

**KOMUNIKASI PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISLCOSURE*)
GENERASI Z PENDERITA *MENTAL ILLNESS*
(Studi Kualitatif Deskriptif terhadap Keterbukaan Diri Generasi Z)**

SKRIPSI



OLEH

Diana Kristin Simangunsong
20043010157

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAWA TIMUR
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
SURABAYA
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

KOMUNIKASI PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISLCOSURE*)
GENERASI Z PENDERITA *MENTAL ILLNESS*
(Studi Kualitatif Deskriptif terhadap Keterbukaan Diri Generasi Z)

Disusun oleh:

Diana Kristin Simangunsong
20043010157

Telah disetujui untuk mengikuti ujian skripsi

Menyetujui,

PEMBIMBING



Farikha Rachmawati, S.I.Kom., M.I.Kom
NPT. 21219950321327

Mengetahui

DEKAN FISIP



Dr. Catur Suratnoaji, S.Sos., M.Si
NIP. 196804182021211006

LEMBAR PENGESAHAN

KOMUNIKASI PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISLCOSURE*)
GENERASI Z PENDERITA *MENTAL ILLNESS*
(Studi Kualitatif Deskriptif terhadap Keterbukaan Diri Generasi Z)

Disusun oleh:

Diana Kristin Simangunsong
20043010157

Telah dipertahankan dan diterima oleh Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu
Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Pembangunan Nasional
Veteran Jawa Timur pada tanggal 8 Juli 2024

Pembimbing

Tim Penguji,
Ketua

1.

Farikha Rachmawati, S.I.Kom., M.I.Kom.
NPT. 21219950321327

Dr. Yuli Candrasari, M.Si
NIP. 197107302021212003

2.

Sekretaris

Dra. Sumardijati, M.Si
NIP. 196203231993092001

3.

Anggota

Farikha Rachmawati, S.I.Kom., M.I.Kom.
NPT. 21219950321327

Mengetahui,
DEKAN FISIP

Dr. Catur Suratnoaji, M.Si
NIP. 196804182021211006

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Nama : Diana Kristin Simangunsong
NPM : 20043010157
Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : KOMUNIKASI PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISCLOSURE*)
GENERASI Z PENDERITA *MENTAL ILLNESS*
(Studi Kualitatif Deskriptif terhadap Keterbukaan Diri Generasi Z)

Dengan ini menyatakan,

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik, baik di Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur maupun institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing akademik.
3. Hasil karya saya ini merupakan revisi terakhir setelah diajukan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi apapun sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur.

Surabaya 19 Juli 2024


(Diana Kr

088AJX822349904

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan Kasih-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan proposal skripsi yang berjudul **“Komunkasi Pengungkapan Diri (*Self Disclosure*) Generasi Z Penderita *Mental Illness* (Studi Kualitatif Deskriptif terhadap Keterbukaan Diri Gen Z)”** dengan baik.

Penulis menyadari bahwa di dalam penyusunan proposal skripsi ini terdapat kekurangan dan kendala yang dialami. Namun, berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak penulis dapat menyelesaikannya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada pihak-pihak yang telalu membantu dalam proses penyelesaian proposal skripsi ini, diantaranya:

1. Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan penyertaannya yang tidak pernah berkesudahan setiap harinya
2. Bapak Catur Suratnoaji, MSi, Selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik UPN “Veteran” Jawa Timur
3. Ibu Dr. Syafrida N. Febriyanti, M.Med.Kom. selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Komunikasi UPN “Veteran” Jawa Timur
4. Ibu Farikha Rachmawati, S.I.Kom., M.I.Kom selaku Dosen pembimbing penulis yang senantiasa memberikan bimbingan kepada penulis dalam melakukan penelitian ini
5. Orang tua dan kakak-kakak penulis, Erdina Simangunsong, Anita Simangunsong, dan Elfrida Simangunsong, yang telah mendukung penulis selama menjalani studi baik secara finansial maupun emosional yang menjadi penyemangat penulis hingga terselesaikannya skripsi ini.
6. Teman-teman seperjuangan, Farisya, Tiaradiva, Diva, Dinok, dan Jonathan yang selalu memberi semangat dan kebahagiaan selama menjalani studi hingga terselesaikannya skripsi ini

7. Sahabat-sahabatku, Jeje, Uwen, Natan, dan Desti yang telah kebersamai penulis kurang lebih 10 tahun. Terima kasih untuk dukungan, cinta, dan kasihnya yang sangat berarti bagi kehidupan penulis
8. Teman-teman AK UPN Radio BPH Aero yang memberikan semangat, pengalaman dan keluarga baru selama menjalani masa studi hingga terselesaikannya skripsi ini
9. Seluruh informan penelitian yang dengan kerelaan hati meluangkan waktu dan tenaga untuk membantu proses penyelesaian skripsi ini
10. Lagu-lagu dalam playlist “biar semangat skripsian” yang memotivasi penulis untuk fokus dan semangat dalam proses pengerjaan hingga penyelesaian skripsi
11. Terakhir, penulis ingin mengucapkan terima kasih untuk diri sendiri, Diana Kristin Simangunsong atas perjuangan yang telah dilakukan sejauh ini dengan tidak menyerah, selalu percaya dengan kemampuan diri, dan menyelesaikan tanggung jawab dalam menjalani studi pendidikan ini dengan baik. Saya bangga kepada diri sendiri, mari bekerja sama untuk terus berkembang lagi dari hari ke hari, kehidupan dunia akan segera bermula.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu, mendukung, dan mendoakan penulis selama masa studi hingga terselesaikannya skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi berbagai pihak.

Surabaya, 27 Juni 2024

Penulis

Diana Kristin Simangunsong

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
MOTTO	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Penelitian Terdahulu	7
2.2 Landasan Teori.....	13
2.2.1 <i>Communication Privacy Management (CPM)</i>	13
2.2.2 <i>Mental illness</i>	17
2.2.3 <i>Mental illness</i> pada Generasi Z	22
2.2.4 Komunikasi interpersonal.....	25
2.2.5 <i>Self Disclosure</i> (Pengungkapan diri)	30
2.3 Kerangka Berpikir.....	39
BAB III	41
METODE PENELITIAN	41
3.1 Metode Penelitian	41
3.2 Definisi Konseptual	42
3.3 Subyek dan obyek Penelitian	43
3.4 Lokasi Penelitian.....	44

3.5 Teknik Penentuan Informan	44
3.6 Teknik Pengumpulan Data	45
3.7 Teknik Analisis Data	46
BAB IV	49
HASIL DAN PEMBAHASAN	49
4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	49
4.2 Identitas Informan	50
4.3 Penyajian dan Analisis Data	54
4.3.1 Keputusan <i>self disclosure</i> Generasi Z.....	54
4.3.1.1 Faktor pendorong <i>self disclosure</i>	54
4.3.1.2 Pertimbangan dalam <i>self disclosure</i>	56
4.3.2 Kontrol informasi dalam <i>self disclosure</i> Generasi Z.....	61
4.3.2.1 Generasi Z terbuka kepada teman sebaya.....	63
4.3.2.2 Generasi Z terbuka di media sosial.....	64
4.4 Pembahasan	68
4.4.1 Informasi Privat.....	69
4.4.2 Batasan Privat.....	71
4.4.3 Kontrol dan Kepemilikan	74
4.4.4 Manajemen Aturan	75
4.4.5 Dialektika Manajemen	80
BAB V	83
KESIMPULAN DAN SARAN.....	83
5.1 Kesimpulan	83
5.2 Saran	84
DAFTAR PUSTAKA	86

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Kerangka Berpikir	40
-------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Identitas Informan	53
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Letter Of Information	90
Lampiran 2	<i>Letter of Consent</i>	91
Lampiran 3	Guideline Interview	96
Lampiran 4	Transkrip Wawancara	98

ABSTRAK

KOMUNIKASI PENGUNGKAPAN DIRI (*SELF DISLCOSURE*) PADA GENERASI Z PENDERITA *MENTAL ILLNESS* (Studi Kualitatif Deskriptif terhadap Keterbukaan Diri Generasi Z)

Generasi Z sebagai generasi yang lahir antara 1996-2012 menjadi generasi yang tumbuh dan hidup dengan perkembangan teknologi. Identik dengan gangguan kesehatan mental, generasi stroberi menjadi penggambaran bagi Generasi Z. Generasi Z memandang kesehatan mental sebagai sesuatu yang penting untuk diperhatikan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana pengungkapan diri dengan melakukan manajemen komunikasi privasi yang dilakukan oleh Generasi Z penderita gangguan kesehatan mental. Dalam Manajemen Komunikasi Privasi dengan menggunakan lima asumsi dasar, yaitu (a) informasi privat, (b) batasan privat. (c) kontrol dan kepemilikan, (d) proses manajemen berdasarkan aturan, (e) dialektika manajemen komunikasi. Penelitian ini merupakan studi deskriptif kualitatif dengan subjek penelitian adalah generasi Z dengan menggunakan metode wawancara mendalam kepada 5 narasumber, yaitu Generasi Z usia 18 – 25 tahun yang pernah mengalami gangguan kesehatan mental dan berkonsultasi ke psikolog atau psikiater. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat gambaran manajemen komunikasi yang berbeda antara satu narasumber dengan yang lainnya berdasarkan kelima asumsi dasar dari CPM yang diaplikasikan dalam pengungkapan diri kepada lingkungan sosial dan media sosial.

Kata kunci : Pengungkapan diri, Teori Manajemen Komunikasi Privasi, Generasi Z, Gangguan Kesehatan Mental

ABSTRACT

Generation Z, born between 1996-2012, is a generation that has grown up and lived with technological developments. Synonymous with mental health disorders, the strawberry generation is a depiction of Generation Z. Generation Z views mental health as something that is important to pay attention to. Therefore, this study aims to look at how self-disclosure through privacy communication management is carried out by Generation Z with mental health disorders. In Communication Privacy Management (CPM) Theory using five basic assumptions, namely (a) private information, (b) private boundaries. (c) control and ownership, (d) rule-based management process, (e) communication management dialectics. This research is a descriptive qualitative study with the research subject is generation Z by using the in-depth interview method with 5 informants, namely Generation Z aged 18-25 years who have experienced mental health problems and consulted a psychologist or psychiatrist. The results showed that there was a different picture of communication management between one informant and another based on the five basic assumptions of CPM applied in self-disclosure to the social environment and social media.

Keywords : Self Disclosure, Communication Management Privacy (CPM), Generation Z, Mental Illness