



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 menenali 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