

# Hubungan Antara Harga Diri dan Komunikasi Interpersonal dengan Kebahagiaan dalam Berpacaran

Itsna Aisyat Sakina<sup>1\*</sup>, and Agustin Handayani<sup>2</sup>

<sup>1,2)</sup> Psychology, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

\*Corresponding Author: Itsna Aisyat Sakina. Email: [itsnaisyat@std.unissula.ac.id](mailto:itsnaisyat@std.unissula.ac.id)

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan dalam berpacaran. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Ekonomi Program Studi Manajemen angkatan 2021 dengan jumlah sampel sebanyak 61 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan cluster random sampling. Penelitian ini menggunakan tiga alat ukur, yakni skala kebahagiaan yang terdiri dari 21 aitem dengan koefisien realibilitas 0,824, skala harga diri yang terdiri dari 20 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,869, dan skala komunikasi interpersonal terdiri dari 20 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,809. Analisis data menggunakan analisis regresi berganda dan korelasi parsial. Hasil uji regresi berganda diperoleh skor  $R=0,686$  dan  $F_{hitung}= 25.769$  dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p<0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dan komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan dalam berpacaran sehingga hipotesis pertama diterima. Uji korelasi parsial antara harga diri dengan kebahagiaan diperoleh skor korelasi  $r_{x1y} = 0,426$  dengan taraf signifikansi 0,001 ( $p<0,05$ ), artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan kebahagiaan, maka hipotesis kedua diterima. Uji korelasi parsial antara komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan diperoleh skor korelasi  $r_{x2y} = 0,440$  dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p<0,05$ ), artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan, maka hipotesis ketiga diterima. Sumbangan efektif yang diberikan variable harga diri dan komunikasi interpersonal terhadap kebahagiaan adalah sebesar 47,1%.

**Kata Kunci:** kebahagiaan, harga diri, komunikasi interpersonal.

## Abstract

*This research aims to determine the relationship between self-esteem and interpersonal communication with happiness in dating. The population used in this research were student college from the Faculty of Economics, Management Study program class of 2021 with a sample were 61 respondents. The sampling technique uses cluster random sampling. This research uses three measuring instruments, namely a happiness scale consisting of 21 items with a reliability coefficient is 0,824, a self-esteem scale consisting of 20 items with a reliability coefficient is 0,869, and an interpersonal communication scale consisting of 20 items with a reliability coefficient is 0,809. Data analysis uses multiple regression analysis and partial correlation. The results of the multiple regression test obtained a score of  $R=0,686$  and  $F_{count}= 25.769$  with a significance level is 0,000 ( $p<0.05$ ). this shows that there is a significant positive relationship between self-esteem and interpersonal communication and happiness in dating so that the first hypothesis is accepted. The partial correlation test between self-esteem and happiness obtained a score of correlation  $r_{x1y} = 0,426$  with a significance level is 0,001 ( $p<0.05$ ) meaning that there is a significant positive relationship between self-esteem and happiness, so the second hypothesis is accepted. The partial correlation test between interpersonal*

*communication and happiness obtained a score of correlation  $r_{x_2y} = 0,440$  with a significance level is  $0,000$  ( $p < 0.05$ ) meaning that there is a significant positive relationship between interpersonal communication and happiness, so the third hypothesis is accepted. The effective contribution made by self-esteem and interpersonal communication variables to happiness is 47,1%.*

**Keyword:** *Happiness, Self-esteem, Interpersonal Communication*

## 1. Pendahuluan

Masa dewasa awal ialah transisi periode remaja ke periode dewasa. Menurut Erikson (Santrock, 2010) tahap keenam dari delapan tahap perkembangan manusia adalah tahap *intimacy vs isolation* yang terjadi pada usia 20-30 tahun, yaitu tahap pembentukan hubungan yang akrab secara intim dengan orang lain yang terjadi pada masa awal-awal dewasa. Individu yang mempunyai hubungan akrab secara intim pada orang lain merupakan individu yang berhasil menjalankan tugas perkembangannya, begitupun sebaliknya, jika individu tidak dapat menjalin relasi akrab secara intim dengan orang lain, dapat dikatakan individu tersebut tidak dapat menjalankan tugas perkembangannya. Pada tahap *intimacy vs isolation*, individu menjalin hubungan lebih serius dengan orang lain. Contoh penggambaran dari tahapan perkembangan tersebut, yakni cinta dengan menjalani hubungan romantis seperti pacaran.

Hubungan pacaran adalah hubungan saling mengakui yang dicirikan dengan intensitas keintiman yang lebih besar dan ekspresi kasih sayang (Gómez-López dkk., 2019). Melalui pacaran, individu dapat mengenal pasangannya lebih dekat supaya mengetahui kepribadian dari masing-masing pasangan untuk mencapai tujuan hubungan yang sakral, yaitu pernikahan. Penerimaan positif satu sama lain juga diperlukan dalam suatu hubungan guna meningkatkan keberhargaan diri pada setiap individu. Dinamika hubungan pacaran bisa berubah, terkadang pasangan selalu diliputi kebahagiaan dan jarang terjadi konflik, namun terkadang ada masalah yang menimbulkan perselisihan antar individu. Konflik yang sering muncul dalam hubungan pacaran adalah masalah kepercayaan, kesalahpahaman, kesetiaan, komunikasi yang tidak efektif, tidak dihargai, tidak didukung, direndahkan, perilaku agresif, perbedaan pendapat sampai pada titik ketidakcocokan dengan sikap masing-masing. Tujuan utama individu membangun hubungan dengan orang lain adalah untuk mendapatkan lebih banyak kesenangan dan kurangnya rasa sakit (DeVito, 1997). Namun, pada kenyataannya, orang yang sedang menjalin hubungan pacaran tidak bisa menghindari konflik, sehingga pasangan tidak bahagia dalam menjalani hubungan. Tentu saja dengan kondisi seperti itu semakin mempertegas bahwa hubungan pacaran penting dan perlu dijalani dengan baik bagi dewasa awal, agar masalah-masalah tersebut dapat dihindarkan. Dengan demikian, individu perlu menjalin hubungan yang baik dengan pasangannya dan menciptakan kebahagiaan dalam hubungan.

Seligman (2005) mengatakan kebahagiaan adalah keadaan emosi positif pada individu serta kegiatan positif yang mereka nikmati. Perasaan bahagia individu hadir dari perasaan cinta merupakan hal yang paling umum terjadi. Ketika individu bertemu dengan orang yang dicintainya, cinta merupakan bentuk dari emosi positif yang intens dengan kebahagiaan (Nabilla dan Widyastuti, 2022), hal ini membuktikan adanya perasaan kasih sayang membuat seseorang bahagia. Sebagaimana dengan data Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan indeks kebahagiaan Indonesia pada tahun 2021 mencapai 71,49%. Hal ini mengalami peningkatan sebesar 0,8% dibandingkan tahun

2017. Penyusunannya adalah indeks dimensi kepuasan hidup sebesar 75,16%, indeks dimensi perasaan (affect) sebesar 65,61%, dan indeks dimensi makna hidup sebesar 73,12%. Selain itu, BPS juga menemukan data bahwa masyarakat perkotaan memiliki indeks kebahagiaan lebih tinggi, yaitu sebesar 71,73% dibandingkan dengan masyarakat pedesaan sebesar 71,17% (Suchaini, 2021). Namun, tidak jarang bagi orang-orang yang menjalin hubungan pacaran justru tidak menjaga dan mengelola hubungan mereka dengan baik, sehingga rentan menimbulkan konflik yang pada akhirnya dapat menyebabkan kandasnya hubungan.

Adapun faktor yang mempengaruhi kebahagiaan dalam hubungan, contohnya harga diri. Heatherton & Polivy (1991) menyatakan harga diri adalah perilaku evaluasi diri sebagai realisasi keyakinan individu, meliputi kemampuan, keterampilan, dan hubungan sosial dengan komponen berupa performance, social, dan physical. Harga diri yang sehat dapat membantu seseorang lebih mencintai diri dan mudah dalam menjalin relasi dengan orang lain. Sebagaimana harga diri individu sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan romantik dengan pasangan mereka yang sangat penting untuk kebahagiaan dalam hubungan. Hal ini merupakan kebutuhan fundamental, yaitu penerimaan positif dari orang lain. Orang akan bahagia jika memiliki harga diri yang tinggi. Tingkat harga diri pada individu berpengaruh pada tingkah lakunya. Cara individu berinteraksi dengan dirinya akan mempengaruhi cara mereka berinteraksi dengan orang lain. Begitupun sebaliknya, cara mereka berinteraksi dengan orang lain akan mempengaruhi cara mereka berinteraksi dengan diri mereka sendiri.

Selain itu, hal yang mempengaruhi kebahagiaan dalam hubungan berpacaran adalah komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal sangat diperlukan karena untuk menghindari kesalahpahaman yang dapat mengakibatkan kandasnya hubungan. Menurut Devito (2016) komunikasi interpersonal merupakan pengutaraan pesan secara verbal maupun non-verbal antara dua atau lebih individu yang saling mempengaruhi satu sama lain. Dalam suatu hubungan tentunya mengalami masa naik dan turun. Terkadang, individu diliputi oleh perasaan bahagia, begitu pula terjadi konflik dalam hubungan. Namun, hal tersebut dapat teratasi melalui komunikasi yang baik antar individu. Komunikasi dapat meminimalkan konflik antar pasangan, memicu diskusi untuk mencapai keselarasan pendapat. Seperti dalam kisah cinta inspiratif pasangan mantan presiden republik Indonesia ke-3 yaitu Bacharuddin Jusuf Habibie dengan Hasri Ainun Besari, mereka hidup bersama dengan harmonis yang dipenuhi cinta kasih dan langgeng hingga akhir hayat yang memisahkan keduanya (Firdausi dan Arjanto, 2022). Selain itu, pasangan yang memiliki komunikasi yang buruk rawan mengalami konflik sehingga dapat menyebabkan pasangan tidak bahagia dan berakhir keretakan pada hubungan. Salah satu contoh kasus yang terkait dengan putusnya hubungan dikarenakan komunikasi yang buruk adalah kasus yang dialami oleh pasangan selebritis Fuji dan Thariq Halilintar, Fuji mengaku memiliki sifat lebih dominan dibandingkan dengan Thariq, sehingga hal ini menciptakan komunikasi yang buruk di antara keduanya (Nurhayati, 2023). Devito (2004) mengatakan ada beberapa karakteristik seseorang yang memiliki komunikasi interpersonal yang tinggi adalah terbuka, empati, positif, suportif, dan kesetaraan saat berinteraksi. Begitupun sebaliknya, seseorang yang memiliki komunikasi interpersonal rendah cenderung tertutup, pasif dalam menanggapi, tidak dapat menerima perbedaan, dan sulit mengungkapkan perasaan dan pikirannya.

Terdapat beberapa penelitian yang sejenis terkait harga diri dengan kebahagiaan, salah satunya adalah penelitian Julianto (2020) yang menyelidiki hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami toxic relationship dengan kesehatan psikologis dengan hasil terdapat hubungan antara harga diri dengan kebahagiaan secara signifikan. Semakin tinggi harga diri, maka semakin tinggi kebahagiaan, begitupun sebaliknya. Kemudian, terdapat penelitian sebelumnya terkait komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan, salah satunya adalah penelitian Nurhayati (2017) tentang hubungan komunikasi interpersonal serta pemaafan terhadap kebahagiaan suami istri dengan hasil terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal dan pemaafan dengan kebahagiaan. Penemuan ini menunjukkan bahwa individu merasa lebih bahagia ketika komunikasi interpersonal yang terjalin efektif dan diiringi peningkatan pemaafan pada pasangan.

Perbedaan antara penelitian dahulu dengan penelitian yang dikerjakan peneliti ada pada variabel dan alat ukur. Peneliti tertarik dan ingin meneliti hubungan antara harga diri dan komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan pada dewasa awal, yaitu mahasiswa dengan usia 20 tahun hingga 30 tahun yang sedang menjalani hubungan pacaran. Karena pada masa ini hubungan intim mulai berlaku dan berkembang, individu mulai mencari pasangan, serta adanya eksperimen dan eksplorasi dalam berbagai hal.

## 2. Tinjauan Pustaka

### 2.1 Kebahagiaan

Seligman (2002) menyatakan kebahagiaan adalah ketika seseorang lebih cenderung mengenang atau mengingat hal-hal yang menyenangkan. Kebahagiaan juga merupakan ke hasil dari belajar tentang diri sendiri dan hidup yang melibatkan emosi positif, seperti merasa nyaman, bahagia, dan terlibat dalam aktivitas positif yang disukai. Seligman (2002) menyatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, antara lain: harga diri, abadi, emosi positif, optimis, uang, pernikahan, hubungan sosial, emosi negatif, usia, kesehatan, agama. Terdapat 3 aspek kebahagiaan menurut Seligman (Peterson dkk., 2005) yaitu: pertama, kehidupan yang bermakna (*meaningful life*) adalah Individu memiliki makna dalam hidup, seperti semangat melayani, berkontribusi, dan bermanfaat bagi orang lain. Kedua, kehidupan yang menyenangkan (*pleasant life*) adalah kebahagiaan individu dengan pengalaman yang menyenangkan yang tinggi dan rendahnya pengalaman yang tidak menyenangkan. Ketiga, keterlibatan diri (*life of engagement*) adalah individu mengerahkan seluruh aspek yang terdapat dalam diri individu dalam melakukan aktivitas kehidupan. Seligman (Jakubovská & Waldnerová, 2020) menyatakan beberapa karakteristik kebahagiaan, antara lain: memiliki sikap optimis, menyikapi masa lalu, masa kini, dan masa depan dengan cara yang konstruktif, individu dapat menemukan makna dalam hidup, dapat menghindari depresi akibat kegagalan, memiliki kreativitas, dapat mengubah aktivitas yang membosankan menjadi suatu hal yang menantang dan menyenangkan, dapat memahami bahwa diri tidak sendirian ada orang lain yang dapat membantu di masa sulit, memiliki tujuan hidup, dapat bekerja dalam kondisi apapun, mandiri, fleksibel.

### 2.2 Harga Diri

Heatherton & Polivy (1991) mendefinisikan harga diri sebagai suatu penilaian diri terhadap pikiran, perasaan, dan perilaku. Harga diri juga merupakan perilaku evaluasi diri sebagai realisasi keyakinan individu, meliputi kemampuan, keterampilan, dan hubungan sosial dengan komponen

berupa performance, social, dan physical. Heatherton & Polivy (1991) menyatakan harga diri mempunyai tiga aspek, antara lain: pertama, performance self-esteem adalah evaluasi yang dilakukan individu menyangkut kemampuannya, seperti bagaimana ia yakin akan kemampuannya dalam melakukan sesuatu. Kemampuan umum seseorang meliputi, kemampuan intelektual, prestasi akademik, rasa percaya diri, dan kompetensi diri. Kedua, social self-esteem adalah harga diri sosial adalah pemahaman dan persepsi seseorang tentang diri mereka sebagai objek sosial. Ini terkait dengan cara mereka melihat persepsi orang lain. Individu dengan harga diri sosial yang tinggi akan memiliki harga diri yang tinggi, sedangkan individu dengan harga diri sosial yang rendah akan merasa tidak nyaman saat berada di depan umum dan khawatir tentang bagaimana orang lain melihat mereka. Ketiga, physical appearance self-esteem adalah evaluasi individu dan persepsi pada penampilan, yakni tentang bagaimana individu memandang penampilannya, termasuk kemampuan, daya tarik, dan citra tubuh. Heatherton & Polivy (1991) membagi karakteristik harga diri menjadi dua, antara lain: pertama, harga diri tingkat tinggi pada individu memiliki karakteristik merasa nyaman dengan diri mereka sendiri, mampu mengatasi tantangan, mereka meyakini bahwa bahwa diri mereka dihargai dan dihormati oleh orang lain, memiliki kompetensi diri, berprestasi, rasa percaya diri, citra diri dan citra tubuh yang baik. Kedua, harga diri tingkat rendah pada individu memiliki karakteristik merasa tidak percaya diri, melihat dunia dengan pandangan negatif, ketidaksukaan terhadap dirinya sendiri, memiliki citra diri dan citra tubuh yang buruk.

### 2.3 Komunikasi Interpersonal

DeVito (2016) menyatakan komunikasi interpersonal adalah interaksi yang saling bergantung secara verbal dan nonverbal antara dua orang atau lebih. Fungsi komunikasi interpersonal antara lain: memenuhi kebutuhan psikologis dan pertemuan sosial, meningkatkan kesadaran diri, memperkuat hubungan dengan orang lain, memperoleh banyak informasi, dan memiliki kemampuan untuk mempengaruhi atau dipengaruhi orang lain. DeVito (2016) menyatakan terdapat 5 aspek komunikasi interpersonal, antara lain: a) Keterbukaan ialah menggambarkan bagaimana komunikator dan komunikan dapat berinteraksi secara jujur. b) Empati ialah memposisikan diri secara kognitif dan emosional pada posisi orang lain. c) Sikap mendukung ialah sikap mendukung dapat menurunkan komunikasi defensif yang merupakan kualitas komunikasi yang lebih baik. d) Positif ialah individu yang positif juga akan berbicara positif. e) Dorongan ialah perilaku menumbuhkan rasa hormat terhadap keberadaan orang lain dapat mendorong perspektif positif. e) Kesetaraan adalah keyakinan bahwa setiap orang memiliki sesuatu yang berharga untuk diberikan. Terdapat 5 karakteristik komunikasi interpersonal menurut DeVito (Dewi & Astuti, 2022) antara lain: melibatkan dua individu atau lebih yang saling bergantung, bersifat relasional, melibatkan pesan verbal dan nonverbal, terdiri dari berbagai bentuk (tatap muka, kombinasi komunikasi online atau offline), melibatkan berbagai pilihan dalam mengambil tindakan.

## 3. Metode

Penelitian kali ini memakai metode kuantitatif dan berfokus pada analisis data numerik yang dikumpulkan melalui analisis statistik. Penelitian kuantitatif menunjukkan relevansi hubungan antar variabel atau perbedaan kelompok (Azwar, 2017). Pada penelitian ini peneliti menggunakan 3 variabel, yaitu variabel kebahagiaan sebagai variabel tergantung serta variabel harga diri dan variabel

komunikasi interpersonal sebagai variabel bebas. Skala kebahagiaan disusun oleh peneliti mengacu pada aspek-aspek Seligman (Peterson dkk., 2005) yang meliputi adanya aspek kehidupan yang bermakna (*meaningful life*), kehidupan yang menyenangkan (*pleasant life*), dan keterlibatan diri (*life of engagement*). Skala harga diri dirancang peneliti berdasarkan peneliti adaptasi dari skala pada penelitian Putri (2023) yang memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,879 dari koefisien *Alpha Cronbach* mengacu pada aspek-aspek Heatherton & Polivy (1991), antara lain *performance self-esteem*, *social self-esteem*, dan *physical appearance self-esteem*. Skala komunikasi interpersonal disusun oleh peneliti adaptasi dari skala pada penelitian Saputri (2021) yang memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,918 dari koefisien *Alpha Cronbach*. Skala ini mengacu pada aspek-aspek Devito (2016) yang mencakup keterbukaan, empati, positif, sikap mendukung, serta kesetaraan.

Populasi penelitian ini yakni mahasiswa yang berpacaran minimal 6 bulan di Universitas Semarang, khususnya mahasiswa jenjang S1 fakultas Ekonomi Program Studi Manajemen angkatan 2021 yang berjumlah 263 orang. Subjek skala uji coba yang memenuhi kriteria responden berjumlah 72 orang. Subjek penelitian yang memenuhi kriteria reponden berjumlah 61 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *cluster random sampling*, yaitu mengambil anggota di populasi dengan acak tanpa melihat stratifikasi di populasi (Sugiyono, 2013). Metode pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner, yaitu metode pengumpulan data yang mencakup sejumlah pertanyaan yang disusun secara sistematis dan diberikan kepada subjek. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi berganda dan korelasi parsial melalui bantuan program SPSS versi 24.

#### 4. Hasil and Diskusi

Uji daya beda aitem pada skala kebahagiaan memberikan hasil dari total 30 aitem diperoleh 21 aitem berdaya beda tinggi dari  $rix \leq 0,25$  dengan indeks kisaran antara 0,259 - 0,637. Sedangkan aitem berdaya beda rendah diperoleh 9 aitem dengan indeks kisaran antara 0,165 - 0,248. Hasil nilai reliabilitas yang didapatkan menggunakan bantuan koefisiensi Alpha Cronbach sebanyak 0,824. Uji daya beda aitem pada skala harga diri memberikan hasil dari total 24 aitem diperoleh 20 aitem berdaya beda tinggi dari  $rix \leq 0,25$  beserta indeks kisaran antara 0,289 - 0,680. Sedangkan aitem berdaya beda rendah diperoleh 4 dengan indeks kisaran antara 0,070 - 0,244. Hasil nilai reliabilitas yang didapatkan menggunakan bantuan koefisiensi Alpha Cronbach sebanyak 0,869. Uji daya beda aitem pada skala komunikasi interpersonal memberikan hasil dari total 28 aitem diperoleh 20 aitem dengan daya beda tinggi dari  $rix \leq 0,25$  dengan indeks kisaran antara 0,317 - 0,548. Sedangkan aitem berdaya beda rendah sejumlah 8 aitem dengan indeks kisaran antara -0,040 - 0,235. Hasil nilai reliabilitas yang didapatkan dengan menggunakan bantuan koefisiensi Alpha Cronbach sebanyak 0,809.

Uji normalitas diadakan guna menentukan data penelitian berdistribusi normal ataupun tidak normal. Teknik yang dipakai yakni teknik uji One-Sample Kolomogorov-Smirnovt. Hasil uji normalitas pada variabel kebahagiaan memperoleh taraf signifikansi sebanyak 0,200 yakni  $p > 0,05$  mengartikan data penelitian variabel kebahagiaan berdistribusi normal. Uji normalitas pada variabel harga diri memperoleh taraf signifikansi sebanyak 0,200 yakni  $p > 0,05$  mengartikan data penelitian variabel harga diri berdistribusi normal. Uji normalitas pada variabel komunikasi interpersonal memperoleh

taraf signifikansi sebanyak 0,200 yakni  $p > 0,05$  mengartikan data penelitian variabel komunikasi interpersonal distribusi normal.

Uji linieritas diadakan guna menentukan hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung linier atau nonlinier. Uji linieritas antara kebahagiaan (Y) dengan harga diri (X1) menghasilkan skor Fliner sebanyak 36.615 beserta tingkat signifikan 0,000 yakni  $p < 0,05$ , hasil ini jadi bukti jika kedua variabel memiliki hubungan secara linier. Sementara itu, kebahagiaan (Y) dengan komunikasi interpersonal (X2) menghasilkan skor Flinier sebanyak 36.869 dengan tingkat signifikansi 0,000 yakni  $p < 0,05$ , hasil ini membuktikan kalau kedua variabel mempunyai hubungan linier.

Uji multikolinieritas diadakan guna melihat apakah variabel bebas di model regresi berkorelasi satu sama lain. Uji multikolinieritas dilakukan dengan teknik regresi yang dilihat dari skor Variance Inflation Factor (VIF) menghasilkan angka  $< 10,00$  dan skor tolerance  $> 0,10$ . Hasil uji multikolinieritas diperoleh skor tolerance sebanyak 0,768 berarti lebih dari 0,1 dan skor VIF sebanyak 1.301 artinya kurang dari 10,00. Dari hasil ini, maka bisa disimpulkan jika tidak terjadi multikolinieritas antar variabel bebas.

Langkah selanjutnya adalah uji hipotesis. Uji hipotesis pertama memberikan hasil yakni hipotesis pertama diterima, yakni ditemukan hubungan antara harga diri dan komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan dalam berpacaran serta diperoleh nilai R sebesar 0,686, F hitung sebanyak 25.769 beserta signifikan sejumlah 0,000 ( $p < 0,05$ ). Koefisien determinasi sebesar 0,471 untuk harga diri dan komunikasi interpersonal. Hasil tersebut menunjukkan kebahagiaan dalam berpacaran dipengaruhi sebesar 47,1% oleh harga diri dan komunikasi interpersonal, sedangkan sebesar 52,9% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian seperti emosi positif dan negatif, usia, kesehatan, hubungan sosial, dan rasa optimis.

Uji korelasi parsial digunakan untuk menguji hipotesis kedua. Tujuan uji ini adalah untuk menentukan apakah ada hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung dan salah satu variabel tergantung yang dikontrol. Hipotesis kedua menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara harga diri dengan kebahagiaan dalam berpacaran. Hasil uji korelasi parsial untuk hipotesis kedua menunjukkan  $r_{x1y}$  sebesar 0,426 dengan signifikansi 0,001 ( $< 0,05$ ). Hal ini berarti, hipotesis kedua diterima bahwa ditemukan hubungan positif signifikan antara harga diri dengan kebahagiaan dalam berpacaran.

Uji korelasi parsial digunakan untuk menguji hipotesis ketiga. Tujuan uji ini adalah untuk menentukan apakah ada hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung dan salah satu variabel tergantung yang dikontrol. Hipotesis ketiga menyatakan bahwa ditemukan hubungan positif signifikan antara komunikasi interpersonal dan kebahagiaan. Hasil uji korelasi parsial pada hipotesis kedua menunjukkan skor  $r_{x2y}$  sebesar 0,440 dengan signifikansi 0,000 ( $< 0,05$ ). Oleh karena itu, hipotesis ketiga bisa diterima yaitu ditemukan hubungan positif signifikan antara komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan dalam berpacaran.

Hasil pada penelitian kali ini memperlihatkan jika kebahagiaan berpacaran mahasiswa Fakultas Ekonomi Program Studi Manajemen S1 Universitas Semarang berada pada kategori tinggi, yakni mahasiswa yang berpacaran memiliki kesesuaian dengan tujuan menjalin hubungan yang terwujud dalam hubungan pacaran yang dijalani. Harga diri pada mahasiswa yang berpacaran berada pada kategori tinggi, artinya para mahasiswa yang berpacaran memiliki penilaian terhadap dirinya sendiri

yang baik, seperti dalam hal fisik, penilaian sosial, dan penampilan. Komunikasi interpersonal pada mahasiswa yang berpacaran terjalin dua arah dan adanya kemungkinan timbal balik antar pasangan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, ada hubungan antara harga diri dengan komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan dalam berpacaran. Artinya, harga diri dan komunikasi interpersonal dapat digunakan untuk menentukan kebahagiaan dalam berpacaran. Ditemukan hubungan positif antara harga diri dengan kebahagiaan. Hal ini berarti, harga diri bisa digunakan untuk menentukan kebahagiaan dalam berpacaran, yaitu semakin tinggi tingkat harga diri individu, semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan individu dalam berpacaran. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat harga diri individu, semakin rendah pula tingkat kebahagiaan individu dalam berpacaran. Ditemukan hubungan positif secara signifikan antara komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan dalam berpacaran. Hal ini berarti, komunikasi interpersonal dapat digunakan untuk menentukan kebahagiaan dalam berpacaran, yaitu semakin tinggi tingkat komunikasi interpersonal, maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan individu dalam berpacaran. Begitupun sebaliknya, makin rendah tingkat komunikasi interpersonal, maka semakin rendah tingkat kebahagiaan individu.

## 5. Ucapan Terima Kasih, Pendanaan, & Kebijakan Etik

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan peneliti izin dalam melakukan penelitian ini. Kemudian, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada ibu Agustin Handayani yang telah membantu serta membimbing peneliti dalam melaksanakan penelitian. Terakhir peneliti mengucapkan terimakasih kepada para subjek yang telah berkenan dan sukarela dalam berpartisipasi dalam penelitian ini.

## Daftar Pustaka

- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi* (2 ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- DeVito, J. A. (1997). *Komunikasi antarmanusia*. Tangerang: Karisma Publishing Group.
- DeVito, J. A. (2016). *The interpersonal communication book* (14th ed.). United State of America: Pearson Education International.
- Dewi, A. K., & Astuti, B. (2022). Development of interpersonal communication scale for young children. *Journal of Advances in Education and Philosophy*, 6(11), 530–537. <https://doi.org/10.36348/jaep.2022.v06i11.001>
- Firdausi, & Arjanto. (2022). Hasri Ainun Habibie, perjalanan sosok pendamping BJ Habibie. Diambil 10 Oktober 2023, dari <https://nasional.tempo.co/read/1622063/hasri-ainun-habibie-perjalanan-sosok-pendamping-bj-habibie>
- Gómez-López, M., Viejo, C., & Ruiz, R. O. (2019). Well-being and romantic relationships: A systematic review in adolescence and emerging adulthood. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(13), 1–31. <https://doi.org/10.3390/ijerph16132415>
- Heatherton, T. E., & Polivy, J. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 895–910.
- Jakubovská, V., & Waldnerová, J. (2020). Reflections on happiness and a happy life. *Ars Aeterna*, 12(2), 34–44. <https://doi.org/10.2478/aa-2020-0009>

- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., & Aji, E. S. (2020). Hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami toxic relationship dengan kesehatan psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga*, 8, 103–115.
- Nabilla, & Widyastuti. (2022). Keintiman, hasrat, dan komitmen: cinta romantik Rudin dan Natalya dalam novel Rudin karya Ivan Turgenev. *Multikultura*, 1(3), 339–353.
- Nurhayati. (2017). Hubungan komunikasi interpersonal dan pemaafan dengan kebahagiaan suami istri. *Jurnal Penelitian Intaj*, 01(2), 47–70.
- Nurhayati, S. (2023). Putus dengan Thariq Halilintar, Fuji sempat akui komunikasi keduanya buruk. Diambil 10 Oktober 2023, dari <https://www.kilat.com/hiburan/pr-8447623521/putus-dengan-thariq-halilintar-fuji-sempat-akui-komunikasi-keduanya-buruk>
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6(1), 25–41. <https://doi.org/10.1007/s10902-004-1278-z>
- Putri, D. A. (2023). *Hubungan antara harga diri dan kesadaran diri dengan presentasi diri pada pengguna media sosial*. Universitas Islam Sultan Agung, Semarang.
- Santrock, J. W. (2010). *Life-span development: perkembangan masa hidup* (13 ed.). Jakarta: Erlangga.
- Saputri, Y. B. (2021). *Hubungan antara komunikasi interpersonal dan religiusitas terhadap kepuasan pernikahan pada wanita yang bekerja*. Universitas Islam Sultan Agung, Semarang.
- Seligman. (2005). *Menciptakan kebahagiaan dengan psikologi positif (Authentic Happiness)*. Bandung: PT. Mizan Pustaka.
- Suchaini, U. (2021). *Indeks kebahagiaan 2021*. (T. Windiarso, A. Apriyanto, & Jamilah, Ed.). Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, R & D*. Bandung: Alfabeta.