

HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DENGAN KESEPIAN PADA *EMERGING ADULTHOOD* PENGGUNA MEDIA SOSIAL

Dweke Kensha Jeniar ¹ , Panca Kursistin Handayani ², Ria Wiyatfi Linsiya ³

Jeneear20@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember

INTISARI

Media sosial tidak lagi berperan sebagai sarana hiburan semata, melainkan telah menjadi ruang untuk berinteraksi, berkomunikasi, serta membangun kepercayaan publik. Data pengguna media sosial didominasi oleh usia dewasa awal sebanyak 11,0% berada pada rentan usia 18-24 tahun. Masa dewasa awal merupakan bentuk periode penyesuaian diri terhadap pola dan harapan sosial yang baru, jika dewasa sulit menyesuaikan diri dan terasing dari lingkungan maka akan rentan pada perasaan kesepian. Kesepian adalah rasa tidak puas terhadap kuantitas serta kualitas hubungan sosial yang dimiliki. Salah satu faktor terbentuknya kesepian adalah *self esteem*, merupakan bentuk penilaian terhadap diri sendiri, mencakup perasaan positif dan negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana *self esteem* memiliki hubungan dengan kesepian pada *emerging adulthood* pengguna media sosial. Dalam penelitian digunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Sampel penelitian ditentukan berdasarkan purposive sampling dengan karakteristik dewasa berusia 18-25 tahun, laki-laki dan perempuan, aktif bermain media sosial setidaknya 4 jam/hari. Skala kesepian berdasarkan UCLA *lonliness scale* dikembangkan oleh Russel dengan nilai reabilitas (0,89 – 0,96) dan skala *self esteem* menggunakan RSES atau Rosenberg *self esteem scale* dengan nilai reabilitas sebesar 0,89. Uji hipotesis dianalisis dengan korelasi *person product momen*, didapatkan hasil ($r = - 0,336$) dengan nilai signifikansi *p-value* sebesar ($0,001 < 0,05$) maka dapat ditarik kesimpulan *self esteem* memiliki korelasi negatif yang signifikan terhadap kesepian. Artinya semakin rendah *self esteem* yang dimiliki individu maka semakin tinggi kesepian yang dirasakan.

Kata kunci : *Emerging Adulthood*, Kesepian, Media Sosial, *Self Esteem*.

1. Peneliti
2. Dosen Pembimbing I
3. Dosen Pembimbing II

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND LONELINESS
AMONG SOCIAL MEDIA USERS IN EMERGING ADULthood**

Dweke Kensha Jeniar ¹ , Panca Kursistin Handayani ² , Ria Wiyatfi Linsiya ³

Jeneear20@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRACT

Social media is no longer merely a means of entertainment, but has become a space for interaction, communication, and building public trust. Data on social media users is dominated by early adulthood, with 11.0% being between the ages of 18 and 24. Early adulthood is a period of adjustment to new social patterns and expectations. If adults struggle to adapt and become isolated from their environment, they are vulnerable to feelings of loneliness. Loneliness is a feeling of dissatisfaction with the quantity and quality of social relationships. One factor in the formation of loneliness is self-esteem, which is a form of self-assessment, encompassing both positive and negative feelings. This study aims to determine how self-esteem relates to loneliness in emerging adulthood social media users. The study used a quantitative correlational research method. The research sample was determined based on purposive sampling with the characteristics of adults aged 18-25 years, male and female, actively using social media at least 4 hours/day. The loneliness scale based on the UCLA Loneliness Scale was developed by Russel with a reliability value of (0.89 – 0.96) and the self-esteem scale uses the RSES or Rosenberg self-esteem scale with a reliability value of 0.89. Hypothesis testing was analyzed using person product moment correlation, the results obtained were ($r = - 0.336$) with a significance value of p -value of ($0.001 < 0.05$) so it can be concluded that self-esteem has a significant negative correlation with loneliness. This means that the lower the self-esteem an individual has, the higher the loneliness felt.

Keywords: Emerging Adulthood, Loneliness, Self Esteem, Social Media

1. Researcher
2. Supervisor I
3. Supervisor II