

**HUBUNGAN *SELF-ESTEEM* DAN *LONELINESS* PADA
MAHASISWA LAJANG DI SEMARANG**

SKRIPSI

Gabriela Intan Karveni
21.E1.0340



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2025

HUBUNGAN *SELF-ESTEEM* DAN *LONELINESS* PADA MAHASISWA LAJANG DI SEMARANG

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas
Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian
Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Gabriela Intan Karveni

21.E1.0340



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2025

Hubungan *Self-esteem* dan *Loneliness* Pada Mahasiswa Lajang di Semarang

(The Relationship Between Self-Esteem dan Loneliness Among Single College Students in Semarang)

Gabriela Intan Karveni, Cicilia Tanti Utami

Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

Abstrak

Kesepian merupakan masalah psikologis yang umum dialami oleh mahasiswa lajang, terutama di masa transisi menuju kedewasaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan *loneliness* pada mahasiswa lajang di Semarang. Pendekatan kuantitatif korelasional digunakan dalam penelitian ini, dengan jumlah partisipan sebanyak 117 mahasiswa berusia 18–25 tahun yang berstatus lajang. Instrumen yang digunakan adalah De Jong Gierveld *Loneliness Scale* dan skala *self-esteem* yang dikembangkan berdasarkan teori Heatherton & Wyland (2003). Analisis data dilakukan menggunakan teknik non-parametrik Spearman's rho karena data tidak berdistribusi normal. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-esteem* dan *loneliness* dengan nilai $r_s = -0,715$ dan $p < 0,01$. Artinya, semakin tinggi tingkat *self-esteem* seseorang, maka semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan, dan sebaliknya. Temuan ini menunjukkan bahwa *self-esteem* memainkan peran penting dalam mengurangi rasa kesepian pada mahasiswa lajang, sehingga intervensi yang meningkatkan *self-esteem* berpotensi menurunkan resiko *loneliness*.

Kata kunci: Dewasa awal, kesepian, *self-esteem*

Abstract

Loneliness is a common psychological issue among single college students, especially during the transition to adulthood. This study aims to examine the relationship between self-esteem and loneliness in single students in Semarang. A quantitative correlational approach was used, involving 117 participants aged 18–25 who is single. The instruments applied were the De Jong Gierveld Loneliness Scale and a self-esteem scale developed based on Heatherton & Wyland's (2003) theory. Data were analyzed using Spearman's rho non-parametric technique due to the non-normal distribution of the data. The results revealed a significant negative correlation between self-esteem and loneliness, with $r_s = -0.715$ and $p < 0.01$. This indicates that the higher an individual's self-esteem, the lower their level of loneliness, and vice versa. The findings highlight the crucial role of self-esteem in reducing feelings of loneliness among single students. Therefore, interventions aimed at enhancing self-esteem may help decrease the risk of loneliness.

Keywords: Emerging adulthood, loneliness, *self-esteem*