

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Self-Disclosure* di Media Sosial dan *Emotion-Focused Coping* pada Wanita Dewasa Muda” ini ditulis oleh Ekfaul Danis, NIM.1860308222149, dengan bimbingan Femita Adelina, M.Si.

Kata Kunci: *Self-Disclosure*, Media Sosial, *Emotion-Focused Coping*, Wanita Dewasa Muda.

Fokus utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self-disclosure* di media sosial dengan *emotion-focused coping* pada wanita dewasa muda. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan melibatkan 235 subjek berusia 18–25 tahun yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data penelitian dikumpulkan melalui platform daring menggunakan dua jenis instrumen, yakni skala *self-disclosure* dan skala *emotion-focused coping*. *oes not change linearly* penelitian, mayoritas responden memiliki tingkat *self-disclosure* pada kategori sedang sebesar 70,64%. Sementara itu, tingkat *emotion-focused coping* responden berada pada kategori sedang sebesar 71,49% dan kategori tinggi sebesar 16,17%. Berdasarkan uji korelasi *Spearman Rank*, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,093 dengan nilai signifikansi sebesar 0,157 ($p > 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-disclosure* di media sosial dan *emotion-focused coping* pada wanita dewasa muda, sehingga hipotesis penelitian ditolak. Artinya, aktivitas keterbukaan diri atau mencurahkan perasaan di media sosial tidak berjalan searah dan tidak menjadi penentu tinggi-rendahnya kapasitas strategi pengelolaan emosi yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi tekanan psikologis.

ABSTRACT

This thesis, titled “The Correlation Between Self-Disclosure on Social Media and Emotion-Focused Coping in Young Adult Women”, was written by Ekfaul Danis, NIM.1860308222149, under the supervision of Femita Adelina, M.Si.

Keywords: *Self-Disclosure, Social Media, Emotion-Focused Coping, Emerging Adult Women.*

The primary focus of this study was to examine the relationship between social media self-disclosure and emotion-focused coping among emerging adult women. Utilizing a quantitative correlational approach, this study involved 235 subjects aged 18–25 years selected through a purposive sampling technique. Data were collected online using two measurement instruments: a self-disclosure scale and an emotion-focused coping scale. The findings revealed that the majority of respondents exhibited a moderate level of social media self-disclosure at 70.64%. Meanwhile, their emotion-focused coping levels were predominantly categorized as moderate (71.49%) and high (16.17%). Based on the Spearman Rank correlation test, the correlation coefficient (r) was found to be 0.093 with a significance value of 0.157 ($p > 0.05$). These results indicate that there is no significant relationship between social media self-disclosure and emotion-focused coping among emerging adult women, thereby rejecting the research hypothesis. This implies that the act of disclosing personal information or venting on social media platforms does not change linearly with, nor determine, the level of emotional management strategies an individual employs when facing psychological distress.

الخالصة

أعدت هذه الرسالة الجامعية بعنوان «العلاقة بين الإفصاح عن الذات على وسائل التواصل الاجتماعي والتكيف المرتكز على العواطف لدى الشابات» بقلم إكفول دانييس، رقم الطالب 1860308222149، تحت إشراف فيميثا أديلينا، ماجستير في العلوم

الكلمات المفتاحية: الإفصاح عن الذات، وسائل التواصل الاجتماعي، التكيف المرتكز على العواطف، الشابات

يتمثل الهدف الرئيسي لهذه الدراسة في تحديد العلاقة بين الكشف عن الذات على وسائل التواصل الاجتماعي والتكيف المرتكز على العواطف لدى الشابات. وقد استخدمت هذه الدراسة نهجاً كمياً ارتباطياً شمل 235 مشاركة تتراوح أعمارهن بين 18 و25 عامًا، تم اختيارهن من خلال تقنية العينات الموجهة. تم جمع بيانات البحث عبر منصة إلكترونية باستخدام أداتين، هما مقياس الكشف عن الذات ومقياس التكيف المرتكز على العاطفة. استناداً إلى نتائج البحث، سجل غالبية المشاركات مستوى متوسطاً من الكشف عن الذات بنسبة 70,64%. في حين سجل مستوى التكيف المرتكز على العاطفة لدى المشاركات نسبة 71,49% في الفئة المتوسطة و16,17% في ، تم الحصول على قيمة معامل (Spearman Rank) الفئة العالية. وبناءً على اختبار ارتباط سيرمان للترتيب تشير هذه النتائج إلى عدم وجود علاقة ذات ($p > 0,05$) تبلغ 0,093 مع قيمة دلالة تبلغ 0,157 (r) الارتباط دلالة إحصائية بين الكشف عن الذات على وسائل التواصل الاجتماعي والتكيف المرتكز على العواطف لدى الشابات، وبالتالي تم رفض فرضية البحث. وهذا يعني أن أنشطة الكشف عن الذات أو التعبير عن المشاعر على وسائل التواصل الاجتماعي لا تسير في اتجاه واحد ولا تشكل عاملاً محدداً لارتفاع أو انخفاض قدرة الفرد على إدارة العواطف في مواجهة الضغوط النفسية