

**STRATEGI KOMUNIKASI INTRAPERSONAL REMAJA  
BERJERAWAT DI SURABAYA DALAM MENINGKATKAN  
KEPERCAYAAN DIRI**

**SKRIPSI**



**Oleh:**


**ADILLAH RATIMAYA AZZAHRO ADAM  
20043010169**

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UPN VETERAN JAWA TIMUR  
SURABAYA  
2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**STRATEGI KOMUNIKASI INTRAPERSONAL REMAJA BERJERAWAT DI  
SURABAYA DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI**

Disusun oleh:



Adillah Ratimaya Azzahro Adam

NPM. 20043010169

Telah disetujui mengikuti ujian lisan skripsi

**DOSEN PEMBIMBING**



Dr. Yudiana Indriastuti, S.Sos., M.Si

NIP. 197410132021212005

Mengetahui  
**DEKAN FISIP**



Dr. Catur Suratnoaji, M.Si

NIP.=196804182021211006

**LEMBAR PENGESAHAN**

**STRATEGI KOMUNIKASI INTRAPERSONAL REMAJA BERJERAWAT DI SURABAYA DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI**

oleh:

Adillah Ratimaya Azzahro Adam  
NPM. 20043010169


Telah dipertahankan dihadapan dan diterima oleh Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur pada tanggal 09 Desember 2024

**PEMBIMBING**



Dr. Yudiana Indriastuti, S.Sos., M.Si  
NIP. 197410132021212005

**TIM PENGUJI,**



Dr. Yudiana Indriastuti, S.Sos., M.Si  
NIP. 197410132021212005



Dr. Syafrida Nurrachmi F., S.Sos., M. Med.Kom  
NIP. 198302232021212008



Augustin Mustika Chairil, S.I.Kom., M.A  
NIP. 199308082022032016

Mengetahui,  
**DEKAN FISIP**



Dr. Catur Suratnoaji, M.Si  
NIP. 196804182021211006

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Adillah Rtaimaya Azzahro Adam

NPM : 20043010169

Angkatan : 2020

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat bagian dari karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik di suatu lembaga pendidikan tinggi dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain/Lembaga lain, kecuali yang secara tertulis disitasi dalam skripsi ini dan disebutkan sumbernya secara lengkap dalam daftar rujukan. Apabila di kemudian hari skripsi ini terbukti merupakan hasil plagiat dari karya penulis lain dan/atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan karya penulis lain, penulis bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum yang berlaku.

Surabaya, 10 Desember 2024  
Penulis,



Adillah Ratimaya Azzahro Adam  
20043010169

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul "Komunikasi Intrapersonal Remaja Berjerawat di Surabaya dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri". Proposal ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengikuti sidang proposal skripsi dari Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, UPN "Veteran" Jawa Timur.

Penyusunan penelitian ini tidak lepas dari bimbingan, arahan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, saya ingin menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua orang tua tercinta yang senantiasa memberikan dukungan moril maupun materiil sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
2. Dr. Catur Suratnoaji, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
3. Dr. Syafrida Nurrachmi Febriyanti, S.Sos., M.Med.Kom. selaku Koordinator Program Studi Ilmu Komunikasi
4. Ibu Dr. Yudiana Indriastuti, S.Sos.,M.Si selaku Dosen Pembimbing dan Dosen Wali yang dengan sabar telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing, memberi masukan, dan mengarahkan saya dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Seluruh dosen dan staff Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, UPN "Veteran" Jawa Timur yang telah memberikan ilmu dan memfasilitasi proses belajar selama ini.

6. Teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan motivasi dan semangat dalam menyelesaikan penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang konstruktif sangat peneliti harapkan demi perbaikan dan pengembangan penelitian ini. Akhir kata, peneliti berharap proposal ini tidak hanya memenuhi syarat akademik, tetapi juga dapat berkontribusi dalam memperkaya diskusi tentang komunikasi intrapersonal, serta meningkatkan kepedulian terhadap remaja yang mengalami kondisi muka berjerawat untuk selalu percaya diri dan menyayangi diri mereka.

## **ABSTRAK**

### **STRATEGI KOMUNIKASI INTRAPERSONAL REMAJA BERJERAWAT DI SURABAYA DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI**

Perkembangan zaman yang cepat menyebabkan banyak perubahan, termasuk dalam perilaku dan cara pandang seseorang. Hal ini menghasilkan standar-standar kecantikan khususnya fisik yang berbeda antara laki-laki dan perempuan. Akibatnya, orang dengan mudah memberikan komentar tentang bentuk tubuh orang lain tanpa menyadari keragaman fisik yang membuat setiap individu unik. Penampilan menjadi penting bagi setiap orang karena setiap orang menilai seseorang dimulai dari penampilan luarnya. Idealnya, kecantikan ditentukan melalui wajah yang bersih dan putih sehingga banyak yang bersedia menghabiskan banyak uangnya hanya untuk memiliki wajah yang bersih dengan perawatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mampu mengelola persepsi diri mereka secara positif dan menerapkan strategi-strategi komunikasi intrapersonal yang efektif cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi. Remaja yang mampu melakukan evaluasi diri secara objektif dan jujur, serta menerapkan pemikiran positif dan afirmasi diri, berhasil menghadapi tantangan psikologis yang ditimbulkan oleh jerawat. Pembahasan dalam penelitian ini menguraikan bahwa komunikasi intrapersonal adalah alat penting yang dapat digunakan oleh remaja untuk meningkatkan kepercayaan diri, meskipun mereka menghadapi tekanan sosial dan psikologis akibat kondisi kulit mereka.

**Kata Kunci:** Komunikasi Intrapersonal, Kepercayaan Diri, Remaja, Jerawat.

## **ABSTRACT**

### **INTRAPERSONAL COMMUNICATION STRATEGY OF TEENAGERS WITH ACNE IN SURABAYA IN INCREASING SELF-CONFIDENCE**

*Rapid developments in the times have caused many changes, including in a person's behavior and perspective. This results in different standards of beauty, especially physical, between men and women. As a result, people easily comment on other people's body shapes without realizing the physical diversity that makes each individual unique. Appearance is important for everyone because everyone judges someone starting from their external appearance. Ideally, beauty is determined by a clean and white face, so many are willing to spend a lot of money just to have a clean face with treatment. The research results show that teenagers who are able to manage their self-perceptions positively and apply effective intrapersonal communication strategies tend to have higher self-confidence. Teenagers who are able to carry out objective and honest self-evaluations, as well as apply positive thinking and self-affirmation, can successfully face the psychological challenges posed by acne. The discussion in this study outlines that intrapersonal communication is an important tool that can be used by adolescents to increase self-confidence, even though they face social and psychological pressure due to their skin condition.*

**Keywords:** *Intrapersonal Communication, Self-Confidence, Teenagers, Acne.*



## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK .....	vii
<i>ABSTRACT</i> .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>2</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	2
1.2 Rumusan Masalah .....	7
1.3. Tujuan Penelitian.....	7
1.4. Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2. Manfaat Praktis .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
2.1. Penelitian Terdahulu.....	9
2.2. Tinjauan Pustaka .....	19
2.2.1. Remaja Berjerawat.....	19
2.2.2 Komunikasi intrapersonal .....	20
2.2.2.1. Pengertian Komunikasi Intrapersonal .....	20
2.2.2.2. Proses Komunikasi Intrapersonal.....	24
2.2.2.2.1. Sensasi .....	24
2.2.2.2.2. Persepsi.....	25
2.2.2.2.3. Memori .....	25
2.2.2.2.4. Berpikir.....	26
2.2.3 Kepercayaan Diri .....	26

2.2.3.1. Pengertian Kepercayaan Diri .....	26
2.2.3.2. Kepercayaan Diri pada Remaja.....	28
2.2.3.2. Upaya Diri dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri.....	29
2.3. Kerangka Berpikir .....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
3.1. Pendekatan Penelitian.....	32
3.2. Definisi Konseptual .....	32
3.2.1. Komunikasi Intrapersonal.....	32
3.2.2. Remaja Berjerawat.....	33
3.2.3. Peningkatan Kepercayaan Diri .....	33
3.3. Lokasi Penelitian .....	34
3.4. Subjek dan Objek Penelitian .....	34
3.5. Teknik Penentuan Informan .....	36
3.6. Teknik Pengumpulan Data .....	37
3.6.1. Wawancara.....	37
3.6.2. Observasi .....	39
3.7. Teknik Analisis Data .....	40
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
4.1. Gambaran Umum Objek Penelitian.....	43
4.1.1. Karakteristik Informan.....	43
4.1.2. Informan.....	43
4.2. Hasil dan Pembahasan.....	45
4.2.1. Komunikasi Intrapersonal Remaja Berjerawat di Surabaya.....	45
4.2.1.1. Sensasi.....	45
4.2.1.1.1. Sensasi Psikologis .....	46
4.2.1.1.2. Sensasi Fisik .....	49
4.2.1.2. Persepsi .....	49
4.2.1.2.1. Jerawat Penyebab Menurunnya Kepercayaan Diri.....	50
4.2.1.2.2. Jerawat Merupakan Kekurangan Diri.....	53
4.2.1.3. Memori.....	56
4.2.1.4. Berpikir .....	59
4.2.1.4.1. Mencari solusi untuk menyembuhkan jerawat .....	59
4.2.1.4.2. Lebih menerima keadaan diri dan mencintai diri sendiri .....	62

4.2.1.4.3. Menutupi jerawat agar lebih percaya diri.....	64
4.2.2. Upaya diri dalam meningkatkan rasa percaya diri.....	64
4.2.2.1. Evaluasi Diri Secara Objektif.....	65
4.2.2.2. Memberi Penghargaan Terhadap Diri .....	68
4.2.2.2.1. Memberi penghargaan berupa skincare dan barang untuk diri.....	69
4.2.2.2.2. Upload foto sebagai bentuk menghargai usaha .....	70
4.2.2.3. Berpikir Positif.....	71
4.2.2.4. Menggunakan Afirmasi Diri .....	75
4.2.2.5. Berani Mengambil Resiko.....	78
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>81</b>
5.1. Kesimpulan .....	81
5.2. Saran .....	82
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>83</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>86</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Penelitian Terdahulu.....	9
-------------------------------------	---

## DAFTAR GAMBAR

1.1. Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	31
---	----