



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**PERAN KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DALAM MENGHADAPI
QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

(Studi Kasus pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Mercu Buana)

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Strata 1 (S-1)
Komunikasi Bidang Studi Public Relations

Disusun Oleh :

Vivi Kusumastuti

44215110098

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

BIDANG STUDI PUBLIC RELATIONS

FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2022



Fakultas Ilmu Komunikasi
Universitas Mercu Buana

LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR

Judul : Peran Komunikasi Intrapersonal dalam Menghadapi
Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Nama : Vivi Kusumastuti

NIM : 44215110098

Fakultas : Ilmu Komunikasi

Bidang Studi : *Public Relations*

Jakarta, 15 Maret 2022

Mengetahui,
Pembimbing I

(Dr. Farid Hamid, M.Si)

	SURAT PERNYATAAN MAHASISWA FAKULTAS ILMUKOMUNIKASI UNIVERSITAS MERCU BUANA	Q
--	---	----------

No. Dokumen 15.4.03.01 Distribusi Alif
Tgl. Efektif 1 MEI 2014

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Vivi Kusumastuti
NIM 44215110098
Konsentrasi Public Relations

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

Peran Komunikasi Intrapersonal dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Adalah murni hasil karya yang telah saya buat untuk melengkapi salah satu persyaratan menjadi Sarjana Ilmu Komunikasi pada Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana. Skripsi tersebut bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi atau penelitian yang sudah ada, baik yang dipublikasikan maupun tidak, kecuali ada beberapa bagian kutipan yang sumber informasinya telah saya cantumkan sebagaimana mestinya.

Bila terbukti saya melakukan tindakan plagiarism, maka saya bersedia menerima sanksi yaitu pembatalan kelulusan saya sebagai sarjana Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana dan melakukan kembali semua proses penyusunan skripsi dari awal.

Jakarta, 11 Februari 2022

Yang membuat pernyataan,



(Vivi Kusumastuti)

Mengetahui

Pembimbing I

(Dr. Farid Hamid, M.Si)

Pembimbing II
(Jika ada)

(_____)

Ketua Program Studi

(Dr. Farid Hamid, M.Si)

Fakultas Ilmu Komunikasi - Universitas Mercu Buana
Jl. Meruya Selatan Kembangan Jakarta Barat 11650
www.mercubuana.ac.id



Fakultas Ilmu Komunikasi

Univeritas Mercu Buana

LEMBAR LULUS SIDANG TUGAS AKHIR

Nama : Vivi Kusumastuti
NIM : 44215110098
Fakultas : Ilmu Komunikasi
Bidang Studi : *Public Relations*
Judul : Peran Komunikasi Intrapersonal dalam Menghadapi
Quarter LifeCrisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Jakarta, 15 Maret 2022

Ketua Sidang,

Suryaning Hayati, SE, MM M.Ikom

(.....)

Penguji Ahli,

Yuni Tresnawati, M.Ikom

(.....)

Pembimbing,

Dr. Farid Hamid, M.Si

(.....)



Fakultas Ilmu Komunikasi
Universitas Mercu Buana

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Peran Komunikasi Intrapersonal dalam Menghadapi
Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir
Nama : Vivi Kusumastuti
NIM : 44215110098
Fakultas : Ilmu Komunikasi
Bidang Studi : Public Relations

Jakarta, 15 Maret 2022

Disetujui dan diterima oleh,

Dosen Pembimbing

Ketua Bidang Studi

(Dr. Farid Hamid, M.Si)

(Suryaning Hayati, SE, M.Ikom)

Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi
Komunikasi

Ketua Program Studi Ilmu

(Dr. Elly Yuliawati, M.Si)

(Dr. Farid Hamid, M.Si)



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Universitas Mercu Buana

Fakultas Ilmu Komunikasi, Bidang Studi *Public Relations*

Vivi Kusumastuti

44215110098

Peran Komunikasi Intrapersonal Dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis*
Pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Bibliografi : 5 bab + 126 Halaman + Lampiran + 29 Buku + 4 Internet

ABSTRAK

Fase *Quarter Life Crisis* terjadi pada *range* usia 18-25 tahun, bahkan bisa terjadi sampai dengan usia 30 tahunan. Sedangkan pada usia tersebut pula terjadi masa transisi antara *academic world to real world* yang membuat mahasiswa tingkat akhir diliputi perasaan khawatir, cemas, takut, bingung dalam menghadapi kompleksitas masalah yang muncul. Kompleksitas masalah yang muncul pada mahasiswa tingkat akhir dengan *range* usia berada pada fase *quarter life crisis* menjadi salah satu alasan keterlambatan kelulusan pada mahasiswa dalam penelitian ini mahasiswa tingkat akhir universitas mercu buana fakultas ilmu komunikasi jurusan *public relations*.

Tujuan dari penelitian ini adalah memahami dan mendeskripsikan peran komunikasi intrapersonal dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Mercu Buana. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan metode studi kasus dan paradigma konstruktivis. Teori yang digunakan pada penelitian ini yaitu teori konsep diri dimana pada teori tersebut menjelaskan mengenai pemahaman diri sendiri terhadap dirinya, keinginan terhadap dirinya dimasa depan dan perspektif orang lain dalam melihat dirinya.

Hasil penelitian menunjukkan keterampilan komunikasi intrapersonal yang dilakukan dengan cara yang beragam seperti *self talk*, memberikan afirmasi positif

pada diri sendiri, bahkan mendekati diri kepada tuhan yang maha esa bisa berperan dalam membantu individu mengolah pesan yang diterima sehingga bisa membantu para informan dalam menenal dirinya, memotivasi diri, serta proses pembentukan konsep diri positif dengan membiasakan individu berpikir secara kritis, solutif, dan inovatif terhadap masalah yang dihadapi agar dapat digunakan dalam menghadapi *Quarter Life Crisis*.

Kata Kunci : Quarter Life Crisis, Keterampilan Komunikasi Intrapersonal, Konsep diri



U N I V E R S I T A S
M E R C U B U A N A

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Alhamdulillah rabbil'amin, dengan segala kerendahan hati, peneliti panjatkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT, karena atas izin, rahmat serta hidayah-Nya, penulisan tugas akhir skripsi yang berjudul “Peran Komunikasi Intrapersonal dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir” Studi kasus pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Public Relations Menteng dapat diselesaikan.

Penulisan skripsi penelitian ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat program strata 1 pada jurusan *public relations* di Universitas Mercu Buana Menteng, Jakarta Pusat.

Dalam Penyusunan skripsi penelitian ini, peneliti sadar masih ada kekurangan baik dari teknik pembahasan, penyajian maupun isi dan bobotnya, maka dari itu peneliti dengan lapang hati menerima kritik dan saran yang membangun. Peneliti juga banyak mendapat tantangan dan hambatan akan tetapi dengan bantuan dari berbagai pihak tantangan itu bisa teratasi. Dalam perjalanannya menyelesaikan skripsi penelitian ini peneliti dibantu oleh banyak pihak, karena bimbingan dari mereka peneliti dapat menyelesaikan skripso penelitian ini dengan tepat pada waktunya.

Maka dari itu peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dan mendukung peneliti dalam menyelesaikan skripsi penelitian. ucapan terimakasih terutama peneliti ucapkan kepada:

1. Bapak Dr. Farid Hamid, M.Si, selaku dosen pembimbing, sekaligus Ketua Program Studi Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana Jakarta. Terima kasih karena peneliti selalu dibimbing dan diberikan masukan yang membangun sejak awal sampai peneliti menyelesaikan penulisan skripsi penelitian ini.
2. Ibu Dr. Elly Yulawati, M.Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana Jakarta.
3. Ibu Suryaning Hayati, SE, MM, selaku Ketua Bidang Studi Public Relations Universitas Mercu Buana Jakarta.
4. Seluruh Dosen Fakultas Ilmu Komunikasi Jurusan Public Relations Universitas Mercu Buana Jakarta yang telah memberikan banyak ilmunya kepada peneliti dari awal perkuliahan semester 1 sampai akhir semester 9 sehingga peneliti dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Keluarga tercinta terutama orang tua, Ibu Netti Suprihatin, Mama Endang Mulyati dan Bapak Djoko Warsito, Papa Toto Sugiyarto. Kakak dan adik utamanya Aryo Wibowo, Ria Hapsari, Endah Damayanti, Azizah Nisyazi Az-Zahra, Devi Sukmawati dan Muhammad Rifqi Tisyafianto atas dukungan doa dan semangatnya yang selalu diberikan kepada peneliti dalam kondisi apapun dan bagaimanapun.
6. Keluarga besar Public Relations 2015 terutama *support system* yang berjuang bersama Novinda Sri Hastuti, Feri Agustyan, Gilang Prakasa, Yunita Tri Utami, Maria Wahyu C.M, yang tiada henti memberikan semangat dan doa

serta semangat kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan baik.

7. Terimakasih kepada informan pada penelitian ini karena telah meluangkan waktu agar bisa diwawancarai oleh peneliti, yakni Novinda Sri Hastuti, Gilang Prakasa, Siti Maulina, Yunita Tri Utami, Shabira Elfa Bianda, dan Amanda.
8. Teman lainnya yang selalu *mensupport*, menyemangati dan mendorong saya dalam pengerjaan tugas akhir seperti Muhammad Sidik, Try Zainuddin Ramadhan, Ezio Pratama.

Peneliti masih jauh dari kesempurnaan, kritik dan saran penulis harapkan dari seluruh pihak untuk perbaikan selanjutnya dan demi kesempurnaan Tugas Akhir Skripsi ini. Akhir kata, semoga skripsi penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan pihak-pihak yang membutuhkan kajian sejenis. Terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

U N I V E R S I T A S
Bekasi, 12 Januari 2022
M E R C U B U A N A

Vivi Kusumastuti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN MAHASISWA FIKOM	iii
LEMBAR LULUS SIDANG TUGAS AKHIR	iv
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Fokus Penelitian.....	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Penelitian Terdahulu.....	11
2.2 Kajian Teoritis.....	20
2.2.1 Komunikasi Intrapersonal	20
2.2.1.1 Pengertian Komunikasi Intrapersonal	20
2.2.1.2 Elemen-Elemen Komunikasi Intrapersonal	21
2.2.1.3 Fungsi Komunikasi Intrapersonal	23
2.2.1.4 Karakteristik Komunikasi Intrapersonal.....	24
2.2.1.5 Proses Komunikasi Intrapersonal.....	25

2.2.2 <i>Quarter Life Crisis</i>	29
2.2.2.1 Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i>	29
2.2.2.2 Penyebab <i>Quarter Life Crisis</i>	29
2.2.2.3 Proses Terjadinya <i>Quarter Life Crisis</i>	30
2.2.2.4 Ciri-Ciri <i>Quarter Life Crisis</i>	31
2.2.3 Teori Tentang Mahasiswa Tingkat Akhir	32
2.2.3.1 Definisi Mahasiswa Tingkat Akhir	32
2.2.3.2 Masalah Yang Dihadapi Mahasiswa Tingkat Akhir	33
2.2.4 Teori Konsep Diri	34
2.2.4.1 Definisi Teori Konsep Diri	34
2.2.4.2 Peran Konsep Diri	36
2.2.4.3 Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri.....	37
2.2.4.4 Bentuk-Bentuk Konsep Diri	38
2.2.4.5 Hubungan Komunikasi Intrapersonal Dengan Konsep Diri	42
BAB III METODE PENELITIAN	44
3.1 Paradigma Penelitian.....	44
3.2 Metode Penelitian.....	45
3.3 Subjek Penelitian.....	47
3.4 Teknik Pengumpulan Data	49
3.4.1 Wawancara Mendalam	49
3.5 Teknik Analisa Data.....	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	53
4.1.1 Sejarah Singkat Universitas Mercu Buana.....	53
4.1.2 Gambaran Umum Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana.....	54
4.1.3 Gambaran Umum Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Mercu Buana.....	57
4.1.4 Profil Informan	60

4.2	Hasil Penelitian	65
4.2.1	Gambaran Konsep Diri Informan	68
4.2.2	Dimensi Masalah Yang Dihadapi Informan Pada Fase <i>Quarter Life Crisis</i>	71
4.2.3	Perasaan Yang Dialami Informan Pada Fase <i>Quarter Life Crisis</i>	75
4.2.4	Dampak Yang Ditimbulkan Pada Fase <i>Quarter Life Crisis</i>	77
4.2.5	Pemahaman Informan Mengenai Komunikasi Intrapersonal	80
4.2.6	Peran Komunikasi Intrapersonal Dalam Menghadapi Fase <i>Quarter Life Crisis</i>	86
4.2.7	Proses <i>Re-Build</i> Dalam Menghadapi Fase <i>Quarter Life Crisis</i> Pada Mahasiswa Tingkat Akhir	90
4.2.8	Hubungan Komunikasi Intrapersonal Dengan Gambaran Konsep Diri Informan.....	94
4.3	Pembahasan	95
4.3.1	Keterkaitan Antara Masalah Pada Fase <i>Quarter Life Crisis</i> Dengan Masalah Yang Timbul Pada Mahasiswa Tingkat Akhir	96
4.3.2	Keterkaitan Antara Dimensi Masalah Terberat Yang Dihadapi Informan Dengan Keterampilan Komunikasi Intrapersonal	98
4.3.3	Keterkaitan Antara Peran Komunikasi Intrapersonal Dalam Menghadapi <i>Quarter Life Crisis</i> Pada Mahasiswa Tingkat Akhir	100
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		103
5.1	Kesimpulan	103
5.2	Saran	104
DAFTAR PUSTAKA		106
LAMPIRAN		
Lampiran 1	Surat Permohonan Menjadi Informan	L-1
Lampiran 2	Pedoman Wawancara	L-2

Lampiran 3	Hasil Transkrip Wawancara.....	L-4
Lampiran 4	Dokumentasi Wawancara Dengan Informan	L-45
Lampiran 5	CV	L-46



U N I V E R S I T A S
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Penelitian Terdahulu	16
Tabel 4.1	Hasil Penelitian Informan	67
Tabel 4.2	Konsep Diri Informan	70
Tabel 4.3	Keterkaitan Masalah <i>Quarter Life Crisis</i> dengan Mahasiswa Tingkat Akhir	96
Tabel 4.4	Keterkaitan Antara Masalah Informan dengan Keterampilan Komunikasi Intrapersonal	100
Tabel 4.5	Keterkaitan Antara Informan dengan Peran Keterampilan Komunikasi Intrapersonal	101



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	Struktur Organisasi Fakultas Ilmu Komunikasi.....	57
Gambar 4.2	<i>Screen shoot</i> Postingan Instagram Molin	74

