

ABSTRAK

Shaneisha Prima Elmira, 24071119214. Judul Penelitian ini adalah "Pengelolaan Komunikasi Intrapersonal dalam Membentuk Konsep Diri (Studi Deskriptif Kualitatif tentang Pengelolaan Komunikasi Intrapersonal dalam Membentuk Konsep Diri untuk Menjaga Kesehatan Mental Mahasiswa Universitas Garut)".

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya komunikasi intrapersonal yang jarang dibahas dalam Ilmu Komunikasi, khususnya Psikologi Komunikasi. Maraknya kasus tentang kesehatan mental dewasa ini menjadi pemicu poin latar belakang ini yaitu bagaimana komunikasi intrapersonal yang dilakukan sehingga sebuah informasi atau stimulus yang diterima dapat mengganggu kesehatan mental individu. Tujuan penelitian ini untuk menguraikan bagaimana proses komunikasi intrapersonal setiap individu untuk membentuk konsep diri yang positif sehingga kesehatan mental tiap mahasiswa dapat terjaga dengan stabil.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggunakan teori pengolahan informasi dari Psikologi Komunikasi. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara mendalam, observasi, studi pustaka, dan dokumentasi. Informan pada penelitian ini berjumlah 7 orang mahasiswa per fakultas yang ada di Universitas Garut, dan 2 orang narasumber dari bidang akademisi yaitu Dosen Ilmu Komunikasi Universitas Pasundan dan Praktisi Psikologi ZR Biro Psikologi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bentuk komunikasi intrapersonal dapat berupa respon yang berbagai macam dari setiap individu. Respon dari sensasi menunjukkan penerimaan informasi dengan lapang dada, menyesuaikan dengan kondisi individu, menerima informasi secara sadar maupun memproses emosi terlebih dahulu ketika menerima informasi. Berbeda dengan respon sensasi yang menunjukkan sifat netral, tidak memberikan makna apapun, dan memberikan makna positif pada informasi yang diterima. Sedangkan respon dari memori berupa fokus pada pengalaman, bercermin dari perilaku orang lain maupun mengingat batasan diri yang sudah dibangun. Adapun respon dari berpikir adalah memikirkan konsekuensi yang akan terjadi, fokus pada prinsip dan konsep diri, bercermin dari pengalaman maupun mempertimbangkan kebutuhan dan skala prioritas.

Kata kunci : Komunikasi Intrapersonal, Konsep Diri, Kesehatan Mental

ABSTRACT

Shaneisha Prima Elmira, 24071119214. The title of this research is “Management of Intrapersonal Communication in Establishing the Self Concept (Qualitative Descriptive Study of Intrapersonal Communication in Establishing the Self-Concept to Maintain the Mental Health of Garut University Student)”.

This research is undermined by the importance of intrapersonal communication that is rarely discussed in Communication Science, especially Communication Psychology. So the case of mental health today is the trigger of this background point of how intrapersonal communication is carried out so that an information or stimulus received can interfere with the mental health of a person.

The purpose of this research is to explain how the process of intrapersonal communication of each individual to form a positive self-concept so that each student's mental health can be stable awakened. The research uses qualitative approach using information processing theory from Communication Psychology. Data collection techniques that used are in-depth interviews, observations, library studies, and documentation. The informants in this study were seven students per faculty at Garut University, and two sources person from academic University Pasundan's Communication Science Lecturer and the Psychology Practitioner of ZR Psychologi in Garut City.

The results of this study show that the forms of intrapersonal communication can be a variety of responses from each individual. The response from the sensation indicates the reception of information with relieved, adjusting to individual circumstances, receiving information consciously or processing emotion first when receiving the information. The other sensational response that shows neutral nature, does not giving any meaning, and gives positive meaning to the information that person received. Whereas the response of memory is to focus on experience, reflect on other people's behavior or remember the self-limits that have been built. The response of thinking is to think about the consequences that will occur, focus on the principles and self-concept, mirror the experience or consider the need and scale priorities.

Keyword : Intrapersonal Communication, Self-Concept, Mental Health