

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN

2.1.Kajian Pustaka

Kajian pustaka ialah kumpulan rujukan dari berbagai macam referensi yang dipakai untuk penulisan penelitian yang akan dikaji oleh peneliti berupa buku, jurnal, artikel, skripsi, *tesis*, disertasi, penelitian terdahulu, dan karya ilmiah lain (Nurhadi, 2021). Menurut KBBI, Daftar pustaka disusun sesuai abjad yang berisi judul buku, nama pengarang, penerbit, tahun, dan identitas referensi yang lain.

2.1.1 Tinjauan Hasil Penelitian Terdahulu

2.1.1.1 Penelitian Dalam Perspektif 1

Dina Aulia, Indira Fatra Deni (2022). Komunikasi Intrapersonal dalam Proses Pembentukan Konsep Diri Mahasiswa Ilmu Komunikasi UIN Sumatera Utara. Jurnal Inovasi Ilmu Humaniora dan Sosial. Volume 2, Nomor 3. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. ISSN: 2775-6165.

DOI : <https://doi.org/10.35877/454RI.daengku989>

Jurnal tersebut membahas tentang komunikasi intrapersonal dalam membentuk konsep diri. Yang mana konsep diri terbentuk karena awal komunikasi dengan diri sendiri serta proses psikologi berupa persepsi dan kesadaran dari setiap individu. Dengan komunikasi

intrapersonal yang baik, maka dapat menjadi acuan untuk lebih mengenali kekuatan dan kelemahan yang ada pada diri sendiri. Tujuan penelitian ini untuk mengungkap komunikasi intrapersonal yang dimulai dari sensasi, persepsi, memori, serta berpikir individu untuk dapat memahami dirinya untuk proses pembentukan konsep diri.

Teori yang digunakan penelitian ini yaitu Teori Tabula Rasa (selembar kertas biasa) dalam Psikologi Komunikasi, yang memiliki arti bahwa manusia tidak memiliki ide atau pemikiran saat lahir. Jadi semua akal, ide, pendapat atau hasil analisis adalah murni pemikiran individu yang dimiliki dari konsep diri yang matang. Konsep diri yang matang dapat mempengaruhi cara berpikir seseorang dalam menyelesaikan masalah, membuat keputusan, serta mengatur pemikirannya sendiri. Penelitian tersebut menggunakan metode studi kasus.

Kesimpulan penelitian mengungkapkan bahwa beberapa mahasiswa mengaku tidak mengetahui tentang konsep diri, bahkan tidak pernah terlibat dalam proses komunikasi intrapersonal. Beberapa lainnya menganggap komunikasi intrapersonal bukan suatu kebutuhan karena mereka percaya banyak cara lain untuk belajar konsep diri. Dan sisanya berpendapat bahwa hal yang paling penting dan dominan dalam meraih kesuksesan adalah dengan melakukan komunikasi intrapersonal.

2.1.1.2 Penelitian Dalam Perspektif 2

Akhmad Saoqillah (2022). Peranan Komunikasi Intrapersonal dalam Proses Pembentukan Konsep Diri Mahasiswa KPI IUQI. Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam. Volume 1, Nomor 2. Institut Ummul Quro Al-Islami Bogor. E-ISSN : 2809-4735. P-ISSN 2809-6932. DOI : <https://doi.org/10.51192/ja.v1i2.210>

Penelitian tersebut membahas tentang peran komunikasi intrapersonal dalam membentuk konsep diri. Yang mana komunikasi intrapersonal merupakan dasar dari komunikasi berbentuk interaksi dengan diri sendiri dan memiliki peran penting untuk membentuk konsep diri. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui komunikasi intrapersonal, jati diri, serta peran komunikasi intrapersonal dalam pembentukan konsep diri mahasiswa universitas tersebut.

Penelitian ini menggunakan teori komunikasi intrapersonal dan teori konsep diri. Rakhmat berpendapat bahwa komunikasi intrapersonal merupakan proses mengolah informasi, dengan empat tahapan yaitu sensasi, persepsi, memori, berpikir. Maka persepsi yang dibentuk oleh tiap individu akan berbeda satu sama lain. Hasil persepsi tersebut akan menimbulkan pengertian tentang konsep diri seorang individu. Konsep diri menurut Calhoun dan Acocella ialah pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri, harapan menjadi individu yang diinginkan, dan nilai terhadap dirinya berupa

pengetahuan, pengharapan, serta penilaian (Saoqillah, 2022). Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah kualitatif.

Adapun hasil yang didapatkan dari penelitian ini ditelaah melalui analisis perilaku peranan, yang mencakup tiga pendekatan, yaitu ; ketentuan peran, gambaran peran, harapan peran. Setiap informan berharap agar dapat berubah menjadi lebih baik dari sebelumnya. Untuk dimensi pertama dalam konsep diri (pengetahuan individu tentang dirinya) sudah cukup baik, serta hal-hal yang membentuk konsep diri seseorang menjadi positif karena telah memahami segala yang ada pada dirinya.

2.1.1.3 Penelitian Dalam Perspektif 3

Yogi Noviariski (2021). Peran Komunikasi Intrapersonal sebagai *Self-Healing*. Volume 2, Nomor 2. Jurnal Komunikasi dan Bahasa. Universitas Bengkulu. E-ISSN : 2723-7664. DOI : <https://doi.org/10.53565/nivedana.v2i2.326>

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh peran komunikasi intrapersonal sebagai *self-healing* atau pengobatan diri sendiri. Tujuan penelitian tersebut untuk mengungkap komunikasi intrapribadi dalam upaya untuk menyembuhkan diri sendiri yang berupa menanamkan pemikiran positif agar dapat merangsang sel-sel dalam tubuh. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan studi pustaka.

Adapun hasil dan pembahasan dalam penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat berbagai macam kegiatan komunikasi intrapersonal yang dilakukan dalam kegiatan sehari-hari salah satunya berpikir. Berpikir menjadi aktivitas yang penting sebagai alat pengendali kehidupan jasmani, yang dapat memberikan pengaruh satu sama lain. Aktivitas berpikir ini dilakukan rutin saat menerima informasi dari luar, yang kemudian memberikan hasil positif atau negatif kepada individu. Cara menerima informasi tersebut tergantung cara setiap individu menerima dan mengolahnya. Dalam kasus ini terkait virus *covid-19*, kecemasan berlebih dalam menerima pesan yang beredar di media massa dapat membuktikan komunikasi intrapersonal yang dilakukan individu dalam mengolah informasi dapat diproses menjadi pesan positif ataupun pesan negatif. Seseorang yang dapat mengolah informasi tersebut menjadi pesan positif akan memberikan dampak yang positif tubuhnya berupa kesehatan. (Noviariski, 2021)

Tabel 2.1

Matriks Penelitian Terdahulu dalam Pendekatan Kualitatif tentang Komunikasi Intrapersonal dalam Proses Pembentukan Konsep Diri Mahasiswa Ilmu Komunikasi UIN Sumatera Utara

No.	Item	Peneliti 1
1.	Nama, Tahun, Judul dan Nama Kota	Dina Aulia, Indira Fatra Deni (2022). Komunikasi Intrapersonal dalam Proses Pembentukan Konsep Diri Mahasiswa Ilmu Komunikasi UIN Sumatera Utara. Medan, Sumatera Utara.
2.	Tujuan Penelitian	Tujuan Penelitian ini adalah untuk mempelajari komunikasi intrapersonal yang dilakukan dalam membentuk konsep diri melalui proses psikologi.
3.	Pendekatan Penelitian	Psikologi Komunikasi
4.	Teori	Teori Tabula Rasa (Selemba Kertas Putih)
5.	Hasil	Hasil penelitian dibagi beberapa kelompok. Kelompok pertama menganggap bahwa mereka tidak pernah melakukan komunikasi intrapersonal dan tidak mengetahui tentang konsep diri. Kelompok kedua menganggap bahwa konsep diri bisa didapatkan dari mana saja, tidak harus dengan proses komunikasi intrapersonal saja. Kelompok ketiga menganggap bahwa komunikasi intrapersonal sangat penting

		dalam membentuk konsep diri, juga dapat membantu untuk meraih kesuksesan dan cita-cita seorang individu.
6.	Perbedaan dan Persamaan Penelitian yang akan Peneliti lakukan	Perbedaan terletak pada lokus penelitian dan teori yang digunakan. Sedangkan persamaan penelitian yang akan diteliti adalah terletak pada objek yang diteliti yaitu komunikasi intrapersonal mahasiswa.
7.	Kritik	Kritik terhadap penelitian ini adalah kurangnya pengaitan hasil wawancara yang didapatkan dengan teori yang dipakai untuk lebih menguatkan isi serta hasil dalam penelitian tersebut.

Tabel 2.2

Matriks Penelitian Terdahulu dalam Pendekatan Kualitatif tentang Peranan Komunikasi Intrapersonal dalam Proses Pembentukan Konsep Diri Mahasiswa KPI IUQI

No.	Item	Peneliti 2
1.	Nama, Tahun, Judul dan Nama Kota	Akhmad Saoqillah (2022). Peranan Komunikasi Intrapersonal dalam Proses Pembentukan Konsep Diri Mahasiswa KPI IUQI. Bogor, Jawa Barat
2.	Tujuan Penelitian	Tujuan penellitian ini adalah untuk mengetahui komunikasi intrapersonal, jati diri mahasiswa, serta mengetahui peran komunikasi intrapersonal dalam proses pembentukan konsep diri.
3.	Pendekatan Penelitian	Fenomenologi
4.	Teori	Teori Komunikasi Intrapersonal dan Teori Konsep Diri
5.	Hasil	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa seseorang dengan komunikasi intrapersonal yang baik dapat membentuk konsep diri yang positif, sedangkan seseorang dengan komunikasi intrapersonal yang buruk membentuk konsep diri yang negatif. Jadi dapat disimpulkan bahwa komunikasi intrapersonal seseorang memiliki

		peran untuk membentuk konsep diri individu yang positif atau negatif tergantung dari interaksi yang dilakukan seseorang dengan dirinya sendiri.
6.	Perbedaan dan Persamaan Penelitian yang akan Peneliti lakukan	Perbedaan penelitian terletak pada lokus penelitian, sedangkan perasamaannya terletak pada teori dan objek yang diteliti.
7.	Kritik	Kritik untuk penelitian ini adalah kata-kata yang digunakan dalam penulisan kurang formal.

Tabel 2.3

**Matriks Penelitian Terdahulu dalam Pendekatan Kualitatif tentang Peran Komunikasi Intrapersonal sebagai
*Self-Healing***

No.	Item	Peneliti 3
1.	Nama, Tahun, Judul dan Nama Kota	Yogi Noviariski (2021). Peran Komunikasi Intrapersonal sebagai Self-Healing. Bengkulu, Sumatera.
2.	Tujuan Penelitian	Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengungkap peran komunikasi intrapersonal sebagai obat penyembuhan diri atau <i>self-healing</i> .
3.	Pendekatan Penelitian	Kualitatis Studi Pustaka
4.	Teori	-
5.	Hasil	Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwa salah satu komunikasi intrapersonal yang dapat dilakukan adalah dengan proses berpikir dalam menghadapi informasi yang beredar. Cara pandang seorang individu akan sangat mempengaruhi dalam pembentukan imun dalam tubuh. Meskipun banyak informasi beredar terkait covid-19, namun jika pemikiran individu tersebut positif maka kemungkinan untuk sembuh akan lebih besar

6.	Perbedaan dan Persamaan Penelitian yang akan Peneliti lakukan	Perbedaan penelitian terletak pada fokus permasalahan dari komunikasi intrapersonal, sedangkan persamaannya adalah objek komunikasi intrapersonal.
7.	Kritik	Kritik untuk penelitian ini adalah alangkah lebih baiknya jika disertakan penelitian melalui informan serta narasumber untuk memperkuat hasil penelitian.

2.2. Kerangka Pemikiran

2.2.1 Kerangka Teoritis

2.2.1.1 Tinjauan Ilmu Komunikasi

2.2.1.1.1 Pengertian Ilmu Komunikasi

Manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan interaksi dengan sesamanya untuk dapat bertahan hidup dan mencapai tujuan yang diinginkan. Salah satunya dengan melakukan komunikasi. Komunikasi atau yang biasa dikenal dengan *communication* dalam Bahasa Inggris berasal dari kata *communis* (sama) dalam bahasa latin yang kemudian memunculkan kata-kata latin lainnya sebagai persamaan, seperti *communico*, *communication* atau *communicare* yang memiliki arti (membuat sama / *to make common*) (Tita Melia, 2022).

Menurut Hovland, Janis, & Kelley, komunikasi adalah proses menyampaikan sebuah pikiran, informasi, perasaan, kemahiran menggunakan tanda-tanda seperti kata, gambar, angka, dan lain-lain. Menurut Rogers & D. Lawrence Kincaid mengungkapkan bahwa komunikasi yaitu sebuah mekanisme kegiatan dua individu atau lebih bertujuan untuk saling memberikan informasi satu sama lain (Humairaa, 2021).

2.2.1.1.2 Unsur-unsur Komunikasi

Unsur atau elemen komunikasi yang dimaksud adalah bagian dari keseluruhan proses komunikasi. Proses tersebut dapat berjalan dengan lancar jika memenuhi unsur-unsur komunikasi yang seharusnya, antara lain :

1. Sumber yaitu individu yang menyampaikan sebuah informasi atau (*source*), yang paling umum disebut komunikator. (Cangara, 2018)
2. Pesan adalah sebuah kabar untuk diberikan oleh komunikator kepada komunikan. Cara penyampaian pesan sangat beragam, dapat melalui simbol-simbol, kata-kata, mimik wajah, intonasi suara serta bahasa tubuh (Nuzuli, 2022).
3. Media adalah instrumen yang diperlukan untuk membantu proses penyampaian pesan dari pengirim kepada penerima (Nuzuli, 2022).
4. Penerima adalah pihak yang menjadi target untuk menerima pesan dari pengirim pesan yang dapat berjumlah lebih dari satu orang (Cangara, 2018).
5. Pengaruh dari penyampaian pesan dapat terjadi ketika pesan yang disampaikan mampu merubah perilaku atau pola pikir penerima pesan tersebut.
6. Umpan Balik adalah tanggapan atau respon dari pesan yang diberikan oleh komunikator kepada komunikan.

2.2.1.1.3 Fungsi Komunikasi

Fungsi komunikasi yang diuraikan oleh Alo Liliweri terdiri dari fungsi pribadi dan fungsi sosial (Nurhakki, 2017).

1) Fungsi Pribadi Komunikasi

a. Identitas Sosial

Komunikasi ini dapat mendeskripsikan jati diri, yang mana individu selalu membawa karakter pribadi, simbol-simbol publik maupun ciri-ciri budaya.

b. Integrasi sosial

Komunikasi sebagai integrasi sosial dapat membangun hubungan dan aliansi dengan individu lain. Dengan komunikasi manusia mengenali dirinya dan juga mengenali orang lain, mengisyaratkan keteratikan satu sama lain, membujuk, serta melakukan negosiasi yang kemudian membentuk penyatuan sebuah hubungan.

c. Kognitif

Dengan komunikasi, sebuah gagasan dapat diterima dan dipahami dengan berpikir.

d. Jalan Keluar

Fungsi komunikasi ini dapat membantu seseorang dalam memecahkan masalah (*problem solving*).

2) Fungsi Sosial

Fungsi sosial meliputi melakukan pengawasan terkait lingkungan, mensosialisasikan nilai, dan menghibur.

2.2.1.2 Komunikasi Intrapersonal

2.2.1.2.1 Definisi Komunikasi Intrapersonal

Hardjana berpandangan bahwa komunikasi intrapribadi merupakan kegiatan komunikasi seseorang dengan dirinya sendiri dikarenakan manusia adalah makhluk rohaniah, yaitu mempunyai keahlian untuk merefleksikan diri sendiri, dengan membuat batasan dengan diri sendiri ketika menjadi subjek maupun objek. Komunikasi intrapersonal memerlukan "kejujuran" pikiran untuk memaknai segala hal yang dirasakan maupun dilihat secara objektif terhadap gejala yang pada diri sendiri (Panuju, 2018).

Kemampuan berkomunikasi dengan diri sendiri mempunyai kunci penting agar dapat berjalan baik yaitu dengan mengenal diri sendiri (*who am I?*). Apabila seorang individu telah mengenal dirinya dengan baik, maka ia mempunyai pemahaman yang berguna untuk individu tersebut ataupun untuk orang lain. Yang mana sangat berguna untuk membentuk konsep diri maupun berguna saat membangun komunikasi dengan lawan bicara (Panuju, 2018). Berikut pengertian komunikasi intrapribadi menurut para ahli :

1. Menurut July Pearson & Paul Nelson (2011) berpendapat bahwa komunikasi intrapribadi ialah penggunaan pesan untuk mewujudkan makna di dalam diri.
2. Menurut Ronald B. Adler & George Rodman (2006) memberikan definisi tentang komunikasi intrapersonal yaitu proses dialog seorang individu dengan dirinya sendiri.
3. Menurut Jurgen Ruesch & Gregory Bateson mendefinisikan komunikasi intrapribadi sebagai dasar dari semua wacana. Wacana tersebut berupa aktivitas berbicara dengan diri sendiri, membaca sesuatu didalam hati, membuat imajinasi saat melihat sesuatu, dan lain sebagainya.
4. Menurut Charles V. Roberts (1983) mendefinisikan komunikasi intrapersonal ialah pesan fisiologis dan psikologis yang diciptakan oleh individu berupa penguraian, pemrosesan, penyimpanan pesan secara sadar maupun tidak sadar yang memiliki tujuan untuk memberikan definisi, mempertahankan, atau mengembangkan masalah sosial, psikologis, atau diri fisik. (Panuju, 2018)

Aktivitas komunikasi intrapersonal yang dilakukan sehari-hari dapat berupa rasa bersyukur, berdo'a, menulis jurnal harian untuk mengevaluasi kegiatan yang dilakukan setiap harinya, melakukan afirmasi positif kepada diri sendiri, serta berimajinasi secara kreatif.

2.2.1.2.2 Proses Komunikasi Intrapersonal

Berikut tahapan proses komunikasi intrapersonal, antara lain ;

1. Sensasi

Komunikasi intrapersonal terjadi karena adanya stimulus, yang mana akan membentuk sebuah reaksi yang dirasakan melalui alat indera kemudian menghasilkan stimuli internal maupun eksternal. Seorang ahli komunikasi bernama Mark Knapp menyatakan dua faktor yang mempengaruhi komunikasi intrapersonal, yaitu stimuli internal dan stimuli eksternal.

- a) Stimuli internal mencakup motif pribadi, sikap, dan konsep diri.
- b) Stimuli eksternal mencakup segala kejadian diluar individu
(Rahmiana, 2019)

2. Persepsi

Persepsi yaitu pengalaman yang didapatkan melalui penafsiran pesan tentang objek, keadaan, maupun hubungan yang didapatkan dari interaksi dengan lingkungannya. (Rakhmat, 2018).

3. Memori

Memori memiliki peran penting untuk memberikan pengaruh atas keberlanjutan informasi yang telah diterima menjadi persepsi atau sebuah kerangka pemikiran. Mengetahui lebih dalam memori yang dimiliki individu akan membawa kita pada psikologi kognitif dengan tujuan utama sebagai pengolah informasi (Rakhmat, 2018).

4. Berpikir

Penarikan kesimpulan ini menghasilkan berbagai macam respon seperti pengambilan keputusan, pemecahan masalah, berpikir kreatif, dan lain sebagainya (Rakhmat, 2018).

2.2.1.2.3 Fungsi Komunikasi Intrapersonal

Berikut beberapa fungsi dari komunikasi intrapersonal, diantaranya :

1. Komunikasi Intrapersonal sebagai kesadaran diri memungkinkan individu untuk memahami sifat atau kepribadian mereka sendiri.
2. Komunikasi intrapersonal yang baik dapat meningkatkan rasa percaya diri.
3. Komunikasi intrapersonal dapat membangun manajemen diri, yang mana individu tersebut sadar akan kekuatan dan kelemahan yang dimilikinya sehingga dapat memfokuskan apa yang harus dimaksimalkan.
4. Motivasi Diri dalam komunikasi intrapersonal dapat menggambarkan pemahaman yang mutlak tentang sesuatu yang diinginkan seseorang dalam hidupnya, dan memungkinkan seseorang untuk memotivasi dirinya sendiri demi mencapai tujuan yang ia inginkan.
5. Fokus kepada hal yang dituju karena telah memahami apa yang dibutuhkan oleh diri sendiri.

6. Sifat mandiri akan muncul disebabkan oleh kesadaran diri yang tinggi.
7. Kemampuan beradaptasi individu yang memiliki komunikasi intrapersonal baik akan mudah beradaptasi dengan lingkungannya karena rasa percaya diri yang dimilikinya (Rahmiana, 2019).

2.2.1.3 Tinjauan Public Relations

2.2.1.3.1 Pengertian Public Relations

IPRA (*International Public Relation Association*) memberikan definisi terkait Public Relation, yakni fungsi manajemen yang terencana dan dibuat oleh sebuah organisasi maupun lembaga untuk memperoleh rasa pengertian satu sama lain, simpati, dukungan dari *stakeholder* yang akan diajak bekerja sama untuk dapat mencapai tujuan dan kepentingan bersama yang efektif (Sari, 2017). Istilah *Public Relations* merupakan kata dari bahasa Inggris yang kemudian dikenal dalam bahasa Indonesia sebagai hubungan masyarakat atau yang disingkat sebagai "Humas". Humas merupakan aktivitas menjalin koneksi dengan khalayak diluar dan didalam sebuah organisasi (Komala, 2009).

2.2.1.3.2 Ruang Lingkup Public Relations

Cutlip Center dan Broom menjelaskan sepuluh pekerjaan Public Relations, sebagai berikut :

1. Membuat press release untuk karyawan perusahaan maupun *stakeholder* eksternal dalam bentuk cetak siaran, *feature*, *newsletter*.
2. Menjalin hubungan dengan media seperti koran, publikasi perdagangan, penulis *freelance* maupun media lainnya untuk bekerja sama dalam membuat berita atau mempublikasikan perusahaan.
3. Melakukan riset, dengan mengumpulkan informasi dari opini publik, isu yang beredar, kebutuhan konsumen, peraturan UU, media yang berhubungan dengan perusahaan.
4. Sebagai manajemen dan administrasi yaitu membuat program dan perencanaan dengan manajer lain untuk menetapkan prioritas, memastikan kebutuhan, dan menyusun strategi.
5. Konseling, adalah aktivitas memberi arahan maupun masukan kepada bidang manajemen perusahaan.
6. Mengatur acara khusus seperti mengurus dan mengendalikan jalannya acara konferensi *pers*, *open house*, *grand opening*, dan kegiatan perusahaan lainnya.
7. Sebagai pengatur jalannya sebuah pidato, dan melatih seseorang yang akan memberikan sambutan kepada publik.

8. Membuat produksi seperti fotografi, tipografi, tata letak, serta audio visual.
9. PR menyiapkan juru bicara untuk mewakili perusahaan dalam menghadapi media dan publik
10. PR sebagai jembatan untuk hubungan perusahaan dengan media, komunitas, maupun kelompok internal atau eksternal (Sari, 2017).

2.2.1.3.3 Fungsi Public Relations

Adapun fungsi utama dari Public Relations yaitu membina hubungan baik perusahaan dengan publik, maupun lembaga internal dan eksternal untuk menumbuhkan rasa saling pengertian, memberikan motivasi serta partisipasi publik demi menciptakan pendapat umum yang menguntungkan lembaga atau organisasi (Liliweri, 2011). Menurut Cutlip & Centre dan Canfield menyatakan fungsi dari public relations, diantaranya ;

1. Fokus pada aktivitas manajemen yang paling utama yaitu mencapai tujuan bersama.
2. Membina relasi yang baik antara organisasi / perusahaan dengan khalayaknya.
3. Mengidentifikasi segala sesuatu yang berkaitan dengan opini, persepsi maupun tanggapan publik terhadap organisasi / perusahaan.
4. Melayani apa yang menjadi keinginan publik serta memberi saran kepada manajer demi mencapai tujuan bersama yang diinginkan.

5. Membangun komunikasi dua arah antara perusahaan / organisasi dengan publiknya untuk mencapai tujuan bersama (Liliweri, 2011).

2.2.1.4 Teori Pengolahan Informasi

Teori pengolahan informasi merupakan salah satu teori yang digunakan dalam komunikasi intrapersonal, yang mana dapat menganalisis sesuatu yang terjadi dalam proses interaksi dengan diri sendiri. Seperti halnya sistem komunikasi intrapersonal yang melibatkan sensasi, persepsi, memori, dan berpikir untuk dapat memutuskan sesuatu atau membuat suatu pikiran menjadi hal yang nyata.

Teori ini menganalogikan otak manusia dengan komputer. Secara singkat, informasi yang diterima akan melalui proses sensasi, persepsi, memori, dan berpikir. (Rakhmat, 2018).

1) Sensasi

Sensasi merupakan tahap paling awal dalam penerimaan informasi. Sensasi berasal dari kata "*sense*" yang artinya alat penginderaan. Alat penginderaan tersebut menghubungkan organisme dengan lingkungannya. Melalui alat indra, manusia dapat memahami kualitas fisik lingkungannya, apapun yang disentuh oleh alat indra disebut stimuli (Laksana, 2015).

2) Persepsi

Persepsi adalah pengalaman tentang objek, peristiwa, atau hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan. Maksud dari persepsi ialah memberikan makna pada stimuli indrawi (*sensory stimuli*) (Laksana, 2015).

3) Memori

Memori adalah sistem yang sangat terstruktur, yang menyebabkan organisme mampu merekam fakta dan menggunakan pengetahuannya untuk membimbing perilakunya. Memori berperan penting dalam memengaruhi persepsi ataupun berpikir (Laksana, 2015).

4) Berpikir

Berpikir melibatkan semua proses yang terjadi sebelumnya, yaitu sensasi, persepsi, dan memori. Berpikir menunjukkan berbagai kegiatan yang melibatkan penggunaan konsep dan lambang sebagai pengganti objek dan peristiwa (Laksana, 2015).

2.2.2 Kerangka Konseptual

2.2.2.1 Konsep Diri

2.2.2.1.1 Definisi Konsep Diri

William D. Brooks mengungkapkan pengertian tentang konsep diri, yaitu “*a perceptions of our physical, our social, our psychological side that we got from experiences and an interaction with others.*” Yang memiliki arti sebagai sebuah persepsi yang dibuat oleh diri kita sendiri

terkait kondisi fisik, keadaan sosial, dan keadaan psikologis yang berasal dari pengalaman serta hubungan individu tersebut dengan sesamanya (Rakhmat, 2018). Konsep diri itu ialah sesuatu yang seorang individu pikirkan dan rasakan terhadap dirinya sendiri. Pengertian lain yang diungkapkan oleh Anita Taylor *et al.* adalah *"everything that you think and feel about yourself, including all thoughts and feelings about yourself"* (1977 : 98) (Laksana, 2015). Konsep diri merupakan hal yang penting untuk menafsirkan kepribadian seseorang, memiliki peran penting sebagai faktor di dalam integrasi kepribadian, memotivasi tingkah laku serta mencapai kesehatan mental (As'ad, 2019). Berikut adalah beberapa definisi konsep diri menurut para ahli :

1. Menurut Rogers, konsep diri yang paling utama yaitu diri (*self*) mencakup ide-ide, persepsi, serta nilai berisi kesadaran tentang diri sendiri.
2. Menurut Chaplin, konsep diri ialah pemahaman seseorang tentang dirinya sendiri.
3. Burn mengatakan konsep diri merupakan representasi dari apa yang kita pikirkan, pendapat orang lain tentang kita, dan harapan menjadi seorang seperti apa yang kita inginkan.
4. Menurut Cawagas Pudjiyogyanti, konsep diri itu meliputi seluruh pandangan individu tentang fisik, karakter pribadi, motivasi, kelebihan dan kekurangan diri.

5. Konsep diri menurut Hurlock ialah gambaran seorang individu tentang dirinya sendiri. (As'ad, 2019)

2.2.2.1.2 Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Terbentuknya konsep diri setiap individu memiliki perbedaan. Faktor yang membentuk konsep diri yaitu dari pola asuh yang dialami individu, lingkungan sekitar tempat individu tersebut dibesarkan, dan faktor kognitif dari individu tersebut. Faktor yang mempengaruhi konsep diri menurut Rakhmat yaitu karena orang lain dan faktor kelompok. Sementara itu, menurut Pudjiyogyanti menyatakan bahwa konsep diri dipengaruhi oleh peranan citra fisik, peranan seksual, peranan perilaku orang tua, dan peranan faktor sosial (As'ad, 2019).

2.2.2.1.3 Ciri-ciri Konsep Diri Positif dan Negatif

Komunikasi intrapersonal yang baik dapat membentuk konsep diri yang positif, namun sebaliknya jika komunikasi intrapersonal buruk maka terbentuklah konsep diri yang negatif. Berikut ciri-ciri konsep diri positif menurut Jalaluddin Rakhmat, diantaranya :

1. Rasa yakin dengan kemampuan diri sendiri untuk mengatasi masalah
2. Merasa diri sendiri setara dengan orang lain
3. Dapat menerima pujian dari orang lain tanpa rasa malu

4. Menyadari bahwa setiap orang memiliki perasaan yang berbeda, keinginan yang beragam, dan perilaku yang sepenuhnya tidak seluruhnya disetujui masyarakat
5. Dapat mengevaluasi dan memperbaiki dirinya sendiri karena ia sanggup mengungkapkan aspek kepribadian yang disukai dan tidak disukai olehnya dan berusaha mengubahnya (Rakhmat, 2018).

Selanjutnya, berikut ciri-ciri konsep negatif menurut Jalaludin Rakhmat, diantaranya :

1. Individu tersebut peka terhadap kritik, yang mana individu ini tidak tahan akan berbagai kritik yang diberikan oleh orang lain dan mudah marah. Bagi orang ini, kritik yang diberikan akan dianggap sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya.
2. Individu tersebut sangat responsif terhadap pujian, yang mana individu ini sangat senang jika mendapat kritik karena dianggap dapat menunjang harga dirinya, dan sangat senang untuk memberikan koreksi terhadap orang lain tanpa melihat kelebihan yang orang lain miliki.
3. Merasa tidak disenangi orang lain, karena merasa tidak diperhatikan. Ia menganggap bahwa orang lain adalah musuh sehingga tidak bisa melahirkan hubungan baik dengan orang lain.
4. Pesimis dengan setiap kompetisi karena tidak ingin bersaing dengan orang lain dalam hal mencapai sebuah prestasi. Ia

menganggap bahwa ia tidak perlu membuat respon persaingan yang akan merugikan dirinya sendiri. (Rakhmat, 2018).

2.2.2.1.4 Dimensi Konsep Diri

Dimensi konsep diri menurut Berzonsky terdiri dari empat dimensi, diantaranya :

1. Fisik diri (*physical self*), mencakup suatu materi secara nyata yang dimiliki oleh seorang individu, seperti pakaian, tubuh, dan sebagainya.
2. Diri sosial (*social self*) mencakup peran sosial yang dijalankan dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri di lingkungan sekitar.
3. Diri moral (*moral self*) mencakup seluruh nilai dan prinsip seorang individu dalam kehidupan yang ia jalani.
4. Diri psikis (*psychological self*) mencakup perasaan, pola pikir, dan sikap individu terhadap dirinya sendiri (Yolanda Puspita Dewi, 2020).

2.2.2.2 Kesehatan Mental

2.2.2.2.1 Definisi Kesehatan Mental

Sehat (*health*) secara umum dapat dipahami sebagai kesejahteraan secara penuh (keadaan yang sempurna) secara fisik, mental, maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau keadaan lemah. Pribadi yang normal/ bermental sehat adalah pribadi yang menampilkan tingkah laku yang kuat dan bisa diterima masyarakat pada umumnya,

sikap hidupnya sesuai norma dan pola kelompok masyarakat, sehingga ada relasi interpersonal yang memuaskan (Amalia, 2020). Menurut Karl Menninger, individu yang sehat mentalnya adalah mereka yang memiliki kemampuan untuk menahan diri, menunjukkan kecerdasan, berperilaku dengan menenggang perasaan orang lain, serta memiliki sikap hidup yang bahagia (Amalia, 2020).

Individu yang sehat mental dapat didefinisikan dalam dua sisi, secara negatif dengan absennya gangguan mental dan secara positif yaitu ketika hadirnya karakteristik individu sehat mental. Adapun karakteristik individu sehat mental mengacu pada kondisi atau sifat-sifat positif, diantaranya kesejahteraan psikologis yang positif, karakter yang kuat serta sifat-sifat baik (Amalia, 2020).

2.2.2.2.2 Jenis-jenis Masalah Kesehatan Mental

Terdapat beberapa jenis masalah kesehatan mental, berikut ini adalah tiga jenis kondisi yang paling umum terjadi :

1) Stress

Stress adalah keadaan ketika seseorang mengalami tekanan yang sangat berat, baik secara emosi maupun mental. Seseorang yang stres biasanya akan tampak gelisah, cemas, dan mudah tersinggung. Stress juga dapat mengganggu konsentrasi, mengurangi motivasi, dan pada kasus tertentu, memicu depresi (Amalia, 2020).

2) Gangguan Kecemasan

Gangguan kecemasan adalah kondisi psikologis ketika seseorang mengalami rasa cemas berlebihan secara konstan dan sulit dikendalikan, sehingga berdampak buruk terhadap kehidupan sehari-hari. Penderita gangguan kecemasan mengalami rasa cemas yang berkepanjangan dan kerap timbul pada tiap situasi. Selain rasa gelisah atau takut yang berlebihan, gejala psikologis lain yang bisa muncul pada penderita ini adalah berkurangnya rasa percaya diri, menjadi mudah marah, stress, sulit berkonsentrasi dan menjadi penyendiri (Amalia, 2020).

3) Depresi

Depresi merupakan gangguan suasana hati yang menyebabkan penderitanya terus menerus merasa sedih. Perasaan sedih ini berlangsung hingga berminggu-minggu atau berbulan-bulan. Selain mempengaruhi perasaan atau emosi, depresi juga dapat menyebabkan masalah fisik, mengubah cara berpikir, serta mengubah cara berperilaku penderitanya. Tidak jarang penderita depresi sulit menjalani aktivitas sehari-hari secara normal. Pada kasus tertentu, mereka bisa menyakiti diri sendiri dan mencoba bunuh diri (Amalia, 2020).

2.2.2.2.3 Penyebab Kesehatan Mental

Beberapa penyebab umum dari gangguan mental antara lain cedera kepala, faktor genetik, kekerasan dalam rumah tangga, kekerasan pada anak, gangguan pada otak, mengalami diskriminasi, mengalami kehilangan atau kematian seseorang terdekat, mengalami kerugian sosial, merawat anggota keluarga yang sakit kronis, pengangguran atau kehilangan pekerjaan, pengaruh alkohol, stres berat yang dialami dalam waktu lama, terisolasi secara sosial atau kesepian, tinggal di lingkungan perumahan yang buruk, serta trauma yang signifikan.

2.2.3 Bagan Kerangka Pemikiran

