

# KETERKAITAN HARGA DIRI DAN DEPRESI PADA DEWASA MUDA

SKRIPSI



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2022

# **KETERKAITAN HARGA DIRI DAN DEPRESI PADA DEWASA MUDA**

## **SKRIPSI**

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi  
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

**ANGGITA REFO ANTIKA  
17.E1.0071**



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2022**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anggita Refo Antika

NIM : 17.E1.0071

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir dengan judul "Keterkaitan Harga Diri dan Depresi pada Dewasa Muda" tersebut bebas plagiasi dan tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang dengan sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Akan tetapi bila terbukti melakukan plagiasi maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Semarang, 24 Mei 2022

Yang menyatakan



Anggita Refo Antika

17.E1.0071

## HALAMAN PENGESAHAN

### HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Pengaji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal  
21 April 2022

Mengesahkan

Ketua Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



(Dr. Supami, M.Si.)

Dosen Pembimbing

(Dr. Supami, M.Si.)

Dewan Pengaji

(Dr. Y. Bagus Wismanto, MS.)

(Dra. M. Yang Roswita, M.Si.)

(Dr. Supami, M.Si.)

## **HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anggita Refo Antika

NIM : 17.E1.0071

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Nonekslusif atas karya ilmiah yang berjudul "Keterkaitan Harga Diri dan Depresi pada Dewasa Muda" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Nonekslusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

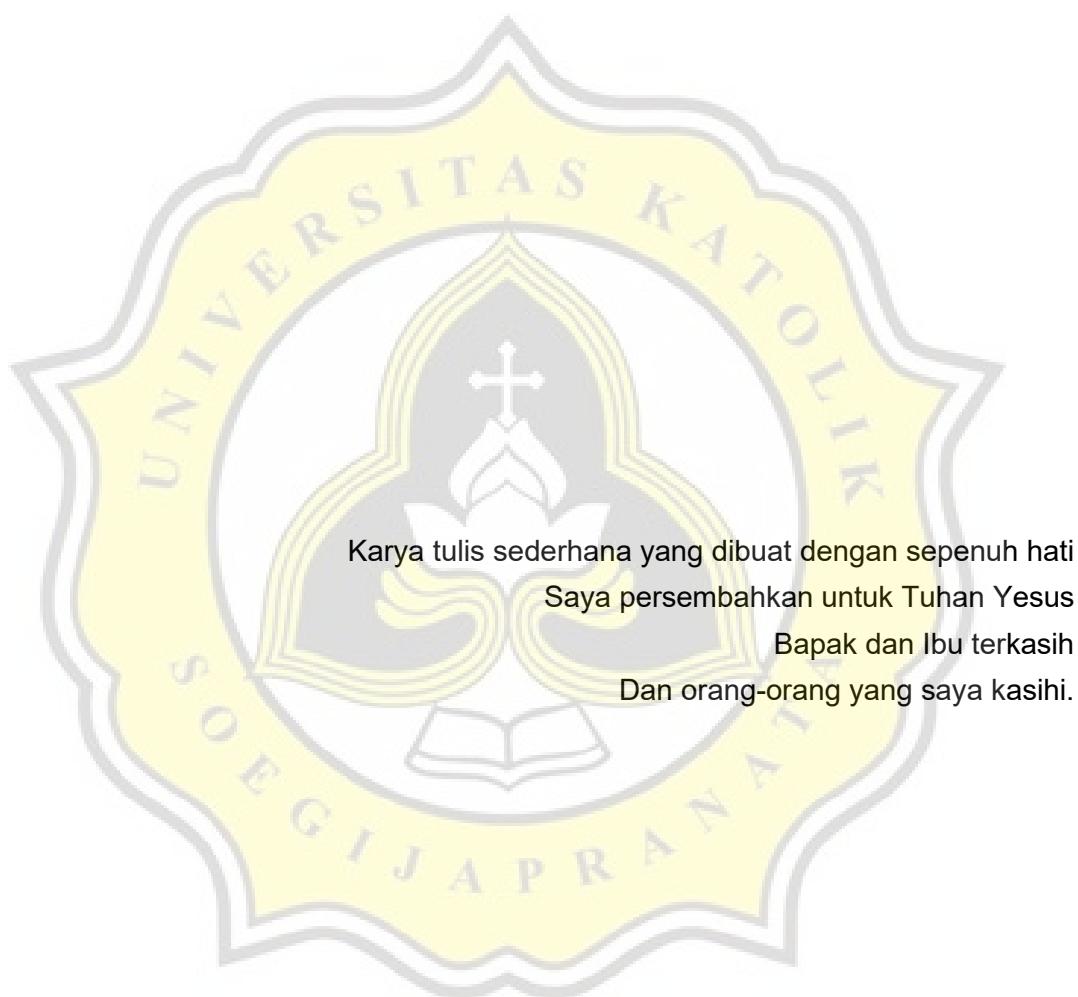
Semarang, 24 Mei 2022

Yang menyatakan



Anggita Refo A.

## HALAMAN PERSEMBAHAN



## **Ucapan Terima Kasih**

Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik bukan karena kekuatan dan perjuangan penulis sendiri. Namun karena kemurahan Tuhan dan tak lepas dari dukungan serta bantuan dari banyak orang. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yesus sebagai Bapa dan Sahabat terbaik penulis yang selalu setia memimpin dan memampukan penulis dalam setiap proses penyusunan skripsi.
2. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes. selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
3. Dr. Suparmi, M.Si., dosen pembimbing sekaligus Ketua Program Studi Fakultas Psikologi yang selalu sabar dan murah hati dalam membimbing penulis selama proses penyusunan skripsi, yang tak hanya memberikan waktu dan tenaga, namun juga dukungan secara emosional.
4. CVR Abimanyu, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen wali penulis yang telah membimbing kepada penulis selama proses menempuh pendidikan sarjana di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
5. Seluruh Bapak/Ibu dosen yang telah membimbing dan membagikan ilmunya dengan murah hati selama penulis menempuh pendidikan sarjana di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata.
6. Seluruh tenaga kependidikan Fakultas Psikologi yang telah berkenan membantu mengurus segala jenis administrasi dan perizinan yang dibutuhkan penulis.
7. Seluruh responden penelitian yang bersedia terlibat dan direpotkan, tanpa bantuan teman-teman penelitian ini tidak akan ada.
8. Suprano dan Setitiningsoh, orang tua penulis yang selalu sabar dan penuh kasih dalam mendidik, mendoakan serta memberikan dukungan dalam segala hal. Satu mimpi berhasil diraih dan semoga capaian ini (dan yang akan datang) dapat membanggakan Bapak dan Ibu.
9. Kedua Mbahkakung dan Mbahuti, Pakdhe-Budhe yang lebih dulu berpulang yang selalu mengingatkan untuk tidak menyerah dalam mengupayakan setiap mimpi.  
Keluarga Bang Sido, Mba Sari, dan Mba Fian yang selalu berkenan menjadi "rumah kedua" selama penulis berada di perantauan.  
Serta segenap keluarga yang memberikan perhatian, doa, dan semangat dalam proses penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
10. Omega Prasetyaningrum sebagai teman terdekat penulis yang selalu ada dan memberikan dukungan yang luar biasa bagi penulis.  
Rizka, Shafira, Vionita, Anggit, Viola, Vemmy sebagai teman dekat dan teman bermain penulis. Apim, teman baik yang mau membantu mengajarkan analisis data kepada penulis. Seluruh teman sekelas psikologi 02 yang berkenan berdinamika Bersama penulis selama proses pendidikan.



## DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan.....	i
Halaman Judul.....	ii
Halaman Pernyataan Orisinalitas.....	iii
Halaman Pengesahan .....	iv
Halaman Pernyataan Publikasi Karya Ilmiah Untuk Kepentingan Akademis .....	v
Halaman Persembahan .....	vi
Ucapan Terima Kasih .....	vii
Motto .....	viii
Daftar Isi .....	ix
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Lampiran.....	xii
Abstrak .....	xiii
Abstract .....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1.    Latar Belakang Masalah .....	1
1.2.    Tujuan Penelitian.....	7
1.3.    Manfaat Penelitian .....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1.    Depresi pada Dewasa Muda.....	7
2.2.    Harga Diri .....	13
2.3.    Dinamika Hubungan Harga Diri dan Depresi pada Dewasa Muda .....	16
2.4.    Hipotesis Penelitian .....	19
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	20
3.1.    Metode Penelitian.....	20
3.2.    Identifikasi Variabel Penelitian .....	20
3.3.    Definisi Operasional.....	20
3.4.    Subjek Penelitian.....	22
3.5.    Alat Pengumpulan Data.....	23
3.6.    Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	24
3.7.    Teknik Analisis Data .....	26
BAB 4 PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN .....	27
4.1.    Orientasi Kancah Penelitian.....	27
4.2.    Persiapan Pengumpulan Data Penelitian.....	28
4.3.    Pelaksanaan Pengumpulan Data Penelitian .....	29
4.4.    Uji Coba Alat Ukur .....	30
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
5.1.    Uji Asumsi .....	34
5.2.    Hasil Analisis Data.....	35

5.3. Pembahasan .....	35
BAB 6 PENUTUP .....	40
6.1. Kesimpulan.....	40
6.2. Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA.....	42
LAMPIRAN .....	45



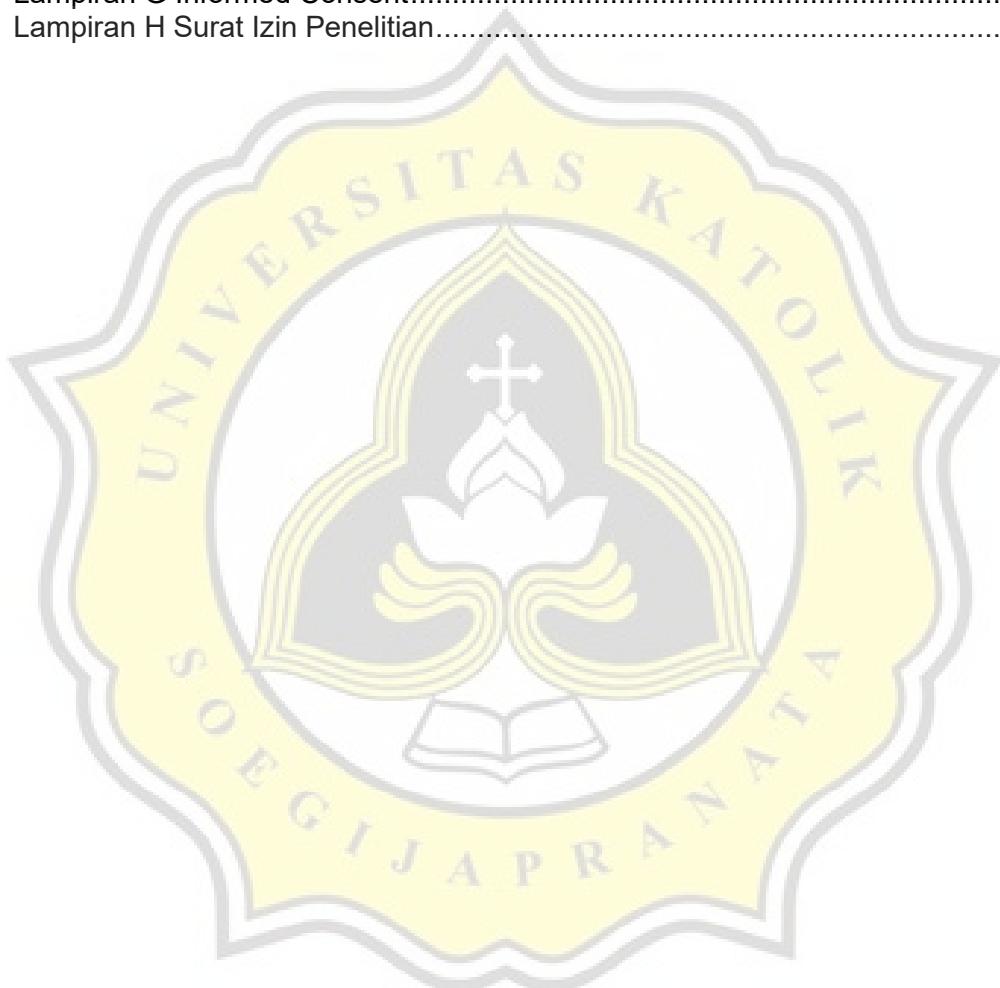
## **DAFTAR TABEL**

Tabel 4. 1 Sebaran data responden.....	28
Tabel 4. 2 Penyebaran nomor item BDI-II .....	32
Tabel 4. 3 Penyebaran nomor item skala RSES .....	33



## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran A Alat Ukur Penelitian .....	46
Lampiran B Data Uji Coba .....	51
Lampiran C Uji Validitas dan Reliabilitas.....	60
Lampiran D Data Penelitian .....	69
Lampiran E Uji Asumsi.....	77
Lampiran F Uji Hipotesis.....	84
Lampiran G Informed Consent.....	86
Lampiran H Surat Izin Penelitian.....	88



## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterkaitan antara harga diri dan depresi pada individu dewasa muda. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif antara harga diri dan depresi pada dewasa muda. Penelitian ini melibatkan 101 responden dewasa muda berusia 18-25 tahun yang berdomisili di Kota Semarang. Teknik sampling yang digunakan adalah *incidental sampling*. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) dan Beck Depression Inventory-II (BDI-II) sebagai instrumen penelitian yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik *product moment Pearson*. Hasil analisis data menunjukkan hubungan sangat signifikan ( $r_{xy} = -0,751$ ,  $p \leq 0,001$ ) yang berarti hipotesis diterima yaitu terdapat keterkaitan negatif antara harga diri dan depresi pada dewasa muda. Dengan kata lain semakin tinggi tingkat harga diri maka tingkat depresi semakin rendah, begitu pula sebaliknya.

Kata kunci : harga diri, depresi, dewasa muda.



## **ABSTRACT**

This study aimed to determine the correlation between self-esteem and depression in young adults. The hypothesis proposed in this study was that there is a negative correlation between self-esteem and depression in young adults. 101 young adults aged 18-25 years old who live in Semarang were involved as respondents. The sampling technique used was incidental sampling. In this study, the authors used the Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) and Beck Depression Inventory-II (BDI-II) as research instruments that have been tested for validity and reliability. The data analysis technique in this study used Pearson's product-moment technique. The data analysis showed a very significant correlation ( $r_{xy} = -0.751$ ,  $p < 0.001$ ), which means that the hypothesis is accepted, namely, that there is a negative correlation between self-esteem and depression in young adults. In other words, the higher the level of self-esteem, the lower the level of depressive symptoms, and vice versa.

Keywords: self-esteem, depression, young adults

