

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Komunikasi intrapersonal adalah komunikasi yang dilakukan kepada diri sendiri, seperti berpikir, berbicara, dan menulis untuk dirinya sendiri. Ini merupakan bagian dari proses dasar komunikasi yang terus-menerus dilakukan dalam diri setiap individu di mana individu berperan sebagai pengirim dan penerima pesan. Dalam istilah lain, komunikasi ini dikenal sebagai komunikasi intrapersonal atau "*self talk*" atau percakapan internal yang dilakukan oleh dan kepada diri sendiri. Komunikasi intrapersonal memiliki pengaruh besar bagi setiap individu untuk membantu mereka memahami diri sendiri sebelum memahami orang lain. Karena sebagian besar waktu dihabiskan untuk berpikir, merasakan, dan bertindak terhadap sesuatu yang individu memulainya dengan memahami diri sendiri melalui aktivitas tubuh dan proses berpikir yang dilakukan oleh individu tersebut. Seperti yang dikemukakan oleh Jalaludin Rakhmat, yang mengatakan bahwa komunikasi intrapersonal adalah suatu pengolahan proses informasi seperti sensasi, pandangan atau persepsi, memori dan cara berpikir (Jalaludin Rakhmat, 2009).

Menurut Hairuddin dan Grace, komunikasi intrapersonal memiliki dampak positif, seperti memberikan penguatan pada harga diri, meningkatkan kesadaran diri, meningkatkan kemampuan analisis dan pemecahan masalah, mengendalikan diri, mengurangi stres, dan mengatasi konflik personal serta interpersonal. Komunikasi intrapersonal merupakan bentuk komunikasi yang terjadi di dalam diri seseorang di mana pengirim dan penerima pesan adalah orang yang sama. Tujuan utama dari komunikasi intrapersonal adalah untuk mencapai kesadaran diri, memungkinkan seseorang mengontrol segala yang terjadi di dalam dirinya. Selain itu, tujuan lainnya adalah sebagai sarana untuk memotivasi diri (Hairuddin dan Grace, 2021).

Selain melakukan berbicara dengan diri sendiri, membaca dan berdoa juga merupakan bagian dari komunikasi intrapersonal. Oleh karena itu, tidak jarang seseorang berdoa sebagai bentuk komunikasi dengan dirinya sendiri.

Komunikasi intrapersonal yang dilakukan oleh seseorang sangat berharga karena melalui proses ini, seseorang secara sadar melakukan penilaian dan perkembangan pribadi. Dengan kata lain, komunikasi intrapersonal memungkinkan individu untuk mengevaluasi diri mereka, termasuk dalam hal sikap, kepercayaan diri, dan emosi.

Berbicara pada diri sendiri memiliki dampak terhadap pengalaman emosional seseorang, seperti emosi positif dan negatif. Saat terlibat dalam komunikasi intrapersonal, seseorang secara tidak langsung dapat menggambarkan dan merepresentasikan jenis emosi yang mereka rasakan. Prinsip dasar emosi seseorang mencakup rasa senang, sedih, marah, takut, terkejut, dan cemas. Realitasnya, emosi dapat dirasakan oleh semua orang, baik mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, hingga lansia.

Emosi seseorang dapat dipicu oleh beragam faktor, termasuk kondisi penyakit, perubahan hormonal, depresi, gangguan tidur, atau kurangnya waktu istirahat, hal ini menyebabkan gangguan emosi pada mahasiswa. Seperti juga halnya di lingkungan akademis, mahasiswa seringkali menghadapi berbagai tantangan emosional, terutama pada tingkat akhir studi, di mana mereka menghadapi tekanan dari berbagai arah, yang seringkali memunculkan reaksi emosional. Emosi pada mahasiswa tingkat akhir sering tidak stabil, terlihat dari kecenderungan mereka untuk lebih mudah mengekspresikan rasa marah dibandingkan dengan rasa senang atau sedih. Meskipun beberapa mahasiswa mungkin juga ingin mengungkapkan emosi sedih, namun hal ini memerlukan usaha lebih besar, mengakibatkan pengurasan energi yang signifikan. Oleh karena itu, banyak mahasiswa yang lebih cenderung mengeluarkan emosi marah karena merasa lelah dengan beban tugas akhir mereka. Dinamika ini kadang-kadang menjadi pemicu stres pada mahasiswa tingkat akhir. Menyelesaikan tugas akhir atau yang umumnya disebut skripsi, merupakan tantangan tersendiri bagi mahasiswa.

Mahasiswa tingkat akhir memiliki kecenderungan lebih mudah terpancing emosinya seperti munculnya kecemasan, karena pada masa tingkat akhir studi yang mana emosinya seringkali tidak stabil. Untuk mengatasi kecemasan, mahasiswa sering kali menggunakan cara menenangkan dirinya

melalui berkomunikasi dengan diri sendiri. Cara ini seperti berdoa, merenung, berpikir, mengeluarkan keluhan, atau mengekspresikan diri melalui tulisan dalam catatan harian maupun media sosial seperti mengunggah status. Hal-hal tersebut dapat membuat mahasiswa lebih tenang walau di kemudian waktu perasaan kegelisahan tersebut akan muncul kembali. Meskipun begitu, mahasiswa tetap berkomunikasi dengan diri sendiri untuk dapat mengubah emosi menjadi lebih stabil. Kestabilan emosi ini sering tidak disadari para mahasiswa yang sedang dalam masa pengerjaan skripsi.

Adapun beberapa data yang diperoleh dari sumber-sumber berita mengenai mahasiswa yang stress oleh karena kecemasan semasa mengerjakan skripsi. Berita-berita tersebut antara lain dikutip dari aceh.tribunnews.com pada 2022 dengan judul berita “Stres Mengerjakan Skripsi, Mahasiswa Ini Berakhir Gangguan Mental dan Dipasung”. Berikutnya dikutip dari jpnn.com pada 2022 dengan judul berita “Diduga Stres Karena Skripsi Mahasiswa di Palembang Bunuh Diri”, dan dikutip dari detik.com pada 2023 dengan judul berita “Mahasiswa Torut Tewas Tergantung di Rumah, Sempat Curhat Sulit Urus Skripsi”.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang membantu peneliti dalam memposisikan penelitian dan juga keaslian dari penelitian ini. Penelitian terdahulu digunakan guna keperluan dalam sebuah penelitian sebagai pedoman atau panduan untuk memperjelas dan dapat mengetahui bagaimana kelebihan dan kekurangan terhadap penelitian sebelumnya. Adapun beberapa penelitian terdahulu yang peneliti cantumkan yang berkaitan dengan penelitian yang saat ini hendak dilakukan, antara lain:

1. Penelitian dari Nadira Zahra yang berjudul “Komunikasi Intrapersonal Terhadap Mahasiswa Akhir Dalam Menyelesaikan Skripsi” hasil dari penelitian ini adalah peneliti mengetahui bagaimana penerapan komunikasi intrapersonal dan juga dampaknya terhadap mahasiswa tingkat akhir.
2. Penelitian terdahulu selanjutnya berasal dari Jurnal Komunikasi dan Bahasa berjudul "Peran Komunikasi Intrapersonal sebagai *Self Healing*." Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan peran komunikasi intrapersonal sebagai bentuk penyembuhan diri. Temuan dari penelitian ini

menyimpulkan bahwa komunikasi intrapersonal memiliki dampak signifikan pada kehidupan sosial, budaya, dan kesehatan manusia. Sebagai metode *self healing*, komunikasi intrapersonal dapat diwujudkan dengan mengimplikasikan pikiran positif. Pikiran positif memiliki potensi untuk merangsang sel-sel di dalam tubuh, sehingga mampu berperan sebagai penyembuh alami (*self healing*) bagi individu manusia.

3. Penelitian terdahulu berikutnya dilakukan oleh Dwi Ida Ayu dan Rita Destiwati yang berjudul "Komunikasi Intrapersonal Remaja Putri Berjerawat dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri" pada tahun 2022. Menghasilkan kesimpulan wawancara, bahwa komunikasi intrapersonal dapat meningkatkan kepercayaan diri remaja putri melalui empat tahap. Hasil penelitian juga menunjukkan adanya komunikasi intrapersonal yang melibatkan perasaan seperti sedih, stres, dendam, penerimaan diri, dan kemudian pandangan serta sikap yang dipengaruhi oleh interaksi antara "I" (saya) dan "Me" (diri saya sendiri). Sebagai respons terhadap komunikasi intrapersonal, remaja putri mengimplementasikan lima aspek untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka, yakni keyakinan dan kemampuan diri, optimisme, objektivitas, tanggung jawab, dan rasionalitas.

Dalam penelitian ini terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian terdahulu, yaitu sama - sama menjadikan mahasiswa akhir sebagai objek penelitian, namun dalam penelitian ini lebih menyoroti kecemasan yang dialami mahasiswa akhir dan upaya mengatasinya serta objek lokasi penelitian yang berbeda.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di latar belakang dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti, terdapat fenomena yang terjadi di Universitas Negeri Jakarta yang mana fenomena tersebut adalah terdapat mahasiswa-mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Jakarta yang mengalami kecemasan dalam mengerjakan skripsi. Oleh sebab itu, terdapat perumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu "Bagaimana upaya yang dilakukan

mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Jakarta dalam mengatasi kecemasan saat mengerjakan skripsi melalui komunikasi intrapersonal ?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejumlah upaya yang dapat dilakukan oleh mahasiswa dalam mengatasi kecemasan saat mengerjakan skripsi melalui komunikasi intrapersonal.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Hasil dari penelitian dapat dijadikan dasar untuk penelitian lanjutan yang mendalam yang berkaitan dengan komunikasi intrapersonal dengan diri mahasiswa sebagai pemecah masalah pribadi dalam mengerjakan tugas akhir atau skripsi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat membantu mahasiswa tingkat akhir dalam menyadari pentingnya komunikasi intrapersonal bagi diri sebagai pemecah masalah pribadi dalam mengerjakan skripsi.

1.4.3 Manfaat Sosial

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mengetahui tentang pentingnya komunikasi intrapersonal khususnya bagi para mahasiswa akhir sebagai jalan keluar terhadap masalah dalam mengatasi kecemasan dalam mengerjakan skripsi yang dapat dimulai dari dalam diri.

1.5 Kerangka Pemikiran Konseptual

1.5.1 Komunikasi Intrapersonal

Komunikasi intrapersonal merujuk pada bentuk komunikasi yang terjadi dalam diri sendiri dan dilakukan secara sadar. Ini terjadi ketika seseorang berbicara, bertanya, dan menjawab pertanyaan

kepada dirinya sendiri. Kegiatan lain yang termasuk dalam kategori komunikasi intrapersonal mencakup introspeksi diri, proses berpikir, dan penyelesaian masalah yang terjadi dalam diri. Pentingnya komunikasi intrapersonal terletak pada fakta bahwa sebelum terlibat dalam komunikasi dengan orang lain, langkah awal yang perlu dilakukan adalah menjalani proses komunikasi intrapersonal. Komunikasi intrapersonal memiliki asal-usul dari tiga kata, yaitu "komunikasi," "intra," dan "personal" atau pribadi. Komunikasi merujuk pada pertukaran informasi antar individu melalui sistem simbol, tanda, dan tingkah laku. "Intra" diartikan sebagai bentuk yang terikat di dalam atau bagian dalam, sedangkan "personal" mengacu pada sifat yang bersifat pribadi atau individu.

Dengan demikian, komunikasi intrapersonal adalah suatu bentuk komunikasi yang terjadi di dalam diri sendiri, melibatkan kegiatan berbicara kepada diri sendiri sambil mengamati aktivitas baik secara intelektual maupun emosional, sekaligus memberikan makna terhadap lingkungan. Pada tingkat komunikasi intrapersonal, seseorang bertindak sebagai pengirim dan penerima pesan yang sama, bertanya kepada diri sendiri, dan memberikan jawaban kepada dirinya sendiri secara tidak langsung.

1.5.2 Teori Konsep Diri

Teori konsep diri adalah suatu teori yang menguraikan pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri dengan mengelompokkan karakteristik sifat pribadi, sifat sosial, dan peran sosial. Karakteristik pribadi mencakup sifat-sifat yang dimiliki oleh individu, yang umumnya tercermin dalam persepsi diri seseorang. Sifat-sifat tersebut dapat melibatkan aspek fisik dan kemampuan tertentu. Contoh karakteristik fisik mencakup tinggi, rendah, cantik, ganteng, gemuk, kurus, dan lain sebagainya. Sementara karakteristik yang berkaitan dengan kemampuan tertentu cenderung mencakup kecerdasan, cakap, pendiam, ramah, terpelajar, dan lainnya.

Konsep diri yang dikemukakan oleh ahli William D. Brooks mengatakan bahwa konsep diri atau *self-concept* adalah pandangan menyeluruh mengenai aspek-aspek psikis, fisik, dan sosial dari diri seseorang, yang berkembang melalui sejumlah pengalaman serta interaksi atau komunikasi dengan individu lain (Jalaludin Rakhmat, 2015).

Adapun pandangan yang dikemukakan oleh Slameto mengenai konsep diri bahwa konsep diri merupakan pandangan secara keseluruhan seseorang mengenai dirinya. Konsep diri yang dimaksud adalah mengenai pandangan seseorang tentang keadaan dirinya. Yang mana sejalan berdasarkan pandangan dari ahli, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah persepsi atau pandangan seseorang tentang dirinya yang menyangkut atas apa yang diketahuinya dan dirasakan tentang perilakunya. Seperti tentang isi pikiran dan juga perasaannya, serta tentang bagaimana perilakunya tersebut berpengaruh terhadap orang lain (Slameto, 2010).

Dari berbagai pendapat yang dikemukakan tentang definisi konsep diri, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan pandangan atau persepsi seseorang tentang dirinya sendiri yang meliputi segala hal yang dimilikinya yang mencakup fisik maupun psikis.

1.5.2.1 Jenis-Jenis Konsep Diri

Setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam menerima dirinya sendiri dan menerima pandangan orang lain tentang dirinya. Oleh karena itu, konsep diri yang muncul akan berbeda-beda dan karakteristik dari konsep diri tersebut tidaklah sama. Menurut Atkinson (1991), konsep diri terbagi menjadi dua, yaitu konsep diri positif dan negatif. Cara pandang individu sangat dipengaruhi oleh konsep diri yang dimilikinya. Individu dengan konsep diri positif memiliki pemahaman dan penilaian diri yang realistis dan objektif.

Mereka menerima kelebihan dan kekurangan diri individu, sehingga mampu memahami dan menerima pengalaman serta segala hal di luar diri individu dengan cara yang sama.

Hal ini berbeda dengan individu yang memiliki konsep diri negatif. Individu cenderung memiliki pandangan yang tidak realistis dan penuh prasangka terhadap diri sendiri. Individu dengan konsep diri negatif sering kali merasa tidak berharga, tidak kompeten, atau tidak dicintai. Hal ini dapat memengaruhi cara mereka memandang dunia dan berinteraksi dengan orang lain (Atkinson, 1991).

Sementara menurut Calhoun dan Acocella (2009) juga dibagi menjadi dua yaitu konsep diri positif dan negatif, seperti berikut :

1. Konsep Diri Positif

Konsep diri positif adalah penerimaan diri yang realistis, bukan kebanggaan yang berlebihan. Individu dengan konsep diri positif memahami dan menerima dirinya apa adanya, memberikan evaluasi positif terhadap diri sendiri, dan mampu menerima orang lain. Individu merancang tujuan-tujuan yang realistis dan dapat dicapai, memiliki pengetahuan yang luas, harga diri yang tinggi, dan mampu menghadapi kehidupan dengan pandangan bahwa hidup adalah proses penemuan. Secara umum, individu yang memiliki konsep diri positif tahu betul siapa dirinya, yang membuat mereka lebih optimis dan mampu merancang tujuan yang jelas dan realistis.

Ciri-ciri seseorang dengan konsep diri positif antara lain yakin akan kemampuannya dalam mengatasi masalah, merasa setara dengan orang lain, menerima pujian tanpa malu, menyadari bahwa setiap individu memiliki perasaan, keinginan, dan perilaku yang tidak sepenuhnya disetujui oleh masyarakat, serta mampu memperbaiki diri karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak baik dan berusaha memperbaikinya.

1. Konsep Diri Negatif

Terdapat dua tipe konsep diri negatif

- 1) Pandangan seseorang tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur, tidak memiliki perasaan stabilitas dan keutuhan diri. Orang tersebut benar-benar tidak tahu siapa dirinya, apa kelemahannya, apa kelebihanannya, atau apa yang ia hargai dalam hidupnya.
- 2) Pandangan tentang dirinya yang terlalu kaku, stabil, dan teratur. Hal ini bisa terjadi akibat pola asuh yang terlalu keras dan kepatuhan yang terlalu kaku. Individu ini menerapkan aturan yang terlalu keras pada dirinya sendiri sehingga tidak dapat menerima sedikit saja penyimpangan atau perubahan dalam hidupnya.

Ciri-ciri seseorang dengan konsep diri negatif antara lain peka terhadap kritik, terlalu responsif terhadap pujian, bersikap hiperkritis, cenderung merasa tidak disenangi oleh orang lain, dan pesimis terhadap kompetisi.

Konsep diri yang menerima akan berkembang menjadi konsep diri positif, sedangkan konsep diri yang menolak akan berkembang menjadi konsep diri negatif. Sikap diri yang positif berbeda dengan kesombongan atau egoisme. Konsep diri positif lebih mengarah pada penerimaan diri secara apa adanya dan mengembangkan harapan yang realistis sesuai dengan kemampuan yang dimiliki individu tersebut. Pada dasarnya, seseorang yang memiliki konsep diri positif mampu menikmati apa yang ada dalam dirinya, baik kelebihan maupun kekurangannya, mampu menerima saran dan kritik tanpa merasa tersinggung, puas dengan keadaan diri, dan yakin akan kemampuannya untuk meraih cita-cita dan harapannya.

Sebaliknya, konsep diri negatif adalah penilaian yang negatif terhadap diri sendiri. Seseorang dengan konsep diri negatif akan merasa cemas dan terancam oleh informasi terbaru tentang dirinya. Apapun yang diperoleh tidak akan dianggap berharga dibandingkan dengan apa yang diperoleh orang lain. Individu ini selalu merasa

cemas dan rendah diri dalam pergaulan sosial karena tidak ada perasaan menghargai pribadi dan penerimaan terhadap dirinya. Jadi, individu yang memiliki konsep diri negatif akan selalu memandang dirinya dan berbagai hal dengan cara yang negatif. Individu merasa tidak puas dengan apa yang dimiliki dalam hidup dan selalu merasa kurang, serta merasa tidak cukup mampu untuk meraih cita-cita dan harapan yang diinginkan. (Putra dan Usman, 2019).

1.5.3 Kecemasan

Kecemasan merupakan suatu bentuk emosi dari individu yang berupa kegelisahan, kekhawatiran, ketegangan yang berkaitan dengan adanya perasaan terancam di masa yang akan datang yang beranggapan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Menurut Sigmund Freud, kecemasan merupakan suatu keadaan yang tidak menyenangkan yang disertai dengan adanya sensasi fisik yang memperingatkan individu terhadap adanya bahaya yang akan datang. (Freud, 1936).

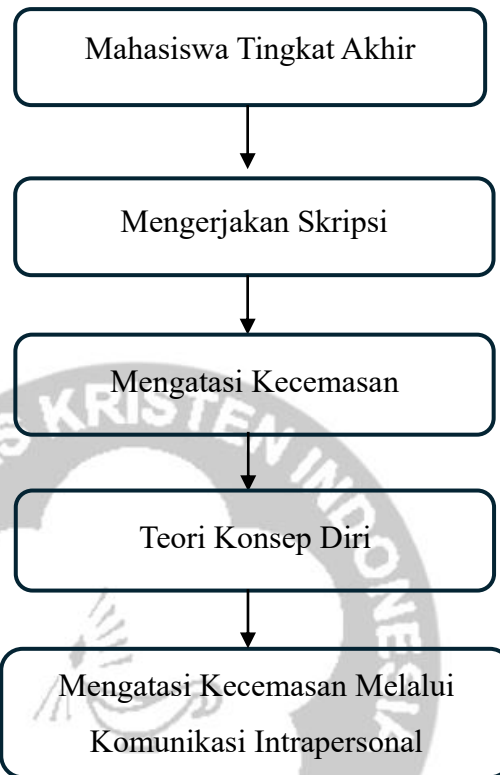
Menurut Wolman, Kecemasan muncul karena adanya faktor-faktor, yang antara lain adalah faktor genetik, yang mana individu yang lahir dalam keluarga yang memiliki adanya gangguan kecemasan maka akan cenderung mengalami kecemasan pula jika dibandingkan dengan orang lain saat dalam situasi kondisi yang sama. Lalu adanya faktor trauma mental yang mana hal ini berkaitan dengan pernah mengalami pengalaman tidak menyenangkan sehingga menimbulkan trauma. Berikutnya adanya faktor tidak selarasnya atau tidak berjalannya dengan baik upaya yang dilakukan dalam mengatasi kecemasan maupun kegagalan. Dan adanya faktor pemikiran yang *irasional*, artinya individu memiliki sebuah keyakinan tidak masuk akal terhadap suatu ancaman yang dihadapinya.

Sementara itu, Rathus dan Greene beranggapan bahwa terdapat faktor-faktor kognitif yang menyebabkan kecemasan,

antara lain adanya prediksi berlebihan terhadap rasa cemas atau takut dalam situasi yang dialami, kemudian adanya keyakinan yang irasional atau *self-defeating*, lalu adanya sensitifitas yang berlebihan terhadap suatu ancaman yang mana mempersepsikan bahaya pada situasi yang dianggap aman oleh orang lain, kemudian juga adanya sensitifitas kecemasan yang biasanya diartikan sebagai sebuah rasa takut terhadap kecemasan, berikutnya adanya faktor salah menunjukkan sinyal tubuh, dan adanya faktor *self-efficacy* yang cenderung rendah yang mana individu tidak memiliki kemampuan mengatasi tantangan dalam hidupnya yang maka akan cenderung mereda cemas ketika diperhadapkan pada tantangan. (Rathus and Greene, 2005).

Terdapat gejala-gejala dalam kecemasan. Yang pertama, gejala somatis yang mencakup ketegangan otot, keringat meningkat, dan denyut jantung. Kedua, gejala perilaku atau behavioral yang mana cenderung menghindar, melarikan diri, nafsu makan menurun, agresi, merasa malas dan enggan. Yang ketiga, gejala emosional yang mana individu merasa gelisah dan takut. Keempat, gejala kognitif yaitu individu melebih-lebihkan sesuatu, rasa takut yang tidak nyata, takut kehilangan kontrol diri, dan konsentrasi yang terganggu dengan kewaspadaan yang berlebihan.

1.5.3 Kerangka Pemikiran



Kerangka berpikir penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana upaya mahasiswa mengatasi kecemasan dalam mengerjakan skripsi melalui komunikasi intrapersonal dengan teori konsep diri oleh Atkinson. Penelitian ini melihat bagaimana upaya dari mahasiswa mengatasi kecemasan ketika mengerjakan skripsi.

1.6 Metodologi Pemikiran

1.6.1 Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme atau interpretif atau konstruktif digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, yang di mana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data

dilakukan secara observasi dan wawancara data yang diperoleh cenderung data kualitatif, analisis data bersifat induktif atau kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif dapat bersifat temuan potensi dan masalah, keunikan objek, makna suatu peristiwa, proses dan interaksi sosial, kepastian kebenaran data, konstruksi fenomena dan temuan hipotesis.

1.6.2 Tipe Penelitian

Tipe penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah penelitian kualitatif deskriptif. Tujuan dari penelitian kualitatif deskriptif adalah untuk memberikan penjelasan atau gambaran mendalam tentang objek penelitian sebagaimana yang ada tanpa melakukan perubahan atau manipulasi terhadap kondisinya (Moleong, 2017).

1.6.3 Metode Penelitian

Metode penelitian yang diterapkan dalam kajian ini adalah studi kasus. Metode studi kasus adalah metode penelitian yang di mana peneliti menyelidiki suatu fenomena dalam suatu konteks tertentu dengan mengumpulkan informasi mendalam selama periode waktu tertentu. Penelitian ini bertujuan mengungkap karakteristik yang ada dalam kasus yang sedang diteliti, dengan fokus pada objek penelitian yang menjadi pusat penelitian.

1.6.4 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah wawancara. Wawancara merupakan salah satu cara pengambilan data yang dilakukan melalui kegiatan komunikasi lisan dalam bentuk terstruktur, semi terstruktur, dan tak terstruktur. Wawancara yang terstruktur merupakan bentuk wawancara yang sudah diarahkan oleh pertanyaan secara ketat. Wawancara semi terstruktur merupakan wawancara yang sudah diarahkan oleh sejumlah daftar pertanyaan tidak tertutup yang memungkinkan memunculkan pertanyaan baru secara spontan yang tetap sesuai

dengan konteks pembicaraan. Sedangkan, wawancara secara tak terstruktur atau terbuka merupakan wawancara yang di mana peneliti hanya terfokus pada pokok pusat permasalahan. Dalam pelaksanaannya, wawancara dapat dilakukan secara individual atau kelompok.

Penelitian ini akan menggunakan metode wawancara semi terstruktur, yang di mana peneliti akan mengajukan beberapa pertanyaan tidak tertutup mengarah pada seputar topik yang sedang diteliti, yang memungkinkan memunculkan pertanyaan baru secara spontan yang tetap sesuai dengan topik pembahasan.

1.6.5 Sumber Data

1.6.5.1 Data Primer

Data primer memiliki peran krusial dalam suatu penelitian karena berasal langsung dari sumber data yang dikumpulkan oleh peneliti. Metode perolehan data primer melibatkan kegiatan wawancara dengan informan yang didasarkan pada pengamatan (Sugiyono, 2016). Pada penelitian ini, hasil wawancara akan menjadi sumber data primer atau data utama. Wawancara dilakukan oleh peneliti dengan informan atau narasumber secara langsung atau tatap muka, yang mana informan itu sendiri merupakan mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Jakarta angkatan 2020 yang sedang melakukan pengerjaan penyusunan skripsi.

1.6.5.2 Data Sekunder

Data sekunder merujuk pada kumpulan data yang telah dikumpulkan sebelumnya oleh peneliti dan digunakan sebagai pendukung bagi data yang sudah ada. Jenis data sekunder terutama berupa jurnal terdahulu, berita dan jurnal yang mengandung informasi (Sugiyono, 2016).

1.6.6 Teknik Interpretasi dan Analisis Data

Dalam penelitian ini, informan penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Jakarta angkatan 2020 yang sedang melakukan pengerjaan penyusunan skripsi. Penelitian ini menggunakan teknik analisis tematik dalam konteks kualitatif untuk mengamati berbagai tema yang muncul dari hasil wawancara langsung dengan informan. Selanjutnya, peneliti memanfaatkan teori konsep diri untuk membantu interpretasi data dalam menganalisis sejauh mana penerapan komunikasi intrapersonal mahasiswa tingkat akhir dalam penyusunan skripsi. Data dikumpulkan secara langsung melalui wawancara.

Proses pencarian dan penyusunan data dilakukan secara sistematis dan terstruktur untuk melakukan analisis data. Kemudian, data hasil wawancara kemudian disusun dalam bentuk coding. Coding adalah langkah untuk mengelola data mentah menjadi teori konseptual dengan menggunakan tema atau konsep. Open coding merupakan teknik analisis data yang digunakan untuk mengolah hasil wawancara. Proses Open Coding melibatkan transkripsi data lapangan yang kemudian dianalisis lebih dalam oleh penulis. Setiap transkrip diberikan kode untuk memahami tema yang diangkat, dan kode tersebut digunakan untuk identifikasi selanjutnya.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Purposive sampling, juga dikenal sebagai judgmental sampling atau selective sampling, adalah teknik pengambilan sampel di mana peneliti memilih individu atau unit tertentu berdasarkan kriteria tertentu atau penilaian pribadi peneliti mengenai siapa yang paling baik memberikan data yang relevan untuk penelitian tersebut. Teknik ini digunakan ketika peneliti memiliki tujuan khusus dan membutuhkan informasi dari sampel yang memiliki karakteristik tertentu yang penting untuk tujuan penelitian.

Ciri-ciri Purposive Sampling:

1. Berdasarkan Penilaian Peneliti: Subjek dipilih karena peneliti percaya bahwa mereka memenuhi kriteria yang penting untuk penelitian.
2. Kriteria Khusus: Memilih subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang relevan dengan penelitian, misalnya usia, pekerjaan, pengalaman, atau keahlian.
3. Tidak Acak: Berbeda dengan sampel acak, pemilihan sampel purposive tidak dilakukan secara acak tetapi dengan pertimbangan tertentu.
4. Kecil dan Fokus: Sering digunakan untuk studi yang memerlukan analisis mendalam terhadap kelompok kecil atau kasus tertentu.

Contoh Penggunaan Purposive Sampling:

1. Penelitian Sosial: Memilih tokoh masyarakat atau individu dengan pengalaman tertentu untuk memahami dinamika sosial dalam komunitas.
2. Penelitian Medis: Memilih pasien dengan kondisi medis spesifik untuk mempelajari efek dari pengobatan tertentu.
3. Penelitian Pendidikan: Memilih guru berpengalaman dalam metode pengajaran tertentu untuk mengevaluasi efektivitas metode tersebut.

Purposive sampling sangat berguna dalam konteks di mana peneliti memiliki pengetahuan atau informasi yang memungkinkan mereka untuk memilih subjek yang paling relevan dan bermanfaat untuk tujuan penelitian mereka. Namun, karena sifatnya yang subjektif, hasil dari penelitian dengan teknik ini mungkin tidak dapat digeneralisasi ke populasi yang lebih luas.

1.6.7 Keabsahan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan triangulasi data untuk menguji validitas data. Konsep triangulasi menurut Denzin dan Lincoln (2018) mengacu pada penerapan dan penggabungan beberapa pendekatan teoritis dan metodologis dalam menganalisis fenomena yang sama. Terdapat empat jenis triangulasi yang diidentifikasi oleh Denzin:

1. Triangulasi Data, fokusnya adalah pada sumber data yang telah ditemukan oleh peneliti dan dirumuskan oleh individu yang berbeda.
2. Triangulasi Teori, berkaitan dengan pendekatan data dalam pemikiran dan kesimpulan sementara, memungkinkan berbagai sudut pandang teoritis berdampingan.
3. Triangulasi Metode, merujuk pada penggabungan metode oleh peneliti dalam melakukan observasi.
4. Triangulasi Penyidik, melibatkan penggunaan observasi atau wawancara yang dilakukan oleh pihak yang berbeda untuk mengontrol atau mengoreksi bias subjektif dari individu.