

HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DENGAN TINGKAT STRES PADA DEWASA AWAL KORBAN *GHOSTING*

Hulda Isa Waweini

¹²Universitas Mercubuana Yogyakarta
12200810563@student.mercu-buana.yogya.ac.id
¹²082253722007

Abstrak

Masa dewasa awal adalah masa terbentuknya kemandirian seorang individu secara pribadi dan ekonomi, seperti perkembangan karir, pemilihan pasangan hidup dan membangun keluarga. *Self esteem* adalah sikap positif atau negatif terhadap diri untuk merasa dirinya berharga dan rasa hormat terhadap diri sendiri. Stres adalah sejauhmana individu menilai suatu peristiwa dalam hidupnya sebagai suatu peristiwa stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan tingkat stres pada dewasa awal korban *ghosting*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *self esteem* dengan tingkat stres pada dewasa awal korban *ghosting*. Subjek dalam penelitian ini adalah 116 dewasa awal yang berusia 20 hingga 30 tahun dan merupakan korban *ghosting*. Pengambilan data menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* dan *Perceived Stress Scale*. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Hasil analisis uji korelasi *product moment* pada penelitian ini menghasilkan nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$) yang artinya terdapat hubungan antara tingkat stres dengan *self esteem* pada dewasa awal korban *ghosting*. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Selain itu, diperoleh hasil koefisiensi determinasi $R^2 = 0,504$, artinya variabel *self esteem* mempengaruhi sebesar 50,4% dari keseluruhan varian pada variabel tingkat stres dan sisanya sebesar 49,6% disumbangkan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: *ghosting*, *self esteem*, tingkat stres

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF ESTEEM AND STRESS LEVELS IN EARLY ADULT GHOSTING VICTIMS

Hulda Isa Waweini

¹²Universitas Mercubuana Yogyakarta
12200810563@student.mercu-buana.yogya.ac.id
¹²082253722007

Abstract

Early adulthood is the period during which an individual's personal and economic independence is formed, such as career development, partner selection, and family building. Self-esteem is a positive or negative attitude towards oneself to feel valuable and respect oneself. Stress is the extent to which an individual evaluates an event in their life as a stressful event. This study aims to investigate the relationship between self-esteem and stress levels among early adults who have experienced ghosting. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between self-esteem and stress levels among early adults who have experienced ghosting. The subjects in this study were 116 early adults aged 20 to 30 years old who were victims of ghosting. Data collection used the Rosenberg Self-Esteem Scale and the Perceived Stress Scale. The data analysis technique used was the product-moment correlation. The analysis of the product-moment correlation test in this study produced a p-value of less than 0.001 ($p < 0.05$), indicating that there is a relationship between stress levels and self-esteem among early adults who have experienced ghosting. This finding suggests that the hypothesis proposed is accepted. Additionally, the study obtained a coefficient of determination $R^2 = 0.504$, indicating that the self-esteem variable influences 50.4% of the total variance in the stress variable, while the remaining 49.6% is contributed by other variables not investigated in this study.

Keywords: ghosting, self-esteem, stress, levels