang. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, perasaan kesepian yang didapatkan ketika mengalami kegagalan berinteraksi sosial akan mengarahkan seseorang untuk melakukan interaksi sosial yang lebih baik melalui media sosial. Terlebih hal tersebut, akan memudahkan individu untuk mengekspresikan dirinya dengan cara yang berbeda. Seperti kemudahan untuk mendapatkan kebebasan yang lebih luas dan perhatian yang lebih banyak.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengungkapan diri *online* yang dilakukan di instastory terhadap kesepian yang dialami anak kost. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat pengaruh negatif yaitu bahwa semakin tinggi pengungkapan diri di *instastory* maka akan semakin rendah juga kesepian yang dialami anak kost. Hal ini juga didukung oleh penelitian Anggraeni (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kesepian dengan pengungkapan diri. Sehingga dapat dinyatakan bahwa kesepian yang dirasakan seseorang yang belum menikah tidak dapat meningkatkan pengungkapan dirinya di *instagram*.

Mengenai media sosial dengan kesepian pada salah satu penelitian yang dilakukan oleh Destiyani, dkk. (2020) menunjukkan adanya keeratan hubungan antara adiksi media sosial dengan kesepian sebesar 0,202. Yang dapat diartikan kekuatan hubungan lemah antara kedua variabel. Yaitu semakin rendah adiksi media sosial, maka semakin rendah kesepian yang dialami remaja. Hal ini dikarenakan, kesepian bukan faktor utama remaja mengalami adiksi pada media sosial. Selain itu, hal ini juga didukung oleh penelitian Miftahurrahmah & Harahap (2020) kepada mahasiswa di salah satu universitas Yogyakarta, menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara variabel kesepian dan variabel kecanduan media sosial yang bertanda positif dan searah. Sehingga apabila kecanduan di media sosial meningkat maka akan meningkat pula pada kesepian.

Rinaldi (2021) menyatakan bahwa kesepian dapat didefinisikan sebagai ketimpangan pada kontak sosial yang diharapkan, akan tetapi berbeda dengan kondisi aktual kontak sosial yang terjadi, sehingga mengakibatkan pengalaman yang tidak menyenangkan. Ketika seseorang merasakan kesepian, ia akan menghabiskan waktu senggang dengan melakukan aktivitas yang tertutup dan hanya melakukannya sendirian. Hal ini dikarenakan individu yang mengalami kesepian terkadang mempunyai permasalahan seperti ketidak mudahan dalam membangun sebuah relasi sosial dengan lingkup pertemanannya yang cukup terbatas (Faadhilah, 2021). Mahoney, dkk. (2019) berpendapat bahwa kesepian dapat berasal dari kurang atau rendahnya partisipasi seseorang dalam kelompok sosial.

Menurut survei kesehatan mental masyarakat Indonesia pada Bulan Mei hingga Bulan Juni 2021, yang dilakukan oleh *Into The Light* dan *Change.org* menunjukkan bahwa sekitar 98% partisipan mengalami kesepian dalam sebulan terakhir. Bahkan sekitar 40% sempat memiliki pikiran untuk melakukan *self-harm* (Kompas, 2021). Hal ini bisa disebabkan karena Indonesia adalah salah satu negara yang mempunyai tingkat kesenjangan sosial

paling tinggi di Asia (S. N. Faadhilah, 2021). Ketika seseorang mengalami kesepian, hal tersebut sangat berkaitan dengan kondisi emosional dan kesejahteraan psikologis maupun distress psikologis (Franssen et al., 2020). Dan jika kesepian tidak ditangani secara cepat maka akan berdampak negatif bagi penderitanya (Rinaldi, 2021). Salah satunya adalah mengalami beberapa gangguan psikologis, seperti gangguan suasana hati, perilaku menyakiti diri bahkan bunuh diri yang dapat menurunkan kesehatan mental seseorang (Holmes et al., 2020). Faktor penyebab seseorang mengalami kesepian adalah adanya perasaan sedih, terluka, rasa cemas & tertekan, perasaan tidak dimengerti, gelisah, tidak mempunyai harapan, serta tidak memiliki dukungan intim. Sehingga berakibat pada perasaan kesepian (Derwangga, 2021). Menurut Faadhilah (2021) kesepian didefinisikan sebagai sebuah pengalaman yang tidak menyenangkan ketika seorang individu kekurangan melakukan jaringan hubungan sosial dengan orang lain. Kesepian mungkin saja berasal dari kurang atau rendahnya partisipasi seseorang dalam kelompok sosial (Mahoney et al., 2019). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Krisnawati et al. (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan kuat antara kesepian dengan intensitas melakukan kegiatan jejaring sosial, terlebih dalam hal mengirim dan memberikan informasi. Kesepian dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang yang berkaitan dengan risiko depresi, gangguan psikosis kepribadian, bahkan bunuh diri. Kesepian memiliki efek yang sangat luas terhadap kehidupan individu dan memiliki pengaruh terhadap perasaan cemas dan depresi seseorang (Faadhilah, 2021).

Mengenai penelitian terdahulu, penelitian yang dilakukan oleh Akbar & Abdullah (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan mengenai kesepian dan pengungkapan diri pada mahasiswa di salah satu universitas Sumbawa yang menggunakan media sosial berupa *Instagram*. Dalam penelitian ini aspek yang dominan dari kesepian yaitu aspek *need for intimacy* dimana jika seseorang tidak terpenuhi kebutuhan berupa keakraban dan kedekatan dengan orang lain, maka akan berakibat kesepian. Sehingga semakin tinggi kesepian yang dialami mahasiswa, maka akan semakin tinggi pula pengungkapan diri yang dilakukan di media sosial berupa *Instagram*. Begitu pula hasil penelitian yang dilakukan oleh Mahoney, dkk. (2019) dimana dengan melakukan pengungkapan diri di media sosial berupa Twitter akan berfungsi untuk meluapkan dan mengungkapkan perasaan kesepian yang dialami penggunanya.

Sedangkan hasil penelitian Faadhilah (2021) mengenai dinamika kesepian pada anak tunggal, didapati bahwa kedua subjek yang merupakan anak tunggal mengalami fase kesepian. Subjek pertama mengalami kesepian dikarenakan berada di lingkungan keluarga yang *toxic* dan orang tua yang *broken home*. Sedangkan subjek kedua, merupakan anak yang sangat dekat dengan ayahnya dibanding dengan ibunya yang sibuk bekerja. Ketika ayahnya meninggal dunia, subjek kedua merasa kesepian dan canggung untuk bisa bercerita kepada ibunya. Kedua subjek mengalami kesepian dikarenakan tidak memiliki seseorang yang dapat mendengarkan cerita dan keluh kesahnya. Sehingga kedua subjek sering merasa stres, sering menangis, hingga depresi.

Dari serangkaian penelitian yang telah dilakukan maka didapati hasil terkait kesepian yang dialami oleh anak tunggal, hingga bagaimana kesepian berpengaruh terhadap pengungkapan diri seseorang di media sosial. Hasil menunjukkan bahwa beberapa anak tunggal mengalami kesepian dikarenakan tidak memiliki figur saudara seperti kakak dan adik untuk berbagi cerita, keluh kesah bahkan sekedar bermain bersama. Sehingga terkadang anak tunggal

mengatasi rasa kesepiannya dengan kedekatan di lingkungan keluarga ataupun dengan teman sebaya. Sedangkan pada beberapa penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi kesepian yang dialami seseorang, maka akan semakin tinggi pula pengungkapan diri yang dilakukan di media sosial.

Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kesepian yang dialami anak tunggal pada pengungkapan diri di media sosial. Remaja anak tunggal yang tidak memiliki saudara dalam keluarga, merupakan satu-satunya harapan di keluarga yang akan membuat anak tunggal menanggung permasalahan keluarganya seorang diri dan hal ini dapat berakibat pada kesepian. Selain itu, remaja anak tunggal juga akan mengalami permasalahan seperti anak remaja lainnya. Dimana remaja anak tunggal memiliki rasa keingintahuan yang tinggi terhadap hal-hal baru di sekitarnya, seperti penggunaan media sosial. Dengan pengaruh teman sebaya yang sangat kuat maka akan berdampak pada perkembangan remaja secara fisik, emosional, kognitif dan sosial. Remaja anak tunggal akan melakukan pengungkapan diri di media sosial yang dapat berakibat positif seperti pembentukan relasi yang lebih luas ataupun dampak negatif berupa pengurangan interaksi sosial secara langsung di lingkungan masyarakat.

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kesepian yang dimiliki pada anak tunggal terhadap pengungkapan diri secara online di media sosial. Adapun manfaat teoritis yang didapatkan dari penelitian ini yaitu untuk mengembangkan ilmu pengetahuan mengenai anak tunggal dan kesepian terhadap pengungkapan diri online. Sedangkan manfaat praktis dari penelitian ini yaitu untuk memperdalam pemahaman mengenai anak tunggal dan pengungkapan diri secara online pada anak tunggal yang merasakan kesepian.

### **Pengungkapan Diri**

Menurut Vijayakumar & Pfeifer (2020) menyatakan pengungkapan diri merupakan proses interpersonal yang mendasar dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kepada siapa target pengungkapan diri tersebut, seberapa detail jenis informasi yang ingin disampaikan, dan luasnya jumlah informasi. Pengungkapan diri dapat berkontribusi dalam mengekspresikan diri, mengembangkan identitas dan juga relasi persahabatan (Krämer & Schäwel, 2020).

Menurut Cahyani (2022) terdapat lima dimensi pengungkapan diri yaitu pengungkapan yang bertujuan, jumlah, positif & negatif, kejujuran dan akurasi, pengendalian kedalaman. Pengungkapan yang bertujuan adalah kesadaran diri seseorang yang mempunyai tujuan terkait keinginan dan niat individu untuk melakukan pengungkapan diri. Sedangkan jumlah memiliki arti frekuensi dan durasi seseorang melakukan pengungkapan diri. Lalu, positif & negatif merupakan isi pesan yang di sampaikan ketika seseorang melakukan pengungkapan diri bersifat positif atau negatif. Kemudian, kejujuran dan akurasi adalah keakuratan yang individu rasakan mengenai dirinya sendiri, kemudian apakah ia mampu untuk mengungkapkan persepsi tersebut ketika berkomunikasi. Lalu yang terakhir adalah pengendalian kedalaman, dimana hal tersebut merupakan seberapa intim dan dalam pengungkapan diri yang dilakukan individu tersebut.

Pengungkapan diri yang dilakukan saat berhadapan dengan orang lain atau yang disebut pengungkapan diri offline akan sangat berbeda dengan pengungkapan diri *online* atau di

media sosial. Ketika melakukan pengungkapan diri dengan tatap muka, lingkungan yang dapat dijangkau cukup terbatas sehingga hanya terjadi pada orang-orang tertentu dengan lingkup yang lebih kecil. Sedangkan, ketika melakukan pengungkapan diri di lingkungan online, lingkup yang dapat dijangkau akan jauh lebih luas dan beragam sehingga memungkinkan seseorang untuk lebih mudah mengekspresikan bagian dari dirinya dengan cara yang berbeda dibandingkan saat bertemu dengan individu di dunia nyata. Seperti yang dinyatakan oleh Krämer & Schäwel (2020) bahwa pengguna media sosial memiliki lebih banyak waktu untuk dapat merencanakan pengungkapan diri yang ingin ditunjukkan dengan konstruksi kesan yang hati-hati.

Menurut Rifqi (2021) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri online seseorang, yaitu anonimitas, kesadaran diri, motivasi, motif dan tujuan penggunaan media sosial. Ketika seseorang melakukan pengungkapan diri secara anonimitas, ia dapat mengurangi kerusakan citra dan kerugian seperti penyalahgunaan informasi pribadi dan pencurian data yang mungkin dapat dialami seseorang. Sedangkan faktor kedua adalah kesadaran diri, yaitu ketika seorang individu memiliki tingkat kesadaran diri secara pribadi maupun publik yang tinggi, hal tersebut akan meningkatkan kecenderungan pengungkapan diri dibandingkan seseorang yang mempunyai kesadaran diri yang rendah. Dan faktor terakhir adalah bagaimana motivasi, motif dan tujuan penggunaan media sosial, apabila individu yang menggunakan media sosial untuk pengembangan hubungan interpersonal, cenderung memiliki tingkat pengungkapan diri yang tinggi.

### **Kesepian**

Menurut Putri (2020) kesepian dapat diartikan sebagai perasaan yang tidak menyenangkan karena diakibatkan harapan hubungan sosial yang tidak sesuai dengan kenyataannya yang merupakan akibat dari ketidakmampuan seseorang dalam mempertahankan relasinya dengan individu lain. Sedangkan menurut Octaviany, dkk. (2019) Kesepian merupakan perasaan-perasaan negatif yang muncul dari rasa ketidaknyamanan seseorang akibat ketidakpuasan dalam berelasi dengan individu lain. Sehingga, kesepian merupakan sebuah keadaan ketika seorang individu mengalami ketidakbahagiaan pada kondisi kognitif serta emosinya.

Putri (2020) berpendapat bahwa terdapat tiga aspek dari kesepian, yaitu kepribadian, kepatutan sosial dan depresi. Kepribadian seseorang akan menentukan cara dan pola berfikir serta perilaku individu. Kemudian kepatutan sosial merupakan keinginan seseorang untuk memiliki kehidupan sosial yang ia harapkan dan yang terakhir adalah depresi, yaitu sebuah perasaan ataupun tekanan dalam diri seseorang yang mengakibatkan individu mengalami depresi.

Kesepian merupakan gejala yang dapat di alami setiap individu, dimana hal tersebut akan menghasilkan perbedaan, tergantung kadar kondisi kesepian yang dialami masing-masing individu. Brehm (2002) menyatakan bahwa terdapat empat faktor seseorang mengalami kesepian, yaitu ketidakcukupan dalam hubungan, perubahan dalam suatu hubungan, harga diri yang rendah dan perilaku interpersonal. Seseorang yang merasakan ketidakcukupan dalam hubungannya akan menyebabkan ketidakpuasan pada hubungan yang dimiliki. Selain itu, kesepian dapat terjadi apabila terdapat perubahan terhadap hal-hal yang diinginkan seseorang pada hubungannya. Kemudian, apabila seseorang mempunyai harga diri yang rendah, maka ia akan cenderung merasa tidak nyaman akan situasi yang beresiko di lingkungan sosial, yang mengakibatkan individu akan menghindari kontak sosial secara

terus menerus. Faktor kesepian yang terakhir adalah perilaku interpersonal seseorang yang dapat menentukan keberhasilan dalam membangun relasi dengan orang lain. Jika seseorang mengalami kesepian, ia akan mempercayai dan tidak menyukai orang lain, serta memandangnya secara negatif.

### **Kesepian Pada Anak Tunggal dan Pengungkapan Diri Di Media Sosial**

Pengungkapan diri merupakan salah satu hal terpenting yang dilakukan individu ketika berada di lingkungan sosialnya. Ariani, dkk. (2020) berpendapat bahwa pengungkapan diri adalah cara berkomunikasi atau pemberian informasi mengenai individu, perasaan, pikiran, dan perilaku individu terhadap dirinya maupun terhadap orang lain. Dengan melakukan pengungkapan diri, seseorang dapat membentuk relasi interpersonal dengan individu yang lain. Dikarenakan manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan keberadaan orang lain. Selain membentuk relasi interpersonal, pengungkapan diri juga merupakan sifat pribadi seseorang, dimana hal tersebut yang akan menjadi pembeda antara satu individu dengan yang lainnya. Dwidiyanti, dkk. (2022) mengatakan bahwa pengungkapan diri merupakan peran penting dalam perkembangan seseorang, dimana media sosial dapat menjadi salah satu alternatif dalam melakukan pengungkapan diri atau yang dapat kita sebut pengungkapan diri *online*. Menurutnya ketika melakukan pengungkapan diri *online*, individu dapat mengurangi gejala depresi dan juga peningkatan kepuasan hidup. Selain itu, menurut Kathrin, dkk. (2019) hal tersebut berdampak positif dalam mengurangi stres dan kesepian.

Kesepian menurut Rinaldi (2021) sebuah perasaan tidak menyenangkan apabila kontak sosial yang diharapkan, berbeda dengan kondisi aktual kontak sosial yang terjadi. Mahoney, dkk. (2019) menyatakan bahwa kesepian dapat berasal dari kurang atau rendahnya partisipasi seseorang dalam kelompok sosial. Sehingga, apabila seorang individu mempunyai sebuah ekspektasi terhadap lingkungan sosialnya dan ternyata tidak sesuai dengan apa yang di harapkannya, maka individu tersebut akan cenderung mengurangi partisipasinya dalam kelompok sosial, salah satunya dengan mengurangi pengungkapan diri. King (2018) mengatakan bahwa dengan mengungkapkan emosi, hasrat, tujuan dan kesalahan di masa lalu akan mempercepat hubungan interpersonal yang lebih dalam.

Putri (2020) berpendapat bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami kesepian adalah kepatutan sosial. Yaitu ketika keinginan seseorang untuk memiliki kehidupan sosial yang ia harapkan seseorang yang tidak memiliki kehidupan sosial seperti yang di harapkannya. Hal ini sejalan dengan pernyataan King (2018) mengenai anak tunggal. Menurutnya, anak tunggal yang terbiasa mendapat perhatian dari keluarganya, akan cenderung sulit untuk menerima bahwa dirinya bukanlah pusat perhatian ketika berada di lingkungan sosial. Ketika anak tunggal berada di lingkungan sosial di luar rumah, anak akan cukup kesulitan untuk menghadapi perubahan tuntutan yang akan dialaminya. Selain itu, apabila terdapat ketidakcocokan dengan orang lain yang bukan merupakan keluarganya, anak tunggal akan sulit beradaptasi sehingga dapat memperlambat proses hubungan interpersonal dengan orang lain.

Bahkan ketika di rumah sekalipun, anak tunggal rentan mengalami kesepian dikarenakan ia tidak memiliki saudara kandung seperti kakak ataupun adik yang dapat diajak bermain ataupun untuk bercerita dengan saudara kandung yang sepantaran. Sehingga ketika terdapat masalah di dalam keluarga, anak tunggal terkadang harus menyimpan perasaan dan

pikirannya seorang diri. Hal inilah yang menyebabkan anak tunggal rentan mengalami kesepian dibandingkan anak lain.

### **Kerangka Berpikir**

#### **Remaja Anak Tunggal**

Pada fase remaja, anak akan mulai melepaskan dirinya dengan orangtua dan akan lebih banyak menyesuaikan diri dengan kelompok teman sebayanya untuk kehidupan bersosial. Remaja lebih senang bergaul dengan teman seusianya karena dapat melibatkan keakraban yang lebih besar dan kebutuhan untuk saling bertukar informasi mengenai dunia luar yaitu dunia di luar keluarganya.

#### **Kesepian**

Individu yang mengalami kesepian akan sangat bergantung pada kepribadiannya, dimana pola pikir serta perilaku individu dapat mempengaruhi relasi dengan lingkungan sosialnya. Selain itu, apabila keinginan seseorang untuk memiliki kehidupan sosial yang ia harapkan, ternyata tidak sesuai dengan kenyataan yang ada, hal tersebut dapat berakibat depresi, atau perasaan & tekanan dalam diri seseorang yang dialaminya di lingkungan sosial.

#### **Pengungkapan Diri Online**

Individu yang melakukan pengungkapan diri *online* memiliki tujuan terkait keinginan dan niat individu yang dilakukan secara sadar, kemudian seberapa banyak dan lama durasi seseorang melakukan pengungkapan diri, lalu pesan yang disampaikan apakah positif atau negatif. Selain itu ketika melakukan pengungkapan diri online, individu dapat mengungkapkan persepsinya ketika berkomunikasi & seberapa intim pengungkapan diri yang dilakukan.

### **Hipotesa**

Terdapat pengaruh yang signifikan antara kesepian terhadap pengungkapan diri di media sosial pada anak tunggal.

## METODE PENELITIAN

### Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2018) penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang berupa angka-angka dan dianalisis menggunakan statistik. Desain kuantitatif yang dilakukan pada penelitian ini adalah analisis regresi sederhana. Dimana tujuan melakukan analisis regresi sederhana adalah untuk melihat pengaruh dari satu variabel dengan variabel lainnya (Sarbaini et al., 2022).

### Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini merupakan remaja anak tunggal. Pengambilan sampel yang akan digunakan adalah pengambilan sampel non probabilitas (*nonprobability sampling*) dengan teknik *accidental sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dimana jika terdapat sampel yang secara kebetulan bertemu dan sesuai dengan kriteria, maka dapat menjadi subjek penelitian. Jumlah sampel dalam penelitian ini sesuai dengan yang disarankan oleh Sugiyono (2018) yaitu minimal sebanyak 30 sampel, sehingga dapat memperoleh hasil perhitungan yang lebih baik. Kriteria subjek penelitian yang dibutuhkan adalah laki-laki dan perempuan remaja dengan rentang usia 13 tahun hingga 18 tahun, menggunakan media sosial dan merupakan anak satu-satunya di keluarga (anak tunggal).

**Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian (N=147)**

Kategori	Frekuensi	Persentase
<b>Usia</b>		
13 tahun	6	4,1%
14 tahun	20	13,6%
15 tahun	23	15,6%
16 tahun	12	8,2%
17 tahun	26	17,7%
18 tahun	60	40,8%
<b>Total</b>	<b>147</b>	<b>100%</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	65	44,2%
Perempuan	82	55,8%
<b>Total</b>	<b>147</b>	<b>100%</b>

Tabel demografis diatas memberikan rincian mengenai subjek penelitian berdasarkan usia dan jenis kelamin. Dalam penelitian ini, dari 147 subjek untuk kategori usia yang paling banyak yakni untuk kategori usia yang paling banyak yakni pada usia 18 tahun dengan jumlah subjek 60 orang sebesar 40,8%. Sedangkan yang paling sedikit pada usia 13 tahun dengan jumlah subjek 6 orang sebesar 4,1%. Tabel ini juga memberikan rincian mengenai jenis kelamin dimana terdapat 65 subjek laki-laki atau sebanyak 44,2% dan 82 subjek perempuan atau sebanyak 55,8%.

### Variabel dan Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini terdapat dua variabel yang akan diteliti, yaitu kesepian dan pengungkapan diri. Variabel bebas atau *independent* dalam penelitian ini adalah kesepian. Peneliti

mengukur tingkat kesepian dengan menggunakan skala *UCLA Loneliness Scale Vers. 3* yang telah diadaptasi oleh Putri (2020) dengan mengukur tiga aspek yaitu kepribadian, keinginan sosial dan depresi. Skala ini memiliki 15 aitem dengan nilai reliabilitas sebesar 0,856. Reliabilitas terkait skala kesepian juga dianalisis oleh peneliti pada 147 subjek dan indeks reliabilitas yang didapatkan sebesar 0,786. Instrumen diukur menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 9 item mendukung (*favorable*) dan 6 item tidak mendukung (*unfavorable*) dengan 4 jawaban alternatif, yaitu 4 (sangat sering), 3 (sering), 2 (jarang), dan 1 (tidak pernah). Contoh dari item skala kesepian adalah “Seberapa sering anda merasakan sendirian?”.

Untuk variabel terikat atau dependent dalam penelitian ini adalah pengungkapan diri. Pengungkapan diri merupakan pemberian informasi pribadi mengenai diri sendiri kepada orang lain. Peneliti mengukur pengungkapan diri dengan menggunakan Revised Self-Disclosure Scale (RSDS) yang telah diadaptasi oleh Cahyani (2022) dengan mengukur lima dimensi dari pengungkapan diri yaitu pengungkapan diri yang ditujukan, jumlah pengungkapan, kontrol kedalaman pengungkapan, pengungkapan positif atau negatif yang ditujukan, dan kejujuran dan akurasi pengungkapan. Skala ini memiliki 16 aitem dengan nilai reliabilitas sebesar 0,821. Reliabilitas terkait skala pengungkapan diri juga dianalisis oleh peneliti pada 147 subjek dan indeks reliabilitas yang didapatkan sebesar 0,477. Instrumen diukur menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 9 item mendukung (*favorable*) dan 7 item tidak mendukung (*unfavorable*) dengan 4 jenis pilihan jawaban, yaitu 4 (sesuai), 3 (kurang sesuai), 2 (tidak sesuai), dan 1 (sangat tidak sesuai). Contoh dari item skala pengungkapan diri adalah “Saya secara sadar berniat untuk mengungkapkan perasaan pribadi tentang diri sendiri”.

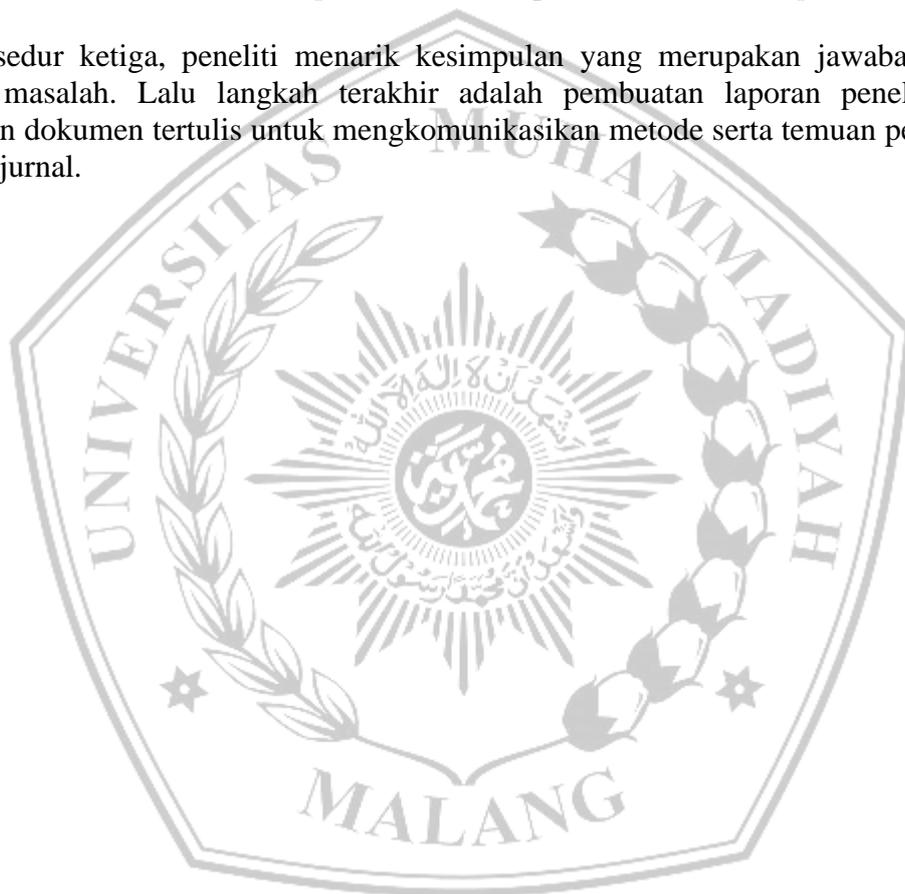
### **Prosedur dan Analisa Data**

Berdasarkan prosedur penelitian yang dinyatakan oleh Murjani (2022) penelitian kuantitatif memiliki 3 tahap, tahap pembuatan rancangan penelitian, tahap pelaksanaan penelitian dan tahap pembuatan laporan penelitian.

Sehingga prosedur pertama merupakan tahap pembuatan rancangan penelitian. Peneliti memilih suatu penelitian melalui masalah, dimana permasalahan merupakan problematika yang serius seperti penyimpangan antara idealitas dengan kondisi aktual. Kemudian peneliti melakukan riset pendahuluan dengan melakukan tinjauan pustaka dan kajian pada hasil penelitian terdahulu. Lalu, peneliti mengidentifikasi dan merumuskan masalah dengan melakukan pemahaman serta pendalaman terhadap aspek-aspek yang berkaitan. Setelah itu, peneliti merumuskan hipotesis yang berupa kesimpulan atau jawaban sementara untuk perlu dibuktikan melalui hasil penelitian. Kemudian, peneliti menentukan metode penelitian, yaitu penelitian kuantitatif dan menyusun instrumen. Peneliti menggunakan skala *UCLA Loneliness Scale Vers. 3* yang telah diadaptasi oleh Putri (2020) untuk mengukur tiga aspek dari kesepian, yaitu kepribadian, keinginan sosial dan depresi. Selain itu, peneliti juga menggunakan Revised Self-Disclosure Scale (RSDS) yang telah di adaptasi oleh Cahyani (2022) untuk mengukur lima dimensi dari pengungkapan diri, yaitu pengungkapan diri yang ditujukan, jumlah pengungkapan, kontrol kedalaman pengungkapan, pengungkapan positif atau negatif yang ditujukan, dan kejujuran dan akurasi pengungkapan. Peneliti mengumpulkan data melalui angket atau kuesioner berdasarkan kriteria subjek yang telah ditentukan. Subjek merupakan sampel untuk mewakili jumlah populasi yang ada, dikarenakan jumlah populasi yang sangat besar dan tersebar luas sehingga memiliki keterbatasan.

Prosedur kedua adalah tahap pelaksanaan penelitian. Pada prosedur ini, peneliti mengumpulkan data dengan menyebarkan kuesioner berupa skala kesepian dan pengungkapan diri melalui *google forms*. Kemudian melakukan analisis data. Analisis data meliputi persiapan, tabulasi atau pemberian skor dan penerapan data sesuai pendekatan penelitian. Data yang didapatkan akan dimasukkan dan diolah menggunakan aplikasi *Statistical Package for Social Science (SPSS)* 27. Dikarenakan menurut Santoso (2019) SPSS merupakan salah satu program komputer yang secara khusus untuk mengolah data dengan menggunakan metode statistik tertentu. Selain itu menurutnya, dengan bantuan komputer maka pengolahan data statistik akan menghasilkan informasi yang relevan dan lebih cepat serta akurat. Sehingga dapat dilakukan analisis regresi sederhana untuk menguji pengaruh dari variabel bebas (*independent*) terhadap variabel terikat (*dependent*).

Pada prosedur ketiga, peneliti menarik kesimpulan yang merupakan jawaban terhadap rumusan masalah. Lalu langkah terakhir adalah pembuatan laporan penelitian yang merupakan dokumen tertulis untuk mengkomunikasikan metode serta temuan penelitian ke publikasi jurnal.



## HASIL PENELITIAN

Proses penyebaran skala dilakukan mulai tanggal 24 Mei 2023 hingga 11 Juni 2023. Sehingga membutuhkan 19 hari untuk menyebarkan kepada remaja anak tunggal. Penyebaran tersebut mendapatkan total data sebanyak 147 responden dengan rentang usia 13 tahun – 18 tahun.

**Tabel 2. Deskripsi tingkat variabel penelitian**

Variabel	Skor Maksimum	Skor Minimum	Mean Empirik	Mean Hipotetik	Std. Empirik	Std. Hipotetik
Kesepian	60	15	40,18	37,5	6,67	7,5
Pengungkapan Diri	64	16	40,34	40	4,88	8

Pada Tabel 2, menunjukkan deskripsi tingkat antara kesepian dan pengungkapan diri dari responden yang dihasilkan. Untuk variabel kesepian mean empirik terlihat lebih tinggi dibandingkan mean hipotetik. Sehingga menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini memiliki tingkat kesepian yang cenderung tinggi. Begitu pula pada variabel pengungkapan diri, dimana responden memiliki kecenderungan pengungkapan diri yang cenderung tinggi juga. Adapun hasil analisis terkait kategorisasi hipotetik dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

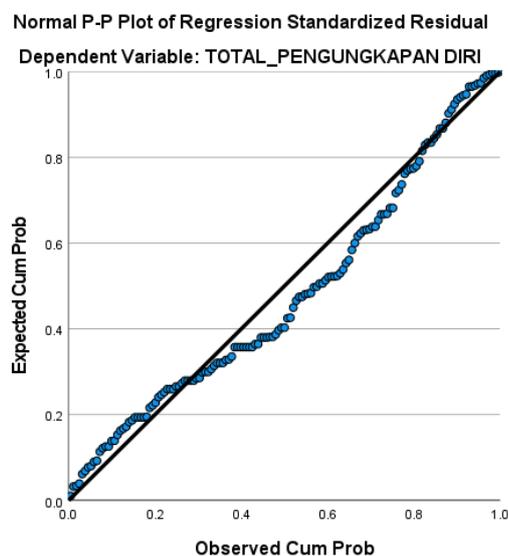
**Tabel 3. Hasil Analisis Kategorisasi Empirik Kesepian dan Pengungkapan Diri**

Variabel	Mean	Std. deviasi	Kategori	Interval	Frekuensi	%
Kesepian	40	6,6	Tinggi	$\geq 47$	20	13,6%
			Sedang	$\leq 34 - < 46,5$	107	72,8%
			Rendah	$< 33,5$	20	13,6%
Pengungkapan Diri	40	4,8	Tinggi	$\geq 45$	26	17,7%
			Sedang	$\leq 35 - < 44,5$	107	72,8%
			Rendah	$< 34,5$	14	9,5%

Pada tabel 3 diatas menunjukkan terkait perhitungan kategorisasi empirik pada variabel kesepian dan pengungkapan diri. Pada variabel kesepian menunjukkan bahwa dari 147 subjek, sebanyak 20 responden atau sebesar 13,6% memiliki kesepian tinggi, sebesar 72,8% atau 107 responden berkategori sedang dan 20 responden atau sebesar 13,6% berkategori rendah. Sedangkan pada variabel pengungkapan diri menunjukkan bahwa dari 147 subjek penelitian, terdapat 26 responden atau 17,7% berkategori tinggi, 107 responden atau sebesar 72,8% berkategori sedang dan 14 responden atau 9,5% berkategori rendah.

Analisis regresi linear sederhana digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur pengaruh antar dua variabel sehingga perlu adanya analisis uji asumsi berupa uji normalitas dan linearitas sebelum dilakukannya uji analisis regresi linear. Berdasarkan uji asumsi yang dilakukan pada kedua variabel guna mengetahui dan melihat persebaran data sampel. Uji normalitas menggunakan teknik *normal probability plot* yang dilakukan dengan

memperhatikan penyebaran data atau titik pada Normal P-plot atau Standardized Regresi atas variabel terikat yang ditunjukkan pada Gambar 1.



**Gambar 1. Uji Normalitas Grafik P-Plot**

Hasil uji grafik p-plot menunjukkan sebaran *unstandardized residual* berada di sekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis diagonal, sehingga nilai residual dari model regresi terdistribusi secara normal atau dapat disimpulkan memenuhi asumsi normalitas data. Sedangkan untuk uji linearitas, guna melihat apakah terdapat hubungan linear antara kesepian dan pengungkapan diri. Hasil uji linearitas menunjukkan memiliki hubungan linear antar kedua variabel dengan nilai signifikan *linearity* 0,001 ( $p < 0,05$ ) yang berarti asumsi linearitas terpenuhi.

#### **Hasil Uji Analisis Regresi Linear Sederhana Kesepian terhadap Pengungkapan Diri pada Remaja Anak Tunggal**

Pengujian hipotesis ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh variabel kesepian terhadap variabel pengungkapan diri pada remaja anak tunggal yang menggunakan media sosial. Hasil uji dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4. Uji Analisis Regresi Linear Sederhana**

<b>Kategori</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b><math>t</math></b>	<b><math>p</math></b>	<b>R</b>	<b>R<sup>2</sup></b>
<b>Kesepian</b>	-0,271	-4,811	0,001 <sup>b</sup>	0,371 <sup>a</sup>	0,138

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan hipotesis daripada penelitian ini diterima dengan hasil uji analisis regresi linear sederhana didapati hasil  $\beta = -0,271$  serta nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar  $0,001 < 0,05$ . Dari hasil analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh variabel kesepian terhadap pengungkapan diri pada remaja anak tunggal. Selain itu, nilai koefisien regresi bernilai negatif (-0,271) yang berarti setiap penambahan 1% tingkat kesepian maka kecenderungan pengungkapan diri akan menurun sebanyak  $-0,271$ . Sehingga, semakin tinggi kesepian yang dialami remaja anak tunggal maka akan cenderung rendah pengungkapan diri yang akan dilakukan.

Koefisien determinasi ( $R^2$ ) bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari variabel kesepian terhadap variabel pengungkapan diri pada remaja anak tunggal. Berdasarkan tabel 4 uji analisis regresi linier sederhana, dapat dilihat pada  $R^2$  0,138 menunjukkan bahwa variabel kesepian mampu memprediksi sebesar 13,8% terhadap pengungkapan diri pada remaja anak tunggal, sedangkan sisanya sebanyak 86,2% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini.



## DISKUSI

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, maka dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh negatif antara kesepian dengan pengungkapan diri di media sosial pada remaja anak tunggal sebesar  $\beta = -0,271$  dengan nilai signifikan ( $p$ )  $< 0,5$  dimana semakin tinggi kesepian yang dialami remaja anak tunggal maka akan semakin rendah pula pengungkapan diri yang dilakukan di media sosial. Dan hal ini juga terjadi pada sebaliknya, yaitu semakin rendah kesepian yang dialami remaja maka akan meningkatkan pengungkapan diri. Selain itu, variabel kesepian memberikan sumbangsih pengaruh terhadap pengungkapan diri pada remaja anak tunggal sebesar 13,8% dan sisanya sebanyak 86,2% dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan penelitian ini juga memperkuat penelitian sebelumnya oleh Marelia (2015) dimana diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hasil yang signifikan antara pengungkapan diri dengan kesepian yang bersifat negatif (berlawanan arah). Begitupun dengan hasil penelitian terbaru yang dilakukan oleh Anggraeni (2018), dimana tidak terdapat hubungan positif antara kesepian dengan pengungkapan diri, sehingga analisa menunjukkan bahwa semakin tinggi kesepian maka semakin rendah pula pengungkapan diri dan begitupun sebaliknya.

Kesepian bisa saja terjadi apabila individu tidak berhasil menemukan teman yang dianggap cocok untuk membantu mencapai tujuan yang diinginkan, dan apabila dalam sebuah hubungan interpersonal seseorang merasa kebutuhan untuk berkomunikasi secara terbuka dan jujur kurang terpenuhi, maka peran pengungkapan diri bisa membantu untuk membuat, mencapai dan mempertahankan kondisi keseimbangan antara tingkat keinginan dengan tingkat yang dapat dicapai ketika berhubungan sosial (Pertiwi, 2016). Menurut Triana dkk. (2015) pengungkapan diri mempunyai fungsi yang sangat penting dalam membangun sebuah hubungan, dikarenakan individu dapat mengungkapkan informasi mengenai diri sehingga membantu usaha seseorang untuk memulai dan mengembangkan hubungan dengan individu lainnya. Oleh karena itu, peran orangtua ketika anak remaja sangat penting dalam pengungkapan dirinya di lingkungan sosial. Orangtua yang memberikan dukungan yang besar kepada remaja akan berdampak positif pada pengungkapan diri remaja dan penurunan perilaku pada delinkuensi (Juliyanti & Siswati, 2014).

Penelitian ini menunjukkan dari analisa yang telah dilakukan kepada remaja anak tunggal, sebesar 13,6% mengalami kesepian tinggi, 72,8% mengalami kesepian tingkat sedang dan sebesar 13,6% lainnya mengalami kesepian tingkat rendah. Dafnaz, dkk. (2020) pada hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa kesepian yang dirasakan remaja dapat muncul karena adanya kesenjangan antar apa yang di harapkan atau diinginkan belum tentu sesuai, sehingga tingkat kesepian yang dirasakan remaja sangat dipengaruhi oleh jaringan sosial pada teman, keluarga, dll, serta karakteristik individu. Sedangkan untuk pengungkapan diri yang dihasilkan dari analisis menunjukkan bahwa dari 147 responden bahwa 17,7% berkategori tinggi, kemudian 72,8% berkategori sedang dan 9,5% berkategori rendah. Memperkuat dari penelitian sebelumnya oleh Chen dkk. (2021) terkait "*The Effect of Self-Disclosure on Loneliness in Adolescents During COVID-19: The Mediating Role of Peer Relationships*" didapati bahwa pengungkapan diri yang dilakukan remaja dapat mempengaruhi kesepian melalui hubungan sosial dengan teman sebaya. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian ini, pengungkapan diri juga dapat memprediksi kebahagiaan dan kesejahteraan bagi individu itu sendiri (Chen et al., 2021).

Diketahui bahwa ternyata tidak semua anak tunggal remaja mudah mengalami kesepian, hal ini ditunjukkan dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa sebanyak 107 subjek mengalami kesepian sedang dari jumlah subjek sebanyak 147. Remaja anak tunggal walaupun tidak memiliki sosok saudara kandung, akan tetapi tidak membedakan dirinya dengan anak remaja lainnya. Remaja yang memiliki status sebagai anak tunggal dan remaja pada umumnya tidak mempunyai perbedaan dalam hal kemandirian (Purbasari, 2016). Selain itu, ketika seseorang mengalami kesepian, maka dirinya akan cenderung menutup diri dari lingkungan sosial. Itulah mengapa remaja anak tunggal akan mengalami pengurangan pada pengungkapan diri, apabila dirinya mengalami kesepian yang tinggi. Pasalnya seseorang yang mengalami kesepian akan terus memiliki persepsi yang negatif akan dirinya atau lingkungan sekitar, yang mengakibatkan individu cenderung menutup diri dan sulit mencari relasi yang lebih bermakna dengan lingkungan sosial disekitarnya (Christina & Helsa, 2022).

Tidak hanya pada lingkungan sosial secara nyata, akan tetapi pada lingkungan media sosial juga. Pada penelitiannya, Dila (2023) menyatakan bahwa apabila seseorang menemukan unggahan di media sosial yang tidak dikehendaknya, hal tersebut dapat memicu perasaan terisolasi. Contohnya seperti tidak sengaja melihat teman mengunggah kebersamaan dengan teman lainnya tanpa mengajak dirinya, hal ini dapat memicu perasaan dikucilkan dan terisolasi yang umum disebut sebagai kesepian dan berakibat perasaan terasingkan. Akan tetapi, secara positif apabila seseorang mengalami peningkatan pengungkapan diri, hal tersebut dapat mengurangi perasaan kesepian yang dialami individu, salah satunya seperti yang terdapat pada penelitian Marfiah (2020) mengenai konseling pendekatan kognitif untuk mengatasi kesepian. Dalam penelitiannya, subjek yang awalnya menunjukkan tingkat kesepian pada kategori tinggi karena mengalami kesepian dikarenakan trauma masa lalu dan persepsinya terhadap tentang lingkungan. Setelah dilakukannya konseling kognitif, terapis memberikan beberapa pengertian, yang pertama menjadi mandiri bukan berarti tidak membutuhkan lingkungan sosial. Sehingga subjek melatih kemampuan sosial, dan berakibat pada penurunan tingkat kesepian. Oleh karena itu, dengan memiliki pemikiran dan harapan yang lebih baik pada lingkungan sekitar, hubungan dan meningkatkan pengungkapan diri, akan dapat mengurangi kesepian yang di alami oleh remaja.

Kelebihan daripada penelitian ini yakni fenomena permasalahan terkait remaja anak tunggal sangat jarang untuk dijadikan sebagai subjek penelitian. Padahal faktor urutan kelahiran juga penting dan berpengaruh dengan bagaimana seorang anak dapat tumbuh dan belajar dari lingkungan sekitarnya. Terutama pada anak tunggal yang tidak memiliki figur saudara kandung yang sepanjangan. Kedua, penelitian ini menjadi studi pembaharuan yang mengangkat terkait adanya pengaruh antara kesepian dengan pengungkapan diri di media sosial pada remaja anak tunggal. Keterbatasan penelitian ini adalah terbatasnya sumber literatur terbaru terkait anak tunggal maupun permasalahan yang dialami anak tunggal sehingga menyulitkan peneliti untuk mendapatkan referensi terbaru, kedua yaitu alat ukur pengungkapan diri yang bersifat general sehingga disarankan untuk peneliti selanjutnya untuk menggunakan atau membuat instrumen alat ukur pengungkapan diri *online*.

## SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat dinyatakan hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara kesepian dengan pengungkapan diri di media sosial pada anak tunggal. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa kesepian dapat menjadi salah satu prediktor remaja anak tunggal melakukan pengungkapan diri di media sosial. Penjelasan dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan bagi pihak luar baik orangtua, keluarga, kerabat maupun lingkungan eksternal untuk lebih memahami peran anak tunggal & memberikan dukungan secara penuh ketika anak tunggal memasuki masa remaja di lingkungan sosialnya. Hal tersebut dapat dipenuhi dengan pengarahan yang baik dari orangtua, dan lingkungan teman sebaya, serta pendampingan dan kesempatan bagi anak untuk mencoba hal-hal baru yang memberikan manfaat positif bagi kemampuan dan pengetahuannya. Sehingga dapat mengurangi indikasi terjadinya kesepian yang mempengaruhi pengurangannya dalam melakukan pengungkapan diri di lingkungan sosial. Selanjutnya, untuk peneliti diharapkan dapat memperbanyak jumlah subjek penelitian anak tunggal dan memperluas penelitian dengan memberikan variabel-variabel baru terkait kesepian dan pengungkapan diri online.



## REFERENSI

- Ainiyah, N. (2018). Remaja millennial dan media sosial: media sosial sebagai media informasi pendidikan bagi remaja millennial. *Jurnal Pendidikan Islam Indonesia*, 2(2), 221-236. <https://doi.org/10.35316/jpii.v2i2.76>
- Anggraeni, N., & Zulfiana, U. (2018). Hubungan kesepian dan pengungkapan diri di instagram pada dewasa yang belum menikah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6(2), 245-259. <https://doi.org/10.22219/jipt.v6i2.7144>
- Ariani, M. D., Supradewi, R., & Syafitri, D. U. (2020). Peran kesepian dan pengungkapan diri online terhadap kecanduan internet pada remaja akhir. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 14(1), 12-21. <http://dx.doi.org/10.30659/jp.14.1.12-21>
- Arslan, N., & Kiper, A. (2018). Self-Disclosure and Internet Addiction. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 6(1), 56-63.
- Astuti, F. (2019). Hubungan pengungkapan diri melalui instastory dengan kesepian anak kost. *Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang*.
- Zahra, A., & Fatimah, N. (2022). Hubungan antara kesepian dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram, 1-7.
- Brehm, S. (2002). *Intimate relationships* (3rd ed.). *Mcgraw-Hill Book Company*.
- Cahyani, E. (2022). Hubungan antara self disclosure dengan resiliensi akademik pada mahasiswa di masa pandemi covid-19. *Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*.
- Chen, L., Cheng, R., & Hu, B. (2021). The effect of self-disclosure on loneliness in adolescents during covid-19: The mediating role of peer relationships. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 710515. <https://doi.org/10.3389/FPSYT.2021.710515/BIBTEX>
- Christina, M., & Helsa. (2022). Hubungan antara mattering to peers dengan kesepian pada dewasa awal. *Psibernetika*, 15(1), 34–46. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>
- Dafnaz, H. K., & Effendy, E. (2020). Hubungan kesepian dengan masalah psikologis dan gejala gangguan somatis pada remaja. *Scientific Medical Journal*, 2(1), 6-13.
- Derwangga, Y. (2021). Analisis faktor kesepian terhadap perilaku agresif dari segi psikologi pada lembaga pembinaan khusus anak Blitar (Studi kasus pada lembaga pembinaan khusus anak kelas 1 Blitar). *NUSANTARA : Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 8(2), 153–159. <https://doi.org/10.31604/jips.v8i2.2021.153-159>

- Destiyan, K., & Coralia, F. (2020). Hubungan antara kesepian dengan adiksi media sosial pada remaja di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 488–492. <https://doi.org/10.29313/V6I2.23100>
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya. *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/ISTIGHNA.V1I1.20.G21>
- Dila, M. (2023). Hubungan antara kesepian dengan kecenderungan kecanduan media sosial instagram pada mahasiswi. *Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*.
- Diskominfo. (2019). Mengenal program keluarga berencana (KB) untuk menekan angka kelahiran. <https://diskominfo.sanggau.go.id/baca/04-07-2019/mengenal-program-keluarga-berencana-kb-untuk-menekan-angka-kelahiran/>
- Dwidiyanti, A., & Anggarani, F. (2022). Hubungan harga diri dan kesepian dengan pengungkapan diri remaja Surakarta pengguna instagram. *JURNAL PSIKOLOGI MANDALA*, 6(2), 2580–4065. <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/mandala/article/view/2124>
- Faadhilah, N. (2021). Dinamika kesepian pada anak tunggal. *Surabaya: UIN Sunan Ampel Surabaya*.
- Franssen, T., Stijnen, M., Hamers, F., & Schneider, F. (2020). Age differences in demographic, social and health-related factors associated with loneliness across the adult life span (19–65 years): a cross-sectional study in the Netherlands. *BMC Public Health*, 20(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/S12889-020-09208-0/TABLES/2>
- Holmes, A., O'Connor, C., Perry, H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., Ballard, C., Christensen, H., Silver, R., Everall, I., Ford, T., John, A., Kabir, T., King, K., Madan, I., Michie, S., Przybylski, K., Shafran, R., Sweeney, A., Bullmore, E. (2020). Loneliness in the general population: prevalence, determinants and relations to mental health. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 547–560. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1)
- Indonesia, D. (2022). Remaja paling banyak gunakan internet di Indonesia pada 2022. <https://dataindonesia.id/digital/detail/remaja-paling-banyak-gunakan-internet-di-indonesia-pada-2022>
- Juliyanti, N., & Siswati, S. (2014). Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan

- pengungkapan diri remaja terhadap orangtua pada siswa SMA Krista Mitra Semarang. *Jurnal EMPATI*, 3(4), 422–431. <https://doi.org/10.14710/EMPATI.2014.7604>
- Karsay, K., Schmuck, D., Matthes, J., & Stevic, A. (2019). Longitudinal effects of excessive smartphone use on stress and loneliness: The moderating role of self-disclosure. <https://doi.org/10.1089/CYBER.2019.0255>
- Khalifah, S., Sari, P., & Abdullah, E. (2021). Hubungan antara kesepian (loneliness) dengan self disclosure pada mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa yang menggunakan sosial media (instagram). *Jurnal TAMBORA*, 5(3), 40–45. <https://doi.org/10.36761/jt.v5i3.1313>
- King, M. (2018). Working to address the loneliness epidemic: perspective-taking, presence, and self-disclosure. *American Journal of Health Promotion*, 32(5), 1315–1317. <https://doi.org/10.1177/0890117118776735>
- Kompas. (2021). Survei: Mayoritas masyarakat Indonesia alami rasa kesepian. <https://lifestyle.kompas.com/read/2021/08/16/082404320/survei-mayoritas-masyarakat-indonesia-alami-rasa-kesepian?page=all>
- Krämer, C., & Schäwel, J. (2020). Mastering the challenge of balancing self-disclosure and privacy in social media. *Current Opinion in Psychology*, 31, 67–71. <https://doi.org/10.1016/J.COPSYC.2019.08.003>
- Mahoney, J., Moignan, E., Long, K., Wilson, M., Barnett, J., Vines, J., & Lawson, S. (2019). Feeling alone among 317 million others: Disclosures of loneliness on Twitter. *Computers in Human Behavior*, 98, 20–30. <https://doi.org/10.1016/J.CHB.2019.03.024>
- Marelia, D. (2015). Hubungan pengungkapan diri dan kesepian pada penyandang kusta dewasa. *Doctoral dissertation, Universitas Negeri Jakarta*.
- Miftahurrahmah, H., & Harahap, F. (2020). Hubungan kecanduan sosial media dengan kesepian pada mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2(2), 153–160. <https://doi.org/10.21831/AP.V2I2.34544>
- Murjani. (2022). Prosedur penelitian kuantitatif. *Cross-Border*, 5(1), 687–713. <https://journal.iaisambas.ac.id/index.php/Cross-Border/article/view/1141>
- Octaviany, C. (2019). Dinamika kesepian pada wanita dewasa awal. *CALYPTRA*, 8(1), 1722–1741. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/3845>

- Pertiwi, W. (2016). Pengaruh kesepian terhadap pengungkapan diri remaja di media sosial. *Doctoral dissertation, Universitas Negeri Jakarta.*
- Purbasari, K. (2016). Perbedaan kemandirian pada remaja yang berstatus sebagai anak tunggal ditinjau dari persepsi pola asuh orangtua. *Doctoral dissertation, Universitas Airlangga.*
- Putri, Q. (2020). Hubungan self-compassion dan loneliness (Studi pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Rinaldi, R. (2021). Kesepian pada mahasiswa selama pandemi COVID-19 di Indonesia. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan, 11(3), 267–277.* <https://doi.org/10.26740/JPTT.V11N3.P267-277>
- Santoso, S. (2019). *Menguasai SPSS versi 25. Elex Media Komputindo.*
- Sarbaini, Zukrianto, & Nazaruddin. (2022). Pengaruh tingkat kemiskinan terhadap pembangunan rumah layak huni di provinsi Riau menggunakan metode analisis regresi sederhana. *Jurnal Teknologi Dan Manajemen Industri Terapan, 1(3), 131–136.* <https://doi.org/10.55826/TMIT.V1I3I3.46>
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif. *Alfabeta.*
- Triana, D., Samosir, P., & Sawitri, R. (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan pengungkapan diri pada remaja awal kelas VII. *Jurnal EMPATI, 4(2), 14–19.* <https://doi.org/10.14710/EMPATI.2015.14885>
- Vijayakumar, N., & Pfeifer, H. (2020). Self-disclosure during adolescence: exploring the means, targets, and types of personal exchanges. *Current Opinion in Psychology, 31, 135–140.* <https://doi.org/10.1016/J.COPSYC.2019.08.005>
- Yasin, A., Anjani, A., Salsabil, S., Rahmayanti, T., & Amalia, R. (2022). Pengaruh sosial media terhadap kesehatan mental dan fisik remaja: A systematic review. *Jurnal Kesehatan Tambusai, 3(2), 83–90.* <https://doi.org/10.31004/JKT.V3I2.4402>

## LAMPIRAN

## Lampiran 1. Analisis Regresi Linear Sederhana

ANOVA <sup>a</sup>					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	478.672	1	478.672	23.149	.000 <sup>b</sup>
Residual	2998.321	145	20.678		
<b>Total</b>	<b>3476.993</b>	<b>146</b>			

- a. Dependent Variable: Pengungkapan Diri  
 b. Predictors: (Constant), Kesepian

## Koefisien Regresi

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized B	Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
(Constant)	51.243	2.297		22.309	0.000
Kesepian	-0.271	0.56	-0.371	-4.811	0.000

- a. Dependent Variable : Pengungkapan Diri

## Koefisien Determinasi

Model Summary <sup>b</sup>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.371 <sup>a</sup>	0.138	0.132	4.54732

- a. Predictors: (Constant), Kesepian  
 b. Dependent Variable: Pengungkapan Diri

## Lampiran 2. Uji Verifikasi Data



**LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**  
Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

---

### SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/585/Lab-Psi/UMM/VII/2023

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

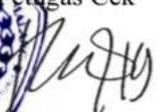
Yang bertanda tangan dibawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Alifa Kamila Syah Azzahra  
NIM : 201910230311241  
Dosen Pembimbing : 1) Dr. Diah Karmiyati, M.Si  
2)

Yang bersangkutan telah melakukan :

1. Verifikasi Analisa Data.  
Hasil: Lulus /~~Perbaikan~~

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.  
*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Malang, 4 Juli 2023  
Petugas Cek  
  
Navy Tri Indah Sari, M.Si

### Lampiran 3. Uji Plagiasi



**LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**  
 Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

#### SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/660/Lab-Psi/UMM/VII/2023

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yang bertanda tangan dibawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Alifa Kamila Syah Azzahra  
 NIM : 201910230311241  
 Dosen Pembimbing : 1) Dr. Diah Karmiyati, M.Si  
 2)

Yang bersangkutan telah melakukan :

1. Cek Plagiasi  
 Hasil: Lulus/Perbaikan  
 Dengan keterangan sebagai berikut:

No	Judul Skripsi	Batas Maksimal	Hasil
1	Pengaruh Kesepian Terhadap Pengungkapan Diri Di Media Sosial Pada Anak Tunggal	25%	2%

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*



Malang, 29 Juli 2023

Petugas Cek

Navy Tri Indah Sari, M.Si