

**KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DALAM MENGHADAPI  
KRISIS IDENTITAS PADA ARAH KARIR MAHASISWA ILMU  
KOMUNIKASI UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

OLEH:

**DARWIN SIHOMBING**

**218530053**



**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI FAKULTAS ILMU SOSIAL  
ILMU POLITIK UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**MEDAN**

**2025**

**KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DALAM MENGHADAPI  
KRISIS IDENTITAS PADA ARAH KARIR MAHASISWA ILMU  
KOMUNIKASI UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh

Gelar Sarjana di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Medan Area

**OLEH:**

**DARWIN SIHOMBING**

**218530053**

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**MEDAN**

**2025**



### HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama: Darwin Sihombing

NPM: 218530053

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri, adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 12 Agustus 2025

  
METERAI  
TEMPEL  
B30B7ANX095546027  
Sihombing  
218530053

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Darwin Sihombing

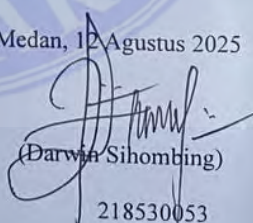
NPM : 218530053

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non Exclusive-Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: "Komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas pada arah karir mahasiswa ilmu komunikasi universitas medan area", dengan hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

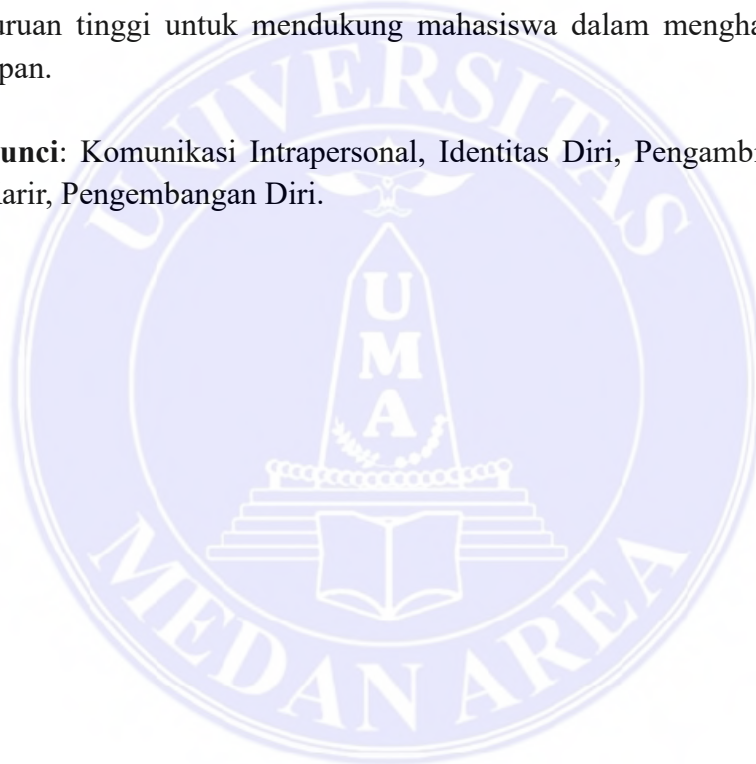
Medan, 12 Agustus 2025

  
(Darwin Sihombing)  
218530053

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan peran komunikasi intrapersonal dalam pembentukan identitas dan pengambilan keputusan karir mahasiswa, khususnya di Universitas Medan Area. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan teknik wawancara mendalam kepada lima mahasiswa ilmu komunikasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi intrapersonal berperan penting dalam mengatasi krisis identitas, meningkatkan kepercayaan diri, dan membangun konsep diri positif. Strategi yang umum digunakan meliputi menulis jurnal, visualisasi, refleksi, dan afirmasi positif, yang membantu mahasiswa mengenal potensi diri dan menegosiasikan keraguan. Studi ini merekomendasikan perlunya peningkatan literasi diri dan pengembangan program pengembangan diri di perguruan tinggi untuk mendukung mahasiswa dalam menghadapi tantangan masa depan.

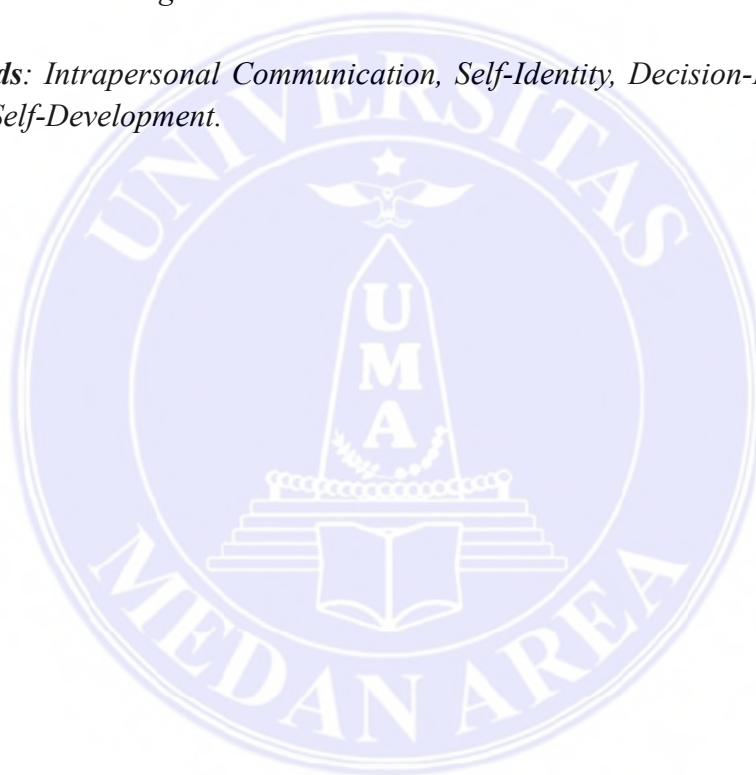
**Kata Kunci:** Komunikasi Intrapersonal, Identitas Diri, Pengambilan Keputusan, Krisis Karir, Pengembangan Diri.



### **ABSTRACT**

*This study aims to understand and describe the role of intrapersonal communication in the formation of identity and career decision-making among students, particularly at the University of Medan Area. The method used is a qualitative approach with in-depth interviews with five communication science students. The results of the study indicate that intrapersonal communication plays a crucial role in addressing identity crises, boosting self-confidence, and fostering a positive self-concept. Commonly used strategies include journaling, visualization, reflection, and positive affirmations, which help students recognize their potential and negotiate doubts. This study recommends the need to enhance self-literacy and develop selfdevelopment programs in higher education institutions to support students in facing future challenges.*

**Keywords:** *Intrapersonal Communication, Self-Identity, Decision-Making, Career Crisis, Self-Development.*



## RIWAYAT HIDUP

Penulis di lahirkan di Sarang Ginting Kabupaten Simalungun, Provinsi Sumatera Utara, Pada Tanggal 10 November 2002 dari Bapak Sunardi Sihombing Dan Ibu Rumentti Ratna Hotnauli Tambun merupakan putra keempat dari 4 bersaudara. Penulis pertama kali menempuh pendidikan di Sekolah Dasar Negeri 091466 Parapat pada tahun 2008 dan selesai pada tahun 2014, Pada tahun yang sama penulis melanjutkan di Sekolah Menengah Pertama SMP N 1 Parapat dan selesai pada tahun 2017, Pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan di Sekolah Menengah Atas di SMA N 1 Parapat dan selesai pada tahun 2020, dan pada tahun 2021 penulis terdaftar sebagai Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi.

Selama mengikuti perkuliahan penulis melaksanakan praktek kerja lapangan (PKL) di Sekretariat DPRD Deli Serdang. Berkat petunjuk Tuhan Yang Maha Esa, usaha yang disertai doa juga dari kedua orangtua dalam menjalani aktivitas akademik Perguruan Tinggi Swasta Universitas Medan Area, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DALAM MENGHADAPI KRISIS IDENTITAS PADA ARAH KARIR MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UNIVERSITAS MEDAN AREA”

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan anugerah-Nya, penulis sampai di titik saat ini menyelesaikan tanggung jawab yaitu Kuliah Kerja Lapangan dan laporan dengan keadaan sehat dan baik-baik saja. Pertama-tama, saya mengucapkan terimakasih banyak kepada Tuhan atas limpahan kasih-Nya, memberikan penulis kesempatan untuk dapat menyelesaikan skripsi saya yang berjudul “KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DALAM MENGHADAPI KRISIS IDENTITAS PADA ARAH KARIR MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UNIVERSITAS MEDAN AREA”

Penulisan skripsi ini dilakukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Medan Area. Saya menyadari bahwa perjalanan dalam menyelesaikan skripsi ini bukanlah hal yang mudah. Banyak tantangan dan rintangan yang harus dihadapi, tetapi dengan dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, saya dapat menyelesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur, saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. **Kedua orang tua saya, Bapak Sunardi Sihombing dan Ibu Rument Ratna Hotnauli Tambun**, yang selalu memberikan kasih sayang, doa, motivasi, serta dukungan baik secara moral maupun materiil. Tanpa bimbingan, pengorbanan, dan cinta tanpa batas dari kalian, saya tidak akan berada di titik ini.
2. **Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim, Universitas Medan Area**, yang telah memberikan fasilitas pendidikan yang mendukung perjalanan akademik saya.

3. **Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng., M.Sc.**, selaku Rektor Universitas Medan Area, yang telah memimpin institusi ini dengan baik sehingga saya dapat memperoleh ilmu yang berharga.
4. **Dr. Walid Musthafa Sembiring, S.Sos, M.I.Kom.**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Medan Area, atas segala arahnya selama saya menempuh pendidikan di fakultas ini. iv
5. **Dr. Taufik Wal Hidayat, S.Sos, MAP.**, selaku Kepala Program Studi Ilmu Komunikasi, yang telah memberikan dukungan akademik dan arahan selama proses perkuliahan saya.
6. **Ibu Dr. Effiati Juliana Hasibuan, Msi.**, selaku dosen pembimbing yang dengan sabar telah memberikan bimbingan, motivasi, serta saran yang sangat berarti dalam penyusunan skripsi ini.
7. **Seluruh dosen dan staf Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Medan Area**, yang telah memberikan ilmu, wawasan, serta inspirasi selama masa perkuliahan saya.
8. **Rekan-rekan seperjuangan angkatan 2021**, yang telah menjadi bagian dari perjalanan akademik saya, memberikan semangat, dukungan, dan kebersamaan yang tak terlupakan.
9. **Orang-Orang terdekat saya di kampus: Noel Saputra Zega, Dwi Puspa Berutu, Nazwa Adinda**, yang selalu ada dalam setiap proses ini, memberikan dukungan, tawa, dan semangat yang luar biasa. Terima kasih atas kebersamaan, motivasi, dan bantuan yang kalian berikan selama ini.
10. **Orang-Orang terdekat saya: Loria Esan Simarmata, dan Elsa Oktafianty Siregar, Aprilia Sandini Samosir**, selalu ada dalam setiap proses ini,

memberikan dukungan, tawa, dan semangat yang luar biasa. Terima kasih atas kebersamaan, motivasi, dan bantuan yang kalian berikan selama ini.

Saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, saya sangat terbuka untuk kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan karya ini ke depannya. Semoga ilmu yang saya peroleh selama masa kuliah dapat bermanfaat tidak hanya bagi diri saya sendiri, tetapi juga bagi keluarga, masyarakat, bangsa, dan negara.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.



Medan, 12 Agustus 2025

Darwin Sihombing

218530053

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>ABSTRACT</b> .....	viii
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJUAN PUSTAKA</b> .....	6
2.1 Komunikasi Intrapersonal .....	6
2.1.1 Pengertian Komunikasi Intrapersonal .....	6
2.1.2 Tujuan Komunikasi intrapersonal .....	7
2.1.3 Proses Komunikasi Intrapersonal .....	8
2.2 Krisis Identitas .....	10
2.2.1 Pengertian Krisis Identitas .....	10
2.2.2 Proses Terjadinya Krisis Identitas .....	11
2.2.3 Ciri-ciri Krisis Identitas .....	12
2.2.4 Krisis Identitas dalam Konteks Perkembangan Karir .....	14
2.3 Arah Karir Mahasiswa .....	15
2.3.1 Konsep Arah Karir Mahasiwa .....	15
2.3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Arah Karir Mahasiswa .....	15
2.4 Teori Identitas Diri Model Erikson, E.H .....	16
2.5 Kerangka Berpikir .....	16

<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	21
3.1 Jenis Penelitian .....	21
3.2 Lokasi Penelitian.....	21
3.3 Waktu Penelitian.....	22
3.4 Sumber Data.....	22
3.4.1 Data Primer.....	22
3.4.2 Data Sekunder .....	23
3.5 Informan Penelitian.....	23
3.6 Subjek dan Objek Penelitian .....	24
3.7 Teknik Pengumpulan Data .....	24
3.8 Teknik Analisis Data .....	26
3.9 Teknik Validitas Data .....	27
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	28
4.1 Gambaran Umum Universitas Medan Area .....	28
4.1.1 Universitas Medan Area.....	28
4.1.2 Visi dan Misi Universitas Medan Area.....	29
4.1.3 Struktur Prodi Ilmu Komunikasi.....	30
4.2 Hasil Penelitian .....	31
4.4 Komunikasi Intrapersonal dan Pembentukan Konsep Diri Positif .....	45
4.5 Komunikasi Intrapersonal dalam Mengatasi Krisis Identitas pada Arah Karir	55
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	64
5.1 Kesimpulan .....	64
5.2 Saran.....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>68</b>
<b>LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 2.5 KERANGKA BERPIKIR.....	17
GAMBAR 4.1.3 Struktur Organisasi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik.....	31



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.3 Waktu Penelitian.....	22
Tabel 3.5 Informan Penelitian.....	24



## **BAB I PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Komunikasi intrapersonal merupakan proses komunikasi yang dilakukan dengan diri sendiri menurut Berry, (2007), dkk dalam A. Harimurti (2021). Dalam gambar model komunikasi interpersonal, komunikasi intrapersonal dilakukan dengan mengirimkan pesan ke diri sendiri. Komunikasi intrapersonal terstimulasi dari komunikasi interpersonal.

komunikasi intrapersonal melibatkan entitas dan proses mental seperti: dimensi kepribadian (misal introversi dan ekstroversi), evaluasi (misal kesukaan dan kepuasan), memori, (misal *short-term* dan *long-term* memory), rekognisi, pengenalan pola, asosiasi, atensi dan lain sebagainya. Menurut Shedletsy (2017) dalam A. Harimurti (2021). Termasuk dalam bahasan komunikasi intrapersonal adalah berpikir, merencanakan, membayangkan, menganalisis, pemecahan masalah, menyusun strategi, menghasilkan pesan, bermimpi, merefleksikan, dan mengamati. Dari pemahaman tersebut, kita dapat mencatat bahwa komunikasi intrapersonal berada dalam ranah kognisi sosial. Sekalipun demikian, pemahaman yang sangat kognitif tersebut bisa kita posisikan sebagai produk komunikasi intrapersonal dan bukan komunikasi intrapersonal itu sendiri.

Komunikasi intrapersonal ditunjuk untuk membantu seseorang dalam memahami dirinya sendiri dan mempersiapkan diri untuk menghadapi krisis identitas, mampu menganalisa emosi yang ia rasakan dan mengetahui cara yang harus dilakukan untuk mengatasi perasaan yang sedang ia alami. Dengan melakukan komunikasi intrapersonal yang bagus maka manusia menjadi lebih mudah untuk mengambil keputusan untuk dirinya sendiri.

Komunikasi intrapersonal yang dilakukan oleh informan dalam bentuk introspeksi diri dan refleksi diri, membantu mereka semakin mengenali dan memahami diri sendiri dan orang lain. Dengan tekun melakukan refleksi diri maka membentuk konsep diri yang positif. Sehingga mereka terbantu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan dan orang yang baru dikenal berasal dari latar belakang dan budaya yang berbeda menurut Yasinta Ariati dkk (2023).

Konsep diri adalah salah satu faktor penentu dalam komunikasi. Kecenderungan untuk bertingkah laku sesuai dengan konsep diri disebut sebagai nubuat yang dipenuhi sendiri. Menurut Rakhmat (2022) dalam Yasinta Ariati dkk (2023).

Krisis identitas adalah suatu keadaan yang sering terjadi pada seseorang yang memasuki fase dewasa. Pada umumnya dialami manusia yang berumur 20-30 tahun. Krisis identitas terjadi karena adanya suatu perbandingan yang dibuat oleh diri masing-masing terhadap kesuksesan yang di dapat oleh orang lain. Sehingga sering terjadi pada beberapa orang menganggap dirinya sebagai manusia yang masih belum berhasil. Menurut Oliver C. Robinson (2018). Dalam Nadhira Nurul Iman (2021).

Krisis identitas pada umumnya di rasakan oleh manusia yang berumur 20-an, baik di awalan ataupun pertengahan dan bahkan di akhir dekade ketiga dalam hidup manusia. Perasaan yang bingung, merasa sedih, dan rasa cemas yang ada pada krisis identitas itu adalah tanda bahwa seseorang hendak memasuki tahap di masa kedewasaan. Dan hal seperti ini dapat bertahan hingga seseorang di usia 30-an.

Dalam Nadhira Nurul Iman (2021).

Krisis identitas menyebabkan seseorang mengalami masa krisis jati diri dan emosional yang melibatkan kesedihan, merasa tidak cukup, merasa kesepian, rasa

cemas, keraguan diri sendiri, kebingungan, merasa kurangnya motivasi dan takut akan kegagalan. menurut peneliti psikologi dan pengajar di university of Greenwich, London. Oliver Robinson, krisis identitas memiliki tahapan:

1. Seseorang mengalami perasaan yang terjebak pada suatu situasi seperti pekerjaan, relasi, ataupun hal lainnya.
2. Adanya pikiran yang membayangkan tentang akan terjadinya suatu perubahan.
3. Tahap ini akan merasa seperti periode membangun kembali komitmen hidup yang baru.
4. Tahapan pengukuhan tentang komitmen hidup yang baru.

kenyataannya tidak semua manusia mengerti dan peduli dengan pentingnya kemampuan komunikasi intrapersonal, hingga pada akhirnya mereka juga akan kurang peduli dengan komunikasi intrapersonal yang telah mereka lakukan, yang membuat informasi yang mereka dapat kurang di saring dan membuat otak mengelola segala macam informasi yang telah di terima dari luar. Krisis identitas yang terjadi adalah akibat tidak adanya penyaringan informasi yang telah di terima oleh otak. Jika informasi yang di terima bukan hal yang baik untuk diri sendiri ini akan membuat gangguan pada kehidupan manusia. Menurut Rafiqa (2015).

Penelitian komunikasi intrapersonal terhadap krisis identitas diharapkan dapat membantu mahasiswa yang ada pada usia yang sering merasakan krisis identitas, dan juga hasil penelitian ini di harapkan membantu untuk mempelajari lebih baik dan lebih lanjut masalah serius dari krisis identitas. Pemahaman tentang sistem komunikasi intrapersonal ini bisa mejadi dasar seseorang pada saat ingin membuat suatu keputusan, menyelesaikan suatu masalah, dan landasan untuk

berpikir kreatif. Membekali pribadi dengan pengetahuan yang cukup bisa menjadi sebuah jalan pada saat menghadapi krisis identitas.

Mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area berada dalam fase transisi dari fase remaja ke fase dewasa yang sering memicu krisis identitas. Menghadapi tekanan akademik dan sosial, serta pengaruh dari sisi globalisasi dan media sosial. Krisis identitas dapat mengganggu perkembangan pribadi dan akademik mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area. Oleh karena itu, penelitian ini sangat penting untuk mengidentifikasi dan menganalisis komunikasi intrapersonal yang baik dalam membantu mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area dalam menghadapi dan mengatasi krisis identitas ini.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan penulis, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat di rumuskan oleh peneliti sebagai berikut:

1. Bagaimana mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area menerapkan komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas pada arah karir?
2. Bagaimana komunikasi intrapersonal membantu mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area membentuk konsep diri yang positif pada arah karir?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah peneliti uraikan di atas maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui:

1. Untuk memahami dan mendeskripsikan bagaimana mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area menerapkan komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas pada arah karir.

2. Untuk memahami dan mendeskripsikan bagaimana komunikasi intrapersonal membantu mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area dalam membangun konsep diri yang positif selama mengalami krisis identitas pada arah karir.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

Dari tujuan penelitian yang dipaparkan maka kedepannya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan kajian studi ilmu komunikasi dan diharapkan dapat menjadi sumber informasi mengenai komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas pada mahasiswa.

##### **2. Manfaat Praktis**

Menambah wawasan pembaca bahwa komunikasi intrapersonal memiliki kegunaan dalam menghadapi krisis identitas.

##### **3. Manfaat Akademis**

Penelitian ini bisa menjadi referensi dan sumber data untuk mata kuliah terkait komunikasi intrapersonal, dan krisis identitas.

## **BAB II**

### **TINJUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Komunikasi Intrapersonal**

##### **2.1.1 Pengertian Komunikasi Intrapersonal**

Komunikasi intrapersonal adalah komunikasi yang terjadi dan dilakukan oleh satu orang atau 1 individu, seperti ketika berimajinasi, seolah-olah berkomunikasi dengan diri sendiri. Komunikasi intrapersonal ini akan membantu individu dalam mengembangkan kreativitas, imajinasi, pemahaman dan pengendalian diri, serta dalam meningkatkan kedewasaan dalam berpikir dalam memutuskan keputusan. Komunikasi intrapersonal juga akan membantu seseorang atau individu agar sadar akan peristiwa atau kejadian yang terjadi disekitar mereka. Menurut Winda Kustiawan, dkk (2022).

Komunikasi intrapersonal pertama kali di kembangkan oleh Dean C. Barnlund. Ia adalah seseorang ahli ialah seseorang ahli komunikasi yang berasal dari Amerika Serikat. Komunikasi intrapersonal adalah suatu proses pembuatan informasi melalui syaraf yang ditangkap yang ada di dalam otak manusia, yang di sebabkan oleh rangsangan yang diciptakan oleh panca indera. Proses berpikir adalah bagian dari proses komunikasi yang terjadi pada diri manusia menurut. Wiryanto (2004).

Komunikasi intrapersonal adalah komunikasi yang berjalan di dalam pribadi seseorang. Menurut Liliweri (2015) dalam Teddy Dyatmika (2020). Individu menjadi komunikator sekaligus menjadi komunikan. Komunikasi intrapersonal juga dapat di sebut sebagai komunikasi dimana bahasa dan pemikiran individu digunakan secara internal. Kaitan yang berlangsung

dalam komunikasi intrapersonal adalah kaitan aktif di dalam internal individu dalam mengelola informasi. Dimasa ini manusia akan secara aktif memberikan umpan baliknya atas informasi yang di sampaikan oleh dirinya sendiri.

### 2.1.2 Tujuan Komunikasi intrapersonal

Menurut Erni Susilawati (2024) tujuan komunikasi intrapersonal adalah, Komunikasi intrapersonal yang terjadi pada individu manusia memiliki tujuan yang sama dengan proses internal individu yang berkaitan. Diantaranya:

1. Pemahaman diri sendiri, tujuan yang paling dasar dalam komunikasi intrapersonal adalah sebagai aspek untuk memahami diri sendiri lebih baik. Ini berfungsi untuk membantu dalam mengavaluasi diri dan memahami bagaimana pengalaman seseorang mempengaruhi individu saat ini.

2. Refleksi dan intropeksi, melalui komunikasi intrapersonal, seseorang dapat merefleksikan pengalamannya, pemikiran, dan individunya sendiri. Proses ini membantu dalam aspek mengevaluasi diri dan memahammi bagaimana pengalaman masa lalu seseorang saat ini.

3. Pengelolaan emosi, ini bertujuan yang lain dari komunikasi intrapersonal adalah bertujuan dalam pengelolaan emosi, ini berkaitan dengan hal pengenalan, pemahaman, dan kontrol seseorang pada segala jenis emosi yang di alami seseorang.

4. Pengambilan keputusan, dalam hal ini komunikasi intrapersonal berfunnsi untuk membantu seseorang dalam

proses mengambil keputusan. Ini berkaitan dengan pertimbangan, analisis, dan evaluasi terhadap pilihan yang ada.

5. Pengembangan diri, komunikasi intrapersonal berfungsi dalam pengembangan diri individu atau profesional. Ini membantu individu dalam menentukan tujuan, mengidentifikasi kelemahan, dan memperkuat kekuatan individu.

6. Pemecahan masalah, pada masa seseorang berkomunikasi secara intrapersonal, mereka dapat menemukan solusi atas masalah individu itu sendiri. Ini berkaitan dengan analisis yang mendalam pada permasalahan dan pencarian strategi untuk memecahkan masalah.

7. Pembentukan identitas, komunikasi intrapersonal memiliki tujuan untuk membantu seseorang dalam membentuk identitas diri, ini berkaitan dengan pengenalan terhadap mencari jati diri, apa yang mereka nilai, dan bagaimana seseorang ingin dilihat oleh orang lain.

8. Peningkatan kesadaran diri, jika berkomunikasi intrapersonal memungkinkan seseorang untuk memahami apa yang sedang dipikirkan, dirasakan, dan perilaku individu itu sendiri. Hal ini berperan dalam pengembangan pribadi untuk lebih baik.

Tujuan komunikasi intrapersonal bertujuan agar dapat berperan pada individu agar menjadi lebih sadar, mengenal diri sendiri secara baik, dan memproses aspek-aspek internal individu mereka dengan lebih efektif.

### 2.1.3 Proses Komunikasi Intrapersonal

Dalam Winda Kustiawan dkk (2022) Proses komunikasi intrapersonal memiliki banyak tahapan, sebagai berikut:

## 1. Sensasi

Proses komunikasi intrapersonal dasarnya dengan adanya rangsangan, komunikasi intrinsik adalah respon pada stimulus yang bisa berupa stimulus internal ataupun eksternal. Menurut Mark Knapp. Ada 2 faktor yang berpengaruh dalam komunikasi intrapersonal, yaitu:

1. Stimuli internal yang meliputi motivasi pribadi individu, sikap, dan
2. keyakinan. Stimuli eksternal yang meliputi peristiwa, objek, dan pihak eksternal individu. Seseorang akan menciptakan persepsi, perasaan hasil dari kesan yang tercipta yang di buat oleh individu itu sendiri dan lingkungannya pada waktu tertentu, stimuli itu akan ditangkap oragan-organ sensor dan akan mengirimkam ke otak. Dan proses tersebut di sebut persepsi.

## 2. Persepsi

Lalu, pada saat organ sesesorang menerima rangsangan dengan mengirimnya ke sistem saraf pusat melalui sistem saraf tepi, ketika sesorang menangkap semua stimulus yang di berikan pada kita, kita hanya melihat sedikit rangsangan. Ini disebabkan karena kita menerapkan persepsi selektif. Hanya menerima stimulus yang tinggi yang dapat di terima sehingga stimulus kecil tidak di terima.

## 3. Memori

Langkah selanjutnya adalah memproses stimulus yang ada pada 3 tingkatan, yaitu kognitif, emosional, dan fisiologis. Proses kognitif yang terjalin dengan persepsi itu sendiri meliputi penyimpanan, pengambilan, dan klasifikasi dan asimilasi informasi. Proses emosional ini terikar dengan diri.

Semua emosi dan sikap, keyakinan dan pendapat berinteraksi untuk menentukan respons pada emosi pada stimulus yang berbeda. Proses fisiologis ini pada tingkat fisiologis dan ini terjalin dengan jiwa individu itu sendiri. Jenis respon ini disampaikan ke dalam fisik seperti aktivitas pada otak, dan pada tekanan darah.

#### 4. Transmisi

Pada masa ini, pemberi dan penerima adalah individu yang sama. Konduksi terjalin dari berbagai impuls saraf.

## 2.2 Krisis Identitas

### 2.2.1 Pengertian Krisis Identitas

Krisis identitas adalah kata yang di ciptakan oleh Erik Erikson di dalam bukunya yang berjudul "*Theory of Personality*". Dengan terjemahan seseorang harus mencari jawaban yang pasti dari pertanyaan seperti siapakah aku? dan mau akan seperti apakah aku? di dalam artian alternatif dan pilihan individu itu sendiri. Menurut Erikson, identitas adalah saat yang sulit yang di alami seseorang. Identitas diri ialah kesadaran tentang pribadi individu itu sendiri yang di dapat oleh seseorang dari pengalaman dan penilaian pada dirinya berbeda dengan pribadi orang lain. Krisis identitas disebabkan karena merasa hidupnya selalu diatur, mengejar penghargaan diri dari lingkungan, memiliki pandangan yang kecil yang tidak luas pada kehidupan. Menurut Hidayah dan Huriati (2017) di dalam Shalahudin Pasha dkk (2021).

Krisis identitas adalah masa yang sering terjadi pada seseorang yang menginjak masa dewasa pada umur 20-an. pada masa peralihan ini manusia

dewasa sering kali di anggap sudah mampu untuk hidup mandiri dengan pilihan nya sendiri. Manusia pada akhirnya akan di tuntutan oleh orang sekitarnya karena mereka merasa dirinya sudah dewasa. Dalam Nadhira Nurul Iman (2021).

### **2.2.2 Proses Terjadinya Krisis Identitas**

Dalam Nadhira Nurul Iman (2021) Proses terjadinya krisis identitas pada awalnya dimulai seseorang mempertanyakan tujuan hidup, lalu akan merasa berhenti dan tidak berkembang, kurang memiliki motivasi, dan tidak merasa bahagia akan pencapaian yang digapai, juga akan merasa di ambangambang sehingga akan sulit untuk dapat membuat keputusan. Krisis identitas pada umumnya terjadi karena aspek-aspek yang mempengaruhi individu. Penyebab bisa dari internal seseorang maupun eksternal karena seseorang akan belum mengenal dirinya sendiri. Seseorang akan terus mencari dan mengeksplorasi tentang dirinya.

Menurut Gerhana Nurhayati Putri (2019) krisis identitas memiliki proses yang diawali dengan:

#### **1. Krisis Dimulai**

Pada saat seseorang merasakan perasaan jenuh dengan apa yang aktivitas saat ini, saat merasakan perasaan yang terjebak pada rutinitas, sampai pada akhirnya merasa putus asa.

#### **2. Waktu Jeda**

Saat seseorang yang mencoba menghindari dari aktivitas, dengan cara mengambil waktu untuk istirahat sesaat. Namun, pada saat itu seseorang

mengalami kesulitan pada waktu kembali memulai karena rasa takut untuk gagal.

### 3. Perpisahan

Saat seseorang merasakan tidak sesuai pada apa yang telah dilakukan. Dapat mengambil keputusan untuk berhenti tanpa rencana untuk apa yang akan diperbuat selanjutnya.

### 4. Eksplorasi

Masa pada saat individu mulai kembali pada kegiatan aktivitas yang nyata setelah mengambil waktu untuk istirahat sesaat dari kejenuhan. Pada masa ini pada umumnya individu akan mulai untuk mendalami jati dirinya, dan juga *passion* yang dipunyai individu hingga pada akhirnya memilih pilihan. Dan setelah itu individu akan baru melanjutkan untuk membuat rencana.

### 5. Membangun Kembali

Situasi pada saat individu mulai kembali bangkit dan memulai kembali, dan juga menjalankan rencana yang telah dibuat sebelumnya. Ini dilakukan individu setelah individu mengenali jati diri dan mengenali dirinya, dan akan menentukan pilihan.

## 2.2.3 Ciri-ciri Krisis Identitas

Krisis identitas dapat terjadi pada semua orang, tidak mengenal jenis kelamin, laki-laki maupun perempuan dapat merasakan krisis identitas apabila mereka ada pada masa dewasa di umur 20-30 tahun. Menurut

Gerhana Nurhayati Putri (2019) Seseorang dapat diketahui dilihat dari ciri-ciri yang di alami seperti:

1. kebingungan

Sesorang yang mengalami masa krisis identitas pada umumnya akan merasakan kebingungan atau tidak memiliki tanda pada dirinya. Pada ciri-ciri ini pada umumnya seseorang akan memiliki banyak pertanyaan pada masa depan yang tiada hentinya. Pada fase ini seseorang tidak akan mengetahui tentang apa yang akan ia inginkan dan apa yang harus dilakukan.

2. Terlalu banyak pilihan

Krisis identitas akan terjadi pada seseorang yang terlalu khawatir tentang masa depannya. Sebab itu, akan memiliki banyak pilihan dalam hidup adalah salah satu ciri-ciri seseorang yang mengalami krisis identitas. Hal ini disebabkan karena ada kesulitan dalam memilih pilihan.

3. Tidak tegas

Krisis identitas pula memiliki ciri seperti saat seseorang sulit untuk memilih pilihan yang di berikan atau tidak bisa memiliki komitmen dengan pilihannya. Ini karena ada kesulitan pada memilih salah satu pilihan.

4. Tanpa harapan

Ciri-ciri yang paling sering ada pada seseorang yang mengalami krisis identitas adalah hopeless. Pada saat kenyataan yang di jalani tidak seseuai dengan harapan, maka akan merasakan hopeless. Perasaan hopeless dapat menyebabkan individu tidak akan mencoba untuk menentukan satu pilihan dan juga dapat membuat seseorang sampai tidak berusaha untuk tidak melakukan pilihan yang sudah di tetapkannya. Ini akan menyebabkan seseorang akan tidak peduli dengan masa depannya.

## 5. Cemas

Masa depan adalah hal yang paling penting dalam kehidupan dan harus di pikirkan. Namun, apabila masa depan terlalu di pikirkan tanpa ada melakukan tindakan apapun hanya akan menambah perasaan cemas pada diri. Sebab itu, salah satu yang menjadi ciri dari krisis identitas adalah perasaan cemas. Itu karena terlalu memikirkan tentang masa depan yang akan membuat seseorang jadi terlalu khawatir hingga akan muncul rasa cemas.

### 2.2.4 Krisis Identitas dalam Konteks Perkembangan Karir

Krisis identitas yang dirasakan oleh manusia pada masa mudanya akan memberikan pengaruh pada masa krisis *profesional* yang akan terlihat sebagai bentuk ketidakmampuan dalam melanjutkan masa belajar atau bekerja, tidak memiliki kemampuan dalam melakukan reorientasi secara *profesional*. Menurut Racene dan Disclere (2013), dalam Ardi,L.A, DKK (2024).

Kemampuan diri adalah aspek yang penting dalam perencanaan karir hingga tidak bergantung pada hasrat dan minat semata, oleh karena itu sangat penting untuk mengenali pribadi dengan baik, juga beradaptasi dengan lingkungan, dan memiliki kepercayaan diri yang baik. Ini memungkinkan kita untuk dapat mengenali dan memahami diri kita dengan sempurna, sehingga kita dapat mengetahui apa yang menjadi minat dan bakat kita dalam suatu karir. Perencanaan karir individu dan kemampuan beradaptasi seringkali di pengaruhi oleh dukungan sosial. Menurut Hidayatussani, DKK (2021). Dalam Ardi,L.A, DKK (2024).

## 2.3 Arah Karir Mahasiswa

### 2.3.1 Konsep Arah Karir Mahasiswa

Mahasiswa yang membuat konsep arah karir tidak terlepas dari tantangan dan kebingungan karena dihadapkan dengan banyak ketidakpastian. Seseorang akan merasa bisa melewati tantangan dan kebingungan apabila memiliki rencana dan konsep arah karir yang baik atau memiliki *career decision making self- efficacy* menurut Taylor dan Betz (1983). Sebaliknya, pada saat mahasiswa tidak memiliki konsep karir yang baik dan tidak membuat keputusan karir maka akan semakin bimbang dan tidak dapat mengembangkan pengetahuan tentang karir yang akan di pilih oleh mahasiswa. Menurut Chan (2020). Dan juga mahasiswa akan merasa tidak memiliki motivasi untuk eksplorasi dan membuat konsep arah karir. Menurut Seginer (2009). Dalam Nabila A.T, DKK (2023).

Orientasi masa depan bidang karir sangat berkaitan dengan konsep arah karir dan pengembangan keterampilan secara proaktif. Orientasi masa depan fokus pada masa depan dan akan melakukan segala sesuatu untuk menciptakan sesuai yang diharapkan. Pemikiran yang berorientasi pada masa depan akan membuat seseorang termotivasi dengan perilaku proaktif untuk mencapai tujuan di masa depan. Menurut Zeng, DKK (2022). Dalam Nabila A.T, DKK (2023).

### 2.3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Arah Karir Mahasiswa

Dalam pengambilan keputusan arah karir dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti faktor internal yang meliputi karakteristik seseorang seperti efikasi diri, minat, motivasi, dan kepercayaan diri. Yang memiliki peran

dalam landasan psikologis dan emosional pada seseorang. Dan juga faktor eksternal juga memiliki peran dalam pengambilan keputusan arah karir, seperti lingkungan sosial, keluarga, peluang ekonomi, dan pengaruh lingkungan. Yang memiliki peran dalam menyediakan pada sumber daya dan juga dorongan eksternal yang mendukung dalam memilih arah karir. Sehingga demikian faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam mengambil keputusan arah karir.

#### **2.4 Teori Identitas Diri Model Erikson, E.H**

Teori identitas diri menjelaskan bagaimana seseorang sadar bahwa siapa dirinya, juga bagaimana seseorang memiliki peran dalam masyarakat, nilai-nilai yang diyakini dan juga yang diperjuangkan. Identitas diri seseorang tidak dapat terbentuk secara cepat, namun memiliki tahap-tahap dalam psikososial selama seseorang hidup. Menurut Erikson (1968).

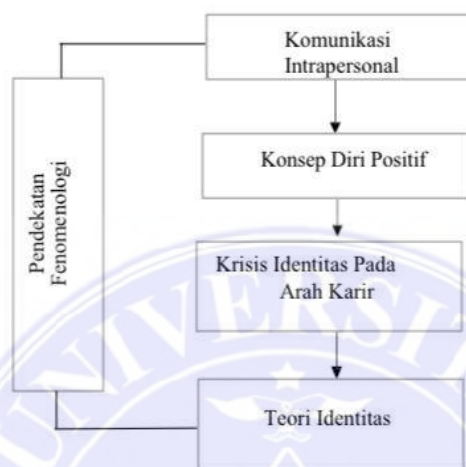
Mahasiswa ilmu komunikasi pada masa krisis identitas pada arah karir berusaha mencari identitas diri mereka untuk menentukan arah karir. Mahasiswa akan mempelajari diri melalui proses identifikasi diri dari minat pribadi mahasiswa, kompetensi, serta harapan dan tekanan yang ada dari lingkungan sosial mahasiswa ilmu komunikasi. Menurut Erikson, dalam Nur.H, Huriati (2016).

#### **2.5 Kerangka Berpikir**

Dalam kerangka berpikir ini akan menjelaskan teori apa yang digunakan penulis untuk melakukan penelitian, komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area

Dari kerangka di bawah menggambarkan dari arah penelitian yang akan dilakukan oleh penulis. Berangkat dari adanya krisis identitas yang di kaitkan dengan

komunikasi intrapersonal yang di lakukan oleh Mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area. Dimana keduanya memiliki kaitan untuk memiliki cara untuk menghadapi krisis identitas yang di alami oleh kebanyakan orang.



**GAMBAR 2.5 KERANGKA BERPIKIR**

## 2.5 Penelitian Terdahulu

**Tabel 2.5 Penelitian Terdahulu**

NO	Nama Peneliti dan Tahun	Judul	Metode	Hasil
1.	Nadhira Nurul Iman (2021)	Komunikasi Intrapersonal dalam menghadapi <i>Quarter Life Crisis</i> Pada Komunitas UINSA Student Forum (USF)	Penelitian Kualitatif	Komunikasi intrapersonal manusia dapat menghasilkan cara-cara yang bisa digunakan untuk menghadapi Quarter Life Crisis.
2.	Winda Kustiawan, dkk (2022)	Komunikasi Intrapersonal dan Konsep Diri pada Mahasiswa Rantau Studi Kasus: Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Komunikasi dan Sekretari Tarakanita	Penelitian Kualitatif	Mahasiswa rantau yang mengikuti perkuliahan di sekolah tinggi ilmu komunikasi dan sekretarit Tarakanita sebagian besar memiliki konsep dirinyang positif.

3.	Yasinta Ariati, dkk (2023)	Komunikasi Intrapersonal dan Konsep Diri pada Mahasiswa Rantau Studi Kasus: Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Komunikasi dan Sekretari Tarakanita	Penelitian Kualitatif	Mahasiswa rantau yang mengikuti perkuliahan di sekolah tinggi ilmu komunikasi dan sekretarit Tarakanita sebagian besar memiliki konsep dirinyang positif.
4.	Oliver C. Robinson (2018)	A longitudinal Mixed- Methods case study of quarter life crisis during the postuniversity transition : lockedout and locked-in forms		Proses dalam menghadapi quarter life crisis demgam
5.	Alfito Fatihah, DKK (2025)	Analisis Faktor yang Mempengaruhi Pengambilan Keputusan Karir	Pendekatan tinjauan pustaka sistematis (SLR)	Faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan karir adalah faktor internal dan eksternal.
6.	Aprima Tasya Nabila,	HUBUNGAN ORIENTASI MASA DEPAN	Metode kuantitatif	Adanya hubungan positif yang signifikan antara orientasi masa depan bidang karier dengan

	DKK (2023)	BIDANG KARIER DENGAN CAREER DECISION MAKING SELF- EFFICACY PADA MAHASISW A AKHIR		career decision making selfefficacy pada mahasiswa tingkat akhir.
7.	Lailatul Afifah Ardi, DKK (2024)	Analisis perencanaan karir remaja dalam konteks krisis identitas	metode studi kepustakaan	Remaja berhasil mengatasi krisis identitas yang membentuk pandangan yang jelas pada arah karir.

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **3.1 Jenis Penelitian**

Penelitian kualitatif pada dasarnya memiliki konsep konstruktivisme, yang menyatakan bahwa memiliki sifat jamak, menyeluruh dan adalah satu-kesatuan yang tidak bisa dipisah. Realita yang bersifat terbuka, juga kontekstual, dan secara sosial meliputi persepsi dan pandangan-pandangan dan kolektif, diteliti dengan menggunakan manusia sebagai instrumen.

Penelitian kualitatif adalah instrumen manusia, yang memiliki fungsi dalam fokus penelitian, dalam memilih informan sebagai sumber data, analisis data, menafsirkan data, dan membuat kesimpulan dari hasil yang di dapat dari lapangan. Penelitian kualitatif akan mencari masalah yang belum memiliki kejelasan. Rancangan penelitian kualitatif memiliki sifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian ini masuk ke lapangan. Dengan begitu dalam penelitian kualitatif tidak dapat di kembangkan instrumen penelitian sebelum masalah nya di kasih dengan jelas. karena itu dalam penelitian kualitatif adalah peneliti adalah instrumen kunci.

Penelitian ini melakukan penelitian kualitatif karena penelitian ini mengumpulkan data berupa kata-kata, tidak mencakup angka. Dan juga, penelitian ini bersifat penelitian kualitatif untuk mengeksplorasi suatu fenomena atau realitas sosial untuk mendapatkan jawaban dengan gambaran yang jelas dan mendetail tentang bagaimana komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas mahasiswa ilmu komunikasi di universitas medan area.

### **3.2 Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian ini berada di Prodi ilmu komunikasi Universitas Medan Area (kampus 1) yang berada di Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate / Jalan Gedung PBSI, Medan.

Berdasarkan *Urgensi* pada penelitian, maka penulis ingin mengetahui Bagaimana komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas pada Mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area

### 3.3 Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini berlangsung dan direncanakan akan dilaksanakan peneliti adalah du mulai bulan oktober 2024 sampai dengan .... 2024. Berikut rincian waktu penelitian yang peneliti lakukan.

**Tabel 3.3 Waktu Penelitian**

No	Kegiatan	2024		2025								
		Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agust	
1.	Pembuatan Proposal											
2.	Seminar Proposal											
3.	Pengumpulan Data dan Analisis Data											
4.	Seminar Hasil											
5.	Pengajuam Meja Hijau											
6.	Sidang Meja Hijau											

### 3.4 Sumber Data

#### 3.4.1 Data Primer

Data primer adalah data yang memberikan data langsung pengumpulan data. Data primer yang ada di penelitian ini di dapat peneliti dengan menggunakan tektik penelitiann lapangan (wawancara, observasi) pengumpulan data yang didapat dari informan tentang topik penelitian sebagai data primer.

### 3.4.2 Data Sekunder

Sumber data yang secara tidak langsung didapat dari sumber lain atau dokumen yang sudah tersedia sebelum melakukan penelitian (Sugiyono, 2018). Data yang tersusun dalam arsip atau documenter.

### 3.5 Informan Penelitian

Informan dalam penelitian ini adalah idalah individu yang memiliki pengalaman, atau pengetahuan terkait topik penelitian dan berperan sebagai sumber data utama dala penelitian kualitatif.

Oleh karena itu peneliti memilih mahasiswa untuk memperoleh data yang relavan dalam penelitian ini. Peneliti melakukan wawancara dengan sejumlah informan yang memiliki identitas tertentu. Identitas informan yang berpartisipasi dalam penelitian ini dapat di lihat pada tabel berikut:

No	Nama	Prodi	Angkatan	Usia	Jenis Kelamin	Alamat
1.	M Rizky Ramadhan	Ilmu Komunikasi	2021	22	Laki-Laki	Medan
2.	Noel Saputra Zega	Ilmu Komunikasi	2021	21	Laki-Laki	Medan
3.	Dwi Puspa H Berutu	Ilmu Komunikasi	2021	21	Perempuan	Medan
4.	Raihan Hidayat	Ilmu Komunikasi	2021	22	Laki-Laki	Medan
5.	Rizka Fadillah Lubis	Ilmu komunikasi	2021	22	Perempuan	Medan

### **Tabel 3.5 Informan Penelitian**

#### **3.6 Subjek dan Objek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah 5 Mahasiswa ilmu komunikasi. Dan dalam penelitian ini, maka penulis bertujuan untuk mendapat data yang relevan dalam mengenai komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas.

Kriteria pemilihan sebagai berikut:

1. Mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area: Informan harus merupakan Mahasiswa aktif dari ilmu komunikasi Universitas Medan Area.
2. Usia 20-30 Tahun: Rentang usia ini dipilih oleh penulis karena mencakup periode transisi dari remaja menuju ke dewasa awal, Dimana krisis identitas sering terjadi.
3. Mengalami krisis identitas: Informan yang dipilih harus telah mengalami atau sedang mengalami krisis identitas, yang diidentifikasi melalui wawancara atau observasi.
4. Ketersediaan berpartisipasi: Informan harus bersedia berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian ini dan memberikan informasi yang jujur serta mendalam mengenai pengalaman pribadi mereka.

Objek penelitian dalam penelitian ini adalah apa yang akan diteliti dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini, objek penelitiannya adalah mengetahui komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area.

#### **3.7 Teknik Pengumpulan Data**

Metode penelitian dalam penelitian ini adalah metode kualitatif yang paling independen pada semua metode pengumpulan data dan juga teknik

analisis data adalah metode wawancara, observasi, dan juga dokumentasi.

Menurut Burgin

(2010), dalam Meilysa Grace Simorangkir (2024). Sebagai berikut:

### 1. Observasi

Observasi atau pengamatan adalah kegiatan yang dilakukan manusia dengan memanfaatkan pancaindra sebagai alat bantu. Metode pengumpulan data observasi ini adalah mengumpulkan data penelitian dari pengamatan dan penginderaan. Menurut Bungin (2007) dalam Meilysa Grace Simorangkir (2024).

### 2. Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data dengan cara bertanya langsung. Dalam wawancara ini akan terjadi interaksi komunikasi pada pihak peneliti selaku penanya dan mahasiswa sebagai pihak yang di harapkan memberikan jawaban. Yakni suatu komunikasi yang bertujuan yang bertujuan agar mendapatkan informasi terkait bagaimana komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas mahasiswa Ilmu Komunikasi universitas medan area:

### 3. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode yang mengumpulkan data dengan cara meneliti catatan-catatan yang penting yang sangat berhubungan dengan obyek penelitian. Metode dokumentasi ini untuk mengumpulkan data dengan cara menyalin, mencatat, mengadakan data ataupun dokumen yang berkaitan dengan komunikasi intrapersonal dan krisis identitas.

### 3.8 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data kualitatif yang bersifat induktif. Dalam penelitian ini analisis data dilakukan dengan mendalami terlebih dahulu hal-hal rinci dan spesifik untuk kemudian diambil kesimpulan secara umum. Teknik analisis data model Miles dan Huberman dalam Hardani (2020) yang meliputi tiga tahapan yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

#### 1. Reduksi Data

Proses analisis yang pertama dilakukan dengan memilih, memusatkan perhatian, dan meyerdehakan data yang telah di dapatkan dari hasil wawancara yang mendalam dan observasi yang dilakukan. Proses ini berkaitan dengan pengkodean data dan mengidentifikasi konsep utama yang relevan dengan komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas.

#### 2. Penyajian Data

Penyajian data dapat dilakukan dengan Menyusun data yang telah direduksi ke dalam format yang dikelompokkan, seperti matriks atau tabel, untuk memudahkan penulis dalam melihat bentuk dan hubungan antar variable. Penyajian ini memungkinkan visualisasi data yang membantu dalam memahami dinamika komunikasi intrapersonal Mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area.

#### 3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan data adalah tahapan ke tiga dalam analisis data, dilakukan untuk memeriksa keabsahan dan reliabilitas hasil. Penulis menggunakan triangulasi sumber data, dan metode untuk memastikan bahwa kesimpulan yang

diambil sesuai dengan data yang telah dikumpulkan. Lalu hasil dari kesimpulan di gunakan untuk menjawab pertanyaan penulis dan mencapai tujuan penelitian.

### 3.9 Teknik Validitas Data

Validitas data dalam penelitian ini melalui teknik validitas data triangulasi. Menurut Patton (1999), triangulasi adalah metode untuk meningkatkan validitas dan reabilitas data dengan menggabungkan berbagai sumber, metode, dan perspektif. Teknik triangulasi yang di gunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi metode.

Penelitian ini menggunakan teknik triangulasi untuk memastikan validitas dan reliabilitas data yang diperoleh mengenai komunikasi intrapersonal dalam menghadapi krisis identitas pada mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area. Krisis identitas merupakan fenomena kompleks yang memerlukan pemahaman mendalam seperti wawancara yang mendalam, dan observasi, penulis dapat memperoleh data yang lebih komprehensif dan akurat. Wawancara yang mendalam memungkinkan penulis untuk mengenali pengalaman pribadi dan komunikasi yang digunakan oleh mahasiswa. Observasi memberikan kesempatan untuk mengamati perilaku dan interaksi mahasiswa secara langsung dalam situasi nyata, sementara. Kombinasi metode ini tidak hanya memperkaya temuan penulis. Oleh karena itu, penggunaan teknik triangulasi metode sangat relevan dan penting untuk memahami komunikasi intrapersonal mahasiswa dalam menghadapi krisis identitas.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa komunikasi intrapersonal memegang peranan penting bagi mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Medan Area dalam menghadapi krisis identitas pada arah karir. Mahasiswa menggunakan berbagai cara dan strategi dalam melakukan komunikasi intrapersonal, seperti melamun, berdoa, visualisasi, menulis jurnal, refleksi diri, dan evaluasi pengalaman pribadi. Melalui proses ini, mereka mampu mengenali kekuatan dan kelemahan, memahami minat dan passion, serta membangun konsep diri positif yang menjadi dasar dalam menentukan arah karir masa depan.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa komunikasi intrapersonal membantu mahasiswa untuk mengatasi ketidakpastian, stres, dan kecemasan terkait pilihan karir. Dengan melakukan refleksi dan evaluasi secara mandiri, mereka merasa lebih percaya diri, yakin, dan siap menghadapi tantangan masa depan. Selain itu, proses ini turut memperkuat konsep diri positif, seperti sikap mandiri, tenang, dan percaya diri, yang sangat membantu dalam membangun gambaran arah karir yang sesuai dengan potensi dan keinginan mereka.

Temuan dari masing-masing informan memperlihatkan bahwa komunikasi intrapersonal tidak hanya sebagai alat untuk menenangkan diri, tetapi juga sebagai proses penting dalam pembentukan identitas diri dan pengambilan keputusan karir yang tepat. Beberapa strategi yang banyak digunakan adalah menulis jurnal, visualisasi, melakukan afirmasi positif, serta diskusi internal yang dilakukan secara rutin dan sadar. Selain itu, pengalaman-

pengalaman sebelumnya dan evaluasi terhadap keberhasilan maupun kegagalan menjadi bahan refleksi yang penting bagi mahasiswa dalam memperkuat pemahaman terhadap diri sendiri.

Namun, terdapat juga kendala dan tantangan yang dihadapi, seperti kebiasaan terlalu memendam perasaan, kurangnya keberanian untuk berbagi dengan orang lain, serta adanya tekanan dari lingkungan sosial dan media sosial yang dapat memicu krisis identitas. Meski demikian, mahasiswa mampu mengatasi permasalahan tersebut dengan memperkuat komunikasi intrapersonal sebagai strategi utama.

Dari hasil tersebut, dapat disarankan agar mahasiswa lebih aktif dan sadar dalam melakukan komunikasi intrapersonal secara teratur, sehingga proses pengenalan diri dan perencanaan karir dapat berjalan lebih optimal. Selain itu, penting juga untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal agar mahasiswa tidak hanya berkuat pada komunikasi dengan diri sendiri, tetapi juga mampu berinteraksi dan berkonsultasi secara efektif dengan orang lain dalam rangka memperkaya proses pengambilan keputusan.

## **5.2 Saran**

### **A. Bagi Mahasiswa**

- Disarankan untuk meningkatkan intensitas dan kualitas proses refleksi diri melalui aktivitas seperti menulis jurnal, meditasi, atau afirmasi positif secara rutin. Hal ini dapat membantu mahasiswa memahami potensi diri, mengatasi kecemasan, dan memperkuat kepercayaan diri dalam menentukan arah karir.

- Penting untuk membuka diri dan berbagi pengalaman serta kekhawatiran dengan orang-orang terdekat atau mentor terpercaya agar mendapatkan masukan yang konstruktif dan memperluas sudut pandang.

Sebaiknya menghindari terlalu banyak membandingkan diri dengan orang lain, terutama dari media sosial, yang dapat memicu krisis identitas dan ketidakpuasan diri.

### **B. Bagi Perguruan Tinggi Khususnya Program Studi Ilmu Komunikasi**

- Diharapkan mampu menyelenggarakan program pelatihan atau workshop tentang pengembangan komunikasi intrapersonal dan pengenalan diri, agar mahasiswa lebih siap dalam menghadapi tantangan karir dan krisis identitas.

- Memberikan pendampingan psikologis atau konseling karir yang mampu membantu mahasiswa dalam proses refleksi diri dan pengambilan keputusan yang tepat.

- Meningkatkan literasi media sosial dan pengelolaan diri di era digital, sehingga mahasiswa tidak mudah terpengaruh oleh tekanan eksternal yang berlebihan.

### **C. Bagi Peneliti Selanjutnya**

- Disarankan untuk melakukan penelitian lebih luas dengan melibatkan mahasiswa dari berbagai fakultas atau universitas guna mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif tentang peran komunikasi intrapersonal dalam pengembangan diri dan karir.

- Membahas faktor-faktor lain yang mempengaruhi keberhasilan komunikasi intrapersonal, seperti kecenderungan pribadi, lingkungan sosial, dan budaya lokal.

- Mengkaji hubungan antara komunikasi intrapersonal dan aspek psikologis lain seperti kepercayaan diri, resilience, serta kepuasan hidup secara umum.

Demikianlah bab lima ini disusun sebagai rangkuman dari hasil penelitian serta rekomendasi yang diharapkan dapat memberikan manfaat dan pencerahan bagi pengembangan diri mahasiswa dan pihak terkait dalam rangka menuntun mereka menuju masa depan yang lebih baik dan pasti.



## DAFTAR PUSTAKA

Yustika, M. A. (2021). *komunikasi intrapersonal mahasiswa dalam menghadapi quarter-life crisis* (Skripsi, Universitas Sanata Dharma). Universitas Sanata Dharma.

Ariati, Y., & Irene, C. S. (2023). Komunikasi Intrapersonal dan Konsep Diri pada Mahasiswa Rantau Studi Kasus: Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Komunikasi dan Sekretari Tarakanita. *Jurnal Ilmu Komunikasi dan Bisnis*, 8(2), 205-214.

Iman, Nadhira Nurul (2021) *Komunikasi Intrapersonal dalam menghadapi Quarter Life Crisis pada komunitas UINSA Student Forum*. Undergraduate thesis, UIN Sunan Ampel Surabaya.

Rafiqa, R. (2015). Teori Pengolahan Informasi: Perspektif Pendidikan. *Komunida: Media Komunikasi Dan Dakwah*, 5(2).

Kustiawan, W., Fadillah, U., Sinaga, F. K., Hattaradzani, S., Hermawan, E., Juanda, M. D., ... & Fahmi, R. R. (2022). Komunikasi intrapersonal. *Journal Analytica Islamica*, 11(1), 150-156.

Effendy, O. U. (2003). *Pengantar ilmu komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Mulyana, D. (2021). *Ilmu komunikasi: Suatu pengantar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Maulani, G., Wachyudi, K., Astuty, H. S., Saptadi, N. T. S., Hayati, R., Tandirerung, V. A., Nababan, H. S., Iskandar, R., Arribathi, A. H.,

Saniah, N., Mayasari, E., Susilawati, E., Usnur, U. H., Hadikusumo, R. A., Siregar, R. W., & Rasmita. (2024). *Komunikasi pendidikan*. Sada Kurnia Pustaka.

Pasha, S., Perdana, M. R., Nathania, K., & Khairunnisa, D.

(2021).

Upaya mengatasi krisis identitas nasional generasi z di masa pandemi.

*Jurnal Kewarganegaraan*, 5(2), 651-659.

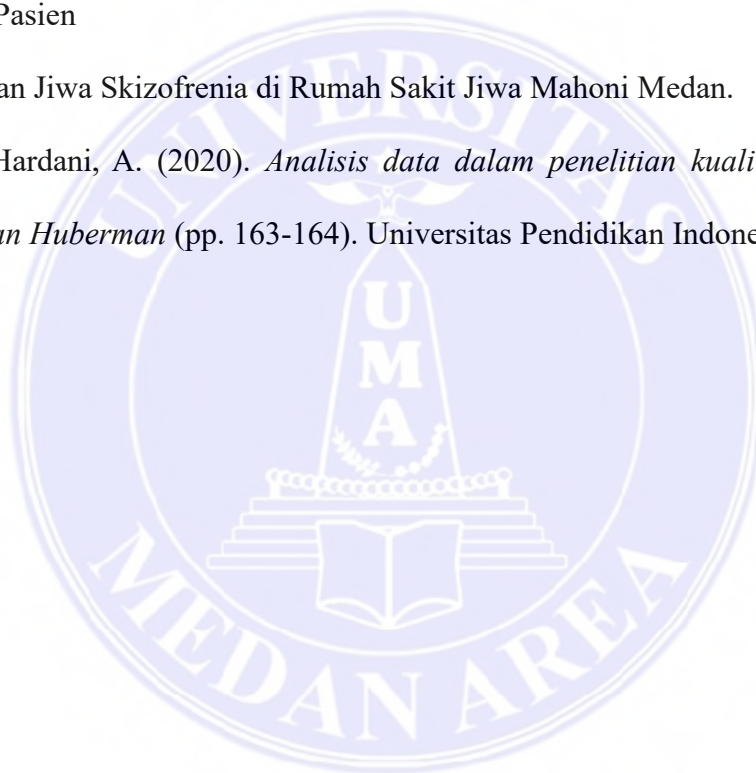
Putri, G. N. (2019). *Quarter life crisis: Ketika hidupmu berada di persimpangan*. PT. Elex Media Komputindo.

Anderson, P. (2021). The Role of Information Processing in Cognitive Development. *Journal of Cognitive Psychology*, 33(2), 115- 130.

Simorangkir, M. G. (2024). Komunikasi Terapeutik Perawat dengan Pasien

Gangguan Jiwa Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Mahoni Medan.

Hardani, A. (2020). *Analisis data dalam penelitian kualitatif: Teknik Miles dan Huberman* (pp. 163-164). Universitas Pendidikan Indonesia.



## Lampiran 1. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Dokumentasi dengan Informan 1 M Rizky Ramadhan dan peneliti saat melakukan wawancara sebagai data pada penelitian.



Gambar 2. Dokumentasi dengan Informan 2 Noel Saputra Zega dan peneliti saat melakukan wawancara sebagai data pada penelitian.



Gambar 3. Dokumentasi dengan Informan 3 Dwi Puspa H Berutu dan peneliti saat melakukan wawancara sebagai data pada penelitian.



Gambar 4. Dokumentasi dengan Informan 4 Raihan Hodayat dan peneliti saat melakukan wawancara sebagai data pada penelitian.



Gambar 5. Dokumetasi dengan Informan 5 Rizka Faddilah Lubis dan peneliti saat melakukan wawancara sebagai data pada penelitian.



## Lampiran 2. Hasil Wawancara

INFORMAN 1 M RIZKY RAMADHAN MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UNIVERSITAS MEDAN AREA ANGKATAN 2021		
Konteks Komunikasi Intrapersonal dalam Menghadapi Krisis Identitas		
No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Bagaimana Anda berbicara dengan diri sendiri adalah mengalami kebingungan dalam memilih arah karir?	Hal yang sering saya lakukan adalah berbicara dengan diri sendiri itu seperti respon alami yang sering saya lakukan itu, melamun bukan sekedar melamun tapi di hati sama pikiran saya juga itu berisik karena saya juga harus mikir strategi ke depannya terutama dalam menentukan karir saya di masa depan mau jadi apa harus seperti apa saya juga bingung maka dari melamun tadi saya selipkan juga doadoa karena saya hanya bisa menjalankan komunikasi intrapersonal dengan diri saya sendiri saya nggak mau menjalankan komunikasi dua arah atau melibatkan orang lain karena takut perasaan saya tidak terkontrol.

2.	Apakah Anda sering melakukan refleksi diri terkait dengan arah karir yang ingin Anda capai? Jika iya, bagaimana cara Anda melakukannya?	Refleksi diri itu saya nggak terlalu sering cuman pasti ada beberapa bagian dari saya juga harus membuat refleksi diri terutama dalam menentukan apa apa saja yang ingin saya lakukan dimasa mendatang seperti dalam hal karir ataupun lainnya
3.	Seberapa penting menurut Anda komunikasi intrapersonal dalam membantu Anda memahami pilihan karir yang sesuai?	Komunikasi intrapersonal menurut saya ini sangat penting terutama dalam menentukan karir di masa depan karena hanya diri kita sendiri yang mengetahui kemauan kita kemudian skill kita dan juga apa yang kita sukai jadi kita juga harus sebelum kita bertindak kita harus berbicara dulu dengan diri sendiri bener nggak ada misalnya kita mau ngelakuin hal ini itu konsekuensi gimana jadi kita nggak bakal salah pilih kedepannya
4.	<p>Dalam menghadapi ketidakpastian karir, apakah Anda lebih banyak berdiskusi dengan diri sendiri sebelum meminta pendapat orang lain?</p> <p>Apakah Anda merasa lebih percaya diri dalam mengambil keputusan setelah melakukan refleksi diri?</p>	<p>Kalau dalam menghadapi ketidakpastian karir itu saya lebih sering berkomunikasi dengan diri sendiri seperti yang balik ke pertanyaan awal tadi saya lebih sering melamun kemudian dari melamun tadi saya selipkan doa karena saya memang tipikal orangnya yang ngga bisa untuk oversharing atau sharingsharing tipis ke orang lain karena saya lihat dulu memang dibiasakan untuk memendam sekaligus memecahkan masalah saya sendiri jadi saya lebih sering melamun berbicara dengan diri sendiri apa kemauan saya agar tidak salah langkah</p> <p>Tentunya sangat percaya diri karena melalui refleksi diri tadi saya juga lebih tenang dalam menentukan pilihan untuk kedepannya</p>
Konteks Komunikasi Intrapersonal dan Pembentukan Konsep Diri Positif		

6.	Bagaimana Anda menggambarkan konsep diri Anda dalam konteks karir saat ini?	Untuk penggambaran di konsep diri saya sendiri itu saya lebih suka ketenangan terutama didunia karir yang mungkin akan saya jalani di kemudian hari saya orangnya tipe hal yang cuek kemudian seperti yang sudah saya bilang tadi saya lebih bisa memecahkan masalah sendiri jadi ketika ada suatu problem ataupun sedikit permasalahan yang terjadi di karir saya atau pekerjaan saya itu pasti saya juga merenungkan sendiri memecahkannya sendiri seperti itu kalau konsep diri yang sudah saya terapkan di sekarang untuk saat ini
7.	Seberapa besar pengaruh komunikasi intrapersonal dalam membantu Anda menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri dalam konteks karir?	Nah komunikasi intrapersonal itu sangat penting kita lakukan terutama dalam menerima kelebihan ataupun kekurangan kita karena seperti yang orang-orang bilang itu sadar diri benar sadar diri atas kemampuan kita supaya apapun yang kita buat itu tidak melebihi kapasitas
8.	Apakah Anda merasa lebih yakin dengan pilihan karir setelah melakukan evaluasi dan refleksi terhadap diri sendiri?	Kita mengevaluasi apa saja yang kita sukai hal-hal yang kita minat sesuai skill kita itu pasti melalui komunikasi intrapersonal dengan berbicara dengan diri kita sendiri itu pasti membantu untuk kita lebih memilih agar tidak salah langkah lagi satu lah sekali lagi saya bilang ini tidak salah langkah kedepannya terutama dalam menentukan karir di masa depan. kedepannya terutama dalam menentukan karir di masa depan.
9.	Apakah ada pengalaman tertentu yang membuat Anda merasa lebih memahami siapa diri Anda dan apa yang ingin Anda capai dalam karir?	Iya tentunya saya belajar dari pengalaman yang sebelumnya pernah saya rasakan dan saya alami dimana saya menjalankan keseharian atau produktivitas saya itu tidak sesuai dengan keahlian dan minat saya jadi saya berpikir dan merenungkan lagi ternyata dunia itu tidak cocok untuk saya dan kemudian juga saya melalui berbicara dengan diri sendiri tadi menentukan kedepannya supaya hal ini tidak terulang lagi terutama dalam menentukan karir ataupun pekerjaan yang akan kita pilih karena itu akan sangat berperan penting
Konteks Komunikasi Intrapersonal dalam Mengatasi Krisis Identitas pada Arah Karir		

10.	Bagaimana cara Anda mengelola stres atau kecemasan saat menghadapi karir?	Cara saya dalam mengelola stress dalam konteks karir ini untuk sekarang saya lebih ke melamun dan nangis tidak lupa lagi dengan doa tadi karena memang mau gimapun itu kalau memang belum ada kedepannya tujuan yang jelas itu pasti kita juga bingung kita hanya bisa mikir ke diri kita sendiri apa gimana caranya supaya kita bisa dapetin pekerjaan sesuai di bidang yang kita inginkan
11.	Seberapa sering Anda menuliskan pemikiran atau perasaan Anda mengenai karir dalam bentuk jurnal atau catatan pribadi?	Untuk menuliskan pemikiran atau mencurahkan perasaan saya itu tidak pernah dalam bentuk jurnal ataupun catatan saya lebih suka repost postingan di sosial media yang berhubungan ataupun relate dengan keadaan saya jadi lebih ke itu aja pelampiasan saya untuk saat ini
12.	Apakah Anda memiliki kebiasaan bertanya pada diri sendiri sebelum mengambil keputusan penting terkait karir? Jika iya, pertanyaan apa yang sering muncul?	Kalau untuk bertanya pada diri sendiri itu sering ya seperti yang saya bilang tadi karena hanya diri kita sendiri yang mengenali Siapa kita kemauan kita skill kita, minat kita agar seperti tadi tidak salah langkah karena berdasarkan pengalaman yang sudah saya bilang tadi saya tidak mau hal itu terulang lagi saya mau untuk karir saya itu jauh lebih baik untuk sekarang dan selamanya
13.	Menurut Anda, apakah komunikasi intrapersonal dapat menjadi alat yang efektif dalam menghadapi tantangan karir di masa depan? Mengapa?	Cukup efektif karena melalui komunikasi intrapersonal ini kita juga lebih tahu setelah mengevaluasi kita lebih mengerti dan lebih paham apa yang menjadi tujuan kita kedepannya namun ketika kita sudah mengetahui tujuan kita kita jangan pernah punya pikiran untuk terlalu milih-milih karir jalanin aja ngalir aja dulu kita enggak tahu titik kita itu ada di karir yang bagian mana yang Tuhan rencana

Konteks Identitas Diri dan Krisis Identitas (Berdasarkan Teori Identitas Erikson)		
14.	Bagaimana Anda mendefinisikan identitas diri Anda saat ini terkait dengan arah karir yang ingin Anda capai?	Hal yang bisa saya definisikan untuk identitas diri saya saat ini yaitu stay calm karena saya juga orangnya tidak suka ribut atau tidak suka mengganggu waktu orang lain saya enggak mau membuat orang lain itu repot begitu juga sebaliknya saya juga enggak mau di ber repot oleh orang lain jadi mau enggak mau bisa enggak bisa harus dipecahkan kalau misi bisa dipecahkan sendiri ya kita pecahkan sendiri dengan solusi kita sendiri
15.	Apakah Anda pernah mengalami kebingungan atau ketidakpastian mengenai arah karir yang ingin Anda tempuh? Jika iya, bagaimana perasaan Anda saat itu?	Kalau merasa bingung pasti sering ya, karena untuk saat ini juga saya sering merasakan perasaan itu punya pikiran bingung mau jadi apa lulus kuliah mau bergerak dibidang apa ilmu yang sudah saya dapatkan ini cocoknya dimana itu pasti saya bingung terutama yang buat bingung itu

16.	<p>Apa faktor utama yang menurut Anda mempengaruhi kebingungan Anda dalam menentukan arah karir?</p>	<p>Kalo menurut saya itu rasa takut yang berlebihan terhadap diri saya sendiri jadi pemikiran saya itu entah udah kemanamana duluan padahal itu belum tentu terjadi itu sih faktor utamanya yang sering saya alami menurut saya</p>
17.	<p>Bagaimana Anda mengatasi ketidakpastian atau kebingungan terkait arah karir Anda?</p>	<p>Cara atau strategi saya itu seperti pertanyaan awalawal tadi dengan melakukan evaluasi refleksi diri kemudian membangun komunikasi intrapersonal terhadap diri saya sendiri dengan berbicara melampiaskannya melalui lamunan ataupun tangisan dan juga tidak doa karena doa adalah satusatunya kunci kesuksesan kita</p>
18.	<p>Seberapa besar peran lingkungan (keluarga, teman, dosen) dalam membentuk pemahaman Anda tentang karir? Anda tentang karir?</p>	<p>Kalau untuk peran lingkungan seperti relasi keluarga, teman, ataupun dosen itu sangat penting ya terutama keluarga dan teman sih karena dari mereka juga siapa tahu ada yang membuka pintu rezeki untuk kita di karir membuka pintu rezeki untuk kita di karir membuka pintu rezeki untuk kita di karir yang akan kita tempuh ke depannya dosen juga banyak yang peduli kok dengan mahasiswanya bahkan enggak segansegan para dosen ini juga mengarahkan mahasiswa itu setelah tempat kuliah mau bergerak dibidang apa karir seperti apa yang cocok untuk kita sebagai mahasiswa jadi itu sangat penting untuk dibangun</p>

NOEL SAPUTRA ZEGA MAHASISWA ILMUKOMUNIKASI UNIVERSITAS MEDAN AREA AGKATAN 2021		
Konteks Komunikasi Intrapersonal dalam Menghadapi Krisis Identitas		
No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Bagaimana Anda berbicara dengan diri sendiri ketika mengalami kebingungan dalam memilih arah karir?	Biasanya saya berbicara dengan diri sendiri itu dengan melamun atau sebelum tidur saya membuat skenario singkat dalam memikirkan sebuah karir saya seperti apa kedepannya,
2.	Apakah Anda sering melakukan refleksi diri terkait dengan arah karir yang ingin Anda capai? Jika iya, bagaimana cara Anda melakukannya?	Saya biasanya melakukan refleksi diri melalui berbicara di depan kaca atau cermin dimana saya melihat look saya sendiri, saya cocok Seperti apa, saya sering berkhayal menjadi seorang model, penyanyi ataupun sebagai seorang artis karena saya menggemari sebuah profesi di bidang tersebut.
3.	Seberapa penting menurut Anda komunikasi intrapersonal dalam membantu Anda memahami pilihan karir yang sesuai?	Sangat penting karena kita butuh untuk memahami diri kita sendiri sebelum kita memulai untuk menuju sebuah karir yang ingin kita capai,
4.	Dalam menghadapi ketidakpastian karir, apakah Anda lebih banyak berdiskusi dengan diri sendiri sebelum meminta pendapat orang lain?	Tentu saja karena sebelum saya menentukan karir apa yang saya pilih untuk kedepannya saya cari referensi kemudian saya memikirkan matangmatang Apakah karir tersebut dapat saya capai atau tidak dan kemudian setelah saya mendapatkan pilihan pilihannya saya bertanya kepada temanteman untuk pendapat mereka terhadap karir yang saya pilih tersebut,

5.	Apakah Anda merasa lebih percaya diri dalam mengambil keputusan setelah melakukan refleksi diri?	Tentu saja saya merasa percaya diri dengan apa yang saya pilih setelah melakukan refleksi diri karena itu adalah keputusan saya yang telah saya pikirkan matang-matang.
Konteks Komunikasi Intrapersonal dan Pembentukan Konsep Diri Positif		
6.	Bagaimana Anda menggambarkan konsep diri Anda dalam konteks karir saat ini?	Saya menggambarkan konsep diri saya melalui membangun personal branding dimana saya adalah seorang influencer, influencer dalam personal branding sebuah Vlog dimana saya menceritakan dalam Vlog tersebut saya menceritakan tentang kegiatan sehari-hari saya yang tentunya ada yang dapat dishare kepada orang lain memotivasi ataupun membuat orang-orang terhibur.
7.	Seberapa besar pengaruh komunikasi intrapersonal dalam membantu Anda menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri dalam konteks karir?	Tentunya pengaruh komunikasi intrapersonal dalam diri saya sendiri itu sangat besar karena hal itu yang membuat saya memahami diri saya sendiri, saya mengetahui passion mana yang lebih cocok untuk saya karena saya lebih mahir dalam bidang komunikasi jadi saya memilih untuk menjadi seorang influencer yang dimana influencer dalam personal branding Vlog dimana saya menceritakan kegiatan saya sehari-hari hal-hal motivasi yang dapat saya share kepada orang lain
8.	Apakah Anda merasa lebih yakin dengan pilihan karir setelah melakukan evaluasi dan refleksi terhadap diri sendiri?	Ya tentu saja saya merasa lebih yakin karena pada saat saya melakukan refleksi diri saya memahami diri saya sendiri dan saya yakin terhadap Keputusan yang telah saya ambil dan enggak hanya dari diri saya sendiri, saya juga didukung oleh pendapat dari teman-teman saya yang mengatakan bahwa saya cocok di bidang tersebut seperti yang saya bilang sebelumnya adalah sebagai seorang influencer yang menshare kegiatan sehari-hari kepada publik.
9.	Apakah ada pengalaman tertentu yang membuat Anda merasa lebih memahami siapa diri Anda dan apa yang ingin Anda capai dalam karir?	Tentu saja ada pengalaman sebelum saya menjadi seorang influencer saya sering menjadi seorang narasumber pada kegiatan-kegiatan untuk memotivasi orang-orang dan karena saya melihat passion saya di bidang tersebut untuk menginfluence orang-orang jadi saya tertarik untuk menjadi influencer di media sosial agar dijangkau oleh orang-orang banyak.
Konteks Komunikasi Intrapersonal dalam Mengatasi Krisis Identitas pada Arah Karir		

10.	Bagaimana cara Anda mengelola stres atau kecemasan saat menghadapi ketidakpastian karir?	Tentunya saya mengelola stres atau kecemasan saat menghadapi ketidakpastian karir itu saya berdoa kepada Tuhan meminta petunjuk kemudian saya suka mendengarkan music-musik yang menginspirasi saya kemudian saya juga sering menonton konten-konten influencer lainnya yang mendukung daripada bidang saya atau karir saya tersebut sehingga saya terdorong untuk yakin terhadap pilihan saya tidak hanya itu saya juga melakukan healing ataupun mengajak temanteman untuk nongkrong dan bercekrama agar stres ataupun kecemasan saya menjadi lebih plong hilang dan temanteman juga memberikan pendapat-pendapat yang tentunya positif dan mendorong saya untuk terus berjuang. kecemasan saat menghadapi ketidakpastian karir itu saya berdoa kepada Tuhan meminta petunjuk kemudian saya suka mendengarkan music-musik yang menginspirasi saya kemudian saya juga sering menonton konten-konten influencer lainnya yang mendukung daripada bidang saya atau karir saya tersebut sehingga saya terdorong untuk yakin terhadap pilihan saya tidak hanya itu saya juga melakukan healing ataupun mengajak temanteman untuk nongkrong dan bercekrama agar stres ataupun kecemasan saya menjadi lebih plong hilang dan temanteman juga memberikan pendapat-pendapat yang tentunya positif dan mendorong saya untuk terus berjuang.
11.	Seberapa sering Anda menuliskan pemikiran atau perasaan Anda mengenai karir dalam bentuk jurnal atau catatan pribadi?	Untuk menuliskan daripada pemikiran atau perasaan saya mungkin tidak sering bahkan untuk hal-hal yang sangat sibuk banget saya sering meneruskan di catatan pribadi saya namun karena saya sebagai seorang influencer saya sering meluangkan melalui video atau merekam diri saya terhadap kejadian yang telah saya alami pada hari itu,
12.	Apakah Anda memiliki kebiasaan bertanya pada diri sendiri sebelum mengambil keputusan penting terkait karir? Jika iya, pertanyaan apa yang sering muncul?	Tentunya pertanyaan sering muncul pada saat saya sudah menentukan sebuah karir saya melalui sebuah influencer dimana pada saat saya membagikan video saya sering bertanya pada diri saya sendiri Apakah nanti video ini bakal diterima oleh orang-orang di sekitar Apakah video ini bakal memiliki jangkauan yang luas untuk viral dan kemudian apakah personal branding saya bisa dibangun melalui video ini

13.	Menurut Anda, apakah komunikasi intrapersonal dapat menjadi alat yang efektif dalam menghadapi tantangan karir di masa depan? Mengapa?	Ya tentunya menurut saya komunikasi interpersonal ini sangat efektif sekali dalam menghadapi sebuah karir karena kita perlu untuk memahami diri kita sendiri jadi ketika kita udah memaafkan diri kita sendiri kita bisa berdamai dengan diri kita sendiri dan bisa lebih tenang atau lebih plong dalam menjalani karir yang telah kita pilih.
-----	--	--

Konteks Identitas Diri dan Krisis Identitas (Berdasarkan Teori Identitas Erikson)

14.	Bagaimana Anda mendefinisikan identitas diri Anda saat ini terkait dengan arah karir yang ingin Anda capai?	Tentunya saya mendefinisikan identitas diri saya itu dimana saya saat ini adalah sebagai seorang influencer yang membagikan konten-konten keseharian saya kepada publik untuk dikonsumsi oleh publik itu sendiri dan tentunya melalui konten-konten itu dapat membangun personal branding saya.
15.	Apakah Anda pernah mengalami kebingungan atau ketidakpastian mengenai arah karir yang ingin Anda tempuh? Jika iya, bagaimana perasaan Anda saat itu?	Tentunya perasaan saya saat itu sangat amburadul sangat stres tidak nyaman saya jadi ragu untuk masa depan saya, saya tidak tahu ini arahnya kemana saya bingung namun setelah saya melakukan refleksi diri saya berkomunikasi dengan diri saya sendiri, memahami diri saya sendiri, saya lebih pandai untuk mengelola stres dan mengelola pemikiran saya, jadi saya memilih menjadi seorang influencer dari hasil refleksi diri saya karena saya lebih cocok di bidang tersebut dan passion saya memang di bidang tersebut untuk menuju karir apalagi menjadi seorang influencer adalah salah satu hal yang bisa dilakukan oleh siapa saja lebih fleksibel lebih mudah tanpa mengeluarkan biaya yang besar.

16.	Apa faktor utama yang menurut Anda mempengaruhi kebingungan Anda dalam menentukan arah karir?	Tentunya faktor utama disini adalah diri saya sendiri pemikiran saya sendiri jadi saya pada saat itu kurang mengelola pemikiran dan stres saya sendiri jadi untuk mengelola semua stres ataupun kebingungan saya itu saya melakukan refleksi diri, saya berdamai dengan diri saya sendiri berdoa mencari tahu dimana letak kesalahan saya dimana titik saya ragu, jadi karena saya udah melakukan refleksi diri udah melakukan udah berbicara dengan diri saya sendiri dengan kepedean saya jadi saya bisa menentukan arah karir saya kemana dan arah karir saya adalah menjadi seorang influencer.
17.	Bagaimana Anda mengatasi ketidakpastian atau kebingungan terkait arah karir Anda?	Ya tentunya saya melakukan refleksi diri komunikasi intrapersonal terhadap diri saya sendiri sehingga saya bisa memahami diri saya sendiri melalui hal tersebut.
18.	Seberapa besar peran lingkungan (keluarga, lingkungan (keluarga, teman, dosen) dalam membentuk pemahaman Anda tentang karir?	Lumayan besar karena pada saat saya menentukan sebuah karir saya, saya meminta pendapat temanteman dari opsi meminta pendapat temanteman dari opsi temanteman atau keluarga atau lingkungan saya sendiri terhadap pemikiran yang telah saya buat.

INFORMAN 3 DWI PUSPA BERUTU MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UNIVERSITAS MEDAN AREA ANGKATAN 2021		
Konteks Komunikasi Intrapersonal dalam Menghadapi Krisis Identitas		
No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Bagaimana Anda berbicara dengan diri sendiri ketika mengalami kebingungan dalam memilih arah karir?	Dengan mencoba mengidentifikasi gitu loh sebenarnya pasti lebih banyak pasti kekuranganku kita kak terus mempertimbangkan juga mempertimbangkan minat sama passionku dan aku juga mencoba untuk memahami apa yang membuat Bahagia dan apa yang ingin aku capai sebenarnya di dalam karir yang kuinginkan.
2.	Apakah Anda sering melakukan refleksi diri terkait dengan arah karir yang ingin Anda capai? Jika iya, bagaimana cara Anda melakukannya?	Jadi lumayan sering ya aku sebenarnya, arah karir ku ini nanti harus kemana sih gitu, aku kan senang menulis jadi aku menulislah, aku menulis pemikiran dan apa yang aku rasakan apa yang aku inginkan dalam buku atau kayak punya jurnal gitu sih jadinya, aku juga bisa mempertimbangkan pengalaman pencapaian ku sebelumnya selama kuliah jadi aku bisa paham nanti aku akan lihat kemana gitu loh.

3.	Seberapa penting menurut Anda komunikasi intrapersonal dalam membantu Anda memahami pilihan karir yang sesuai?	Menurut aku pribadi itu komunikasi interpersonal itu sangat penting dalam membantu gak cuman aku, ini membantu kita semua dalam memilih keadaan yang sesuai tinggal caranya aja yang gimana kalau aku sendiri kan dengan berbicara dengan diri sendiri kita kasih afirmasi ke diri sendiri bahwa kita dapat memperoleh wawasan yang lebih baik tentang diri kita dan itu bisa membuat keputusan yang lebih tepat tentang kemana sih nanti kita sebenarnya.
4.	Dalam menghadapi ketidakpastian karir, apakah Anda lebih banyak berdiskusi dengan diri sendiri sebelum meminta pendapat orang lain?	Kalo aku pribadi aku lebih sering berdiskusi sama diriku sendiri ya karena aku tipikal orang yang memang jarang untuk cerita ke orang lain tapi kalau aku udah mentok kali mentok aku memang aku nggak tahu baru aku ngasih tahu ke orang tapi kalau memang aku masih mampu untuk ini mencari tahu gitu ya aku andalin diriku sendiri terus aku percaya bahwa kau harus memahami diriku sendiri terlebih dahulu sebelum aku mendapat orang lain sih sebenarnya.
5.	Apakah Anda merasa lebih percaya diri dalam mengambil keputusan setelah melakukan refleksi diri?	Kalau aku pribadi kadang aku bisa merasa lebih percaya diri karena kan refleksi itu kan kayak kita ngebuat afirmasi ke diri kita, ngasih hal-hal positif ke diri kita. Aku merasa lebih percaya diri dalam mengambil keputusan setelah aku tadi melakukan refleksi diri itu nah ini juga membantu aku memahami diriku sendiri kayaknya tadi aku juga dapat membuat keputusan lebih tepat dan lebih percaya diri lah.
Konteks Komunikasi Intrapersonal dan Pembentukan Konsep Diri Positif		

6.	<p>Bagaimana Anda menggambarkan konsep diri Anda dalam konteks karir saat ini?</p>	<p>Kita lihat ya banyak sekali anak muda yang udah yang memang nggak paham soal kayak kemana sih aku nanti apa sih yang harus kulakukan gitu aku juga mengalaminya pada saat aku mengkonsep diriku dalam konteks karir saat ini, lebih aku ke perkembangan karir saat ini ya itu gimana ya dengan diriku dalam konteks karir saat ini, lebih aku ke perkembangan karir saat ini ya itu gimana ya dengan menggambarkan konsep diriku sebagai seorang yang ingin terus belajar lah dengan berkembang dalam karir dikarenakan kalau kita begitu dan nggak tahu kita mau kemana tapi kita masih tetap diam ya minimal kita mencari informasi lah ya jangan cuman kalau jangan cuman awalnya kita maunya yang ini cuman memang nggak dapet tapi kita jadi karena yang satu ini nggak dapet kita nggak nyari yang lain lagi gitu, memang kalau aku tetep hal yang nerima kalau aku merasa, tetapi itu memang nggak cocok lagi ke aku ya aku pindah ke yang lain gitulah makanya butuh kita lebih butuh belajar dan berkembang maksudnya kita belajar dalam memilih karir kita kita harus pintarpintar nyari tahu itu mana sih kita setelah ini gitu ini tujuannya untuk mencapai potensi diri kita sesungguhnya karena kan dalam menggambarkan konsep diri kita juga butuh yang namanya kerja keras dan dedikasi</p>
----	--	--

7.	<p>Seberapa besar pengaruh komunikasi intrapersonal dalam membantu Anda menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri dalam konteks karir?</p>	<p>Aku sendiri ini dapat membantu, membantu apa dan memahami apa yang kita kuasai apa yang perlu ditingkatkan, kalau aku sendiri menurutku ini berpengaruh ya sama aku cuman karena mahasiswa banyak kayak merasa komunikasi interpersonal itu nggak berpengaruh gitu terutama kayak aku mahasiswa tingkat akhir itu kita lagi bingung ngerjain skripsi ditambah lagi kita harus kita udah stress nih ngerjain skripsi tapi kita harus mikirin lagi setelah kita ngerjain skripsi nanti kalau setelah kita lulus kita kemana sih jadi kayak ada dua hal besar yang memang susah untuk kita satukan gitu loh menurutku.sebenarnya kalau menjawab pertanyaan ini ya rata-rata manusia pasti yakin kalau pasti yakin dengan pilihan karirnya.</p>
----	---	--

<p>8.</p>	<p>Apakah Anda merasa lebih yakin dengan pilihan karir setelah melakukan evaluasi dan refleksi terhadap diri sendiri?</p>	<p>Setelah melakukan evaluasi dan refleksi terhadap diri sendiri karena evaluasi ini kan bisa memahami sama refleksi ini kan bisa memahami diri kita sendiri untuk dapat membuat keputusan yang lebih tepat tentang arah karir kita, nah tapi kita lihat dong kita jangan berhenti di kita udah evaluasi diri kita, tapi kita nggak lihat keadaan di sekeliling kita seperti apa, kenapa aku bilang kayak gitu karena kita lihat di zaman sekarang itu pekerjaan, jumlah manusia yang ingin bekerja di Indonesia atau kita bilang setelah jumlah pengangguran di Indonesia itu banyak sedangkan lapangan pekerjaan itu sedikit, contoh aku kayak mau ngambil aku udah tahu nih aku mau kemana selesai kuliah, jujur aku pribadi aku mau mainmain di broadcast ya di televisi Dalam aku di broadcast tapi apakah kita lihat sekarang televisi itu dilirik baik enggak sama Masyarakat ya dilirik baik tapi kan televisi itu seperti minat masyarakat untuk menonton televisi itu semakin sedikit jadi itu yang membuat kayak kalau Percuma aku bukan bilang Percuma ya tapi kita udah refleksi kita udah tahu kita mau ngapain tapi lapangan pekerjaannya itu yang nggak ada itu yang membuat banyak orang-orang kebingungan gitu, kayak kita udah capekcapek refleksi diri, kita udah capekcapek di evaluasi diri nanti kita habis kuliah mau kemana sih habis sekolah mau kemana sih segala macam tapi sedangkan peluang atau lowongan pekerjaan yang kita inginkan itu memang sedikit, Pak kalau kita mau langka ya bisa ya buka lowongan lapangan pekerjaan sendiri, tapi kalau memang orang yang kurang lah aku bilang itu menurutku sorry sorry lah.</p>
-----------	---	---

<p>9.</p>	<p>Apakah ada pengalaman tertentu yang membuat Anda merasa lebih memahami siapa diri Anda dan apa yang ingin Anda capai dalam karir?</p>	<p>Jadi kalau aku pribadi tentunya aku punya beberapa pengalaman yang membuat aku merasa lebih memahami siapa sih sebenarnya diriku ini dan apa yang ingin aku capai sebenarnya yang pertama itu kayak contoh ya aku kasih pertama itu sebenarnya ini dimulai dari kan kalau zaman kita masih SD kecil-kecil ya SD SMP SMA itu kita kalau ditanya orang tua itu kita selalu ditanya nanti cita-citanya jadi apa gitu kan Nah kalau dari kecil sampai aku SMA kelas 12 semester 1 aku selalu job jadi dokter, aku jadi dokter epoch kenal aku jadi bidan Okta masih enggak dan ya kan. Tapi ketika aku SMA kelas 12 semester 2, SMA aku 11 semester 2, aku ditanya nanti cita-citamu jadi apa? Aku bingung cita-citaku jadi apa? Jadi disitu ada seorang yang aku bingung karena aku enggak yakin di pilihanku yang pertama ini, jadi itu aku lama sekali sampai aku nangis-nangis aku enggak tahu mau kemana, pengalaman apa yang memang aku enggak perhatikan ke orang, terus tiba-tiba ada satu guruku di guru sosiologi jadi beliau memang kayak bisa tahu keinginan kita dan keunggulan kita apa gitu kan, jadi beliau ngajaklah aku untuk di sharing-sharing gitu, jadi sampai akhirnya aku menemukan diriku memang sangat suka di broadcast yang aku bilang tadi di atas, aku sangat suka soal dunia perfilman tapi namanya orang kampung enggak tahulah gimana sih soal-soal perfilman karena kan sama sekali masih awam kita enggak tahu apa-apa gitu Nah makanya ketika aku kuliah aku ambil yang ambil apa namanya sekolah perkelevisian tapi memang enggak masuk tapi aku tetap menarik yang memang sepadan sama itu jadi aku ngambil ilmu komunikasi nah pas udah apa ini pas udah kuliah aku beberapa kali ikut lah kalau memang ini ya kalau memang di karir kita aku udah beberapa kali ikut film film film yang memang ya, nanti kita mulai dari yang kesal kecil ya kita buat film pendek, kita buat serial yang memang cuman ada beberapa yang enggak di post ada yang di post di YouTube, ya udah gitu-gitu sih dan itu yang buat aku percaya bahwa memang nanti karirku itu bakalan betul-betul ada tipe terdivision gitu cuman cuman ya makin di sini memang aku percaya aku udah percaya sekali kalau memang aku udah suka lah ini sama suka lah di broadcast ini tapi kayak yang aku bilang di atas tadi kita lihat lagi lapangan pekerjaan misi broadcast ini memadai enggak itu</p>
<p>onteks Komunikasi Intrapersonal dalam Mengatasi Krisis Identitas pada Arah Karir</p>		

10.	<p>Bagaimana cara Anda mengelola stres atau kecemasan saat menghadapi ketidakpastian karir?</p>	<p>Dari yang kita lihat ya banyak sekali mahasiswa mahasiswa itu atau orang-orang yang sudah lulus wisuda bingung mau kemana nah alasan bingung itu kenapa sebenarnya ada beberapa orang yang memang mereka nggak bingung tapi yang memang mereka nggak bingung tapi yang membuat kebingungan itu sebenarnya adalah peluang kerja yang sangat</p>
-----	---	---

		<p>sangat minim sedangkan pertumbuhan pendiri di Indonesia itu meningkat nah jadi banyak orang yang mengalami stres atau gambaran kesuksesan dengan hal ini nah kalau aku gimana ya cara mengelola stres untuk mengelola stres apa yang memang itu itu mengatasi kasih atau aku bilang ke restasi ke resto aku lebih ke jurnal nulis ya tapi aku tulis tangan supaya aku nggak stress aku jadi kayak itu bisa mengurangi rasa stres kok terus aku juga lebih banyak sharing ke orang atau ke teman-temen ku jadi itu buat aku merasa kecemasan itu lebih berkurang cuman itu cuman kalau aku cuma situ sekarang udah kayak nggak kelihatan nah tapi kalau dulu aku tuh kalau sama aku bisa buat sampai tangan gitu goyanggoyang gitu loh, kadang tangan bisa bergerak sendiri nah dulu aku kayak gitu cuman aku udah tahu prakteknya lebih ke relaksasi diri kalau orang-orang cuma sekarang bilang apa namanya afirmasi aku lihat kayaknya melakukan afirmasi itu pun aku belajar dulu untuk melakukan afirmasi karena aku gak semudah itu loh kalau kita ngelakuin afirmasi jadi kalau sekarang aku stress milih sekarang aku stress dengan memberi karir tentunya aku stress, cuma yang dia memang gak kayak stres sekali lah gitu itu yang aku merasa kecemasan itu lebih berkurang cuman itu cuman kalau aku cuma situ sekarang udah kayak nggak kelihatan nah tapi kalau dulu aku tuh kalau sama aku bisa buat sampai tangan gitu goyanggoyang gitu loh, kadang tangan bisa bergerak sendiri nah dulu aku kayak gitu cuman aku udah tahu prakteknya lebih ke relaksasi diri kalau orang-orang cuma sekarang bilang apa namanya afirmasi aku lihat kayaknya melakukan afirmasi itu pun aku belajar dulu untuk melakukan afirmasi karena aku gak semudah itu loh kalau kita ngelakuin afirmasi jadi kalau sekarang aku stress milih sekarang aku stress dengan memberi karir tentunya aku stress, cuma yang dia memang gak kayak stres sekali lah gitu itu yang</p>
--	--	---

11.	Seberapa sering Anda menuliskan pemikiran atau perasaan Anda mengenai karir dalam bentuk jurnal atau catatan pribadi?	Ini yang kayak aku bilang apa dari tadi ya jadi aku itu sangat mungkin karena sekarang lagi sibuk ya lagi sibuk sibuknya skripsian jadi aku mungkin lebih berkurang cuman aku tetap menulis aku tetap menuliskan mungkin seminggu aku bakalan menulis enggak seminggu sih, tiga kali seminggu gitu gitu aku pasti selalu menulis hal-hal dalam yang aku alami di dekat aku karena dengan cara itu bisa membantu aku memahami diri sendiri dan membuat keputusan yang lebih cepat tentunya untuk dihapus sendiri.
12.	Apakah Anda memiliki kebiasaan bertanya pada diri sendiri sebelum mengambil keputusan penting terkait karir? Jika iya, pertanyaan apa yang sering muncul?	Kalau aku memiliki kebiasaan yang bertanya sama diriku sendiri karena aku tipikal yang jarang ngomong ke orang dan cerita ke orang persoalan hidupku jadi aku lebih ke tanya ke diri sendiri gitu apa sih yang aku takutin gitu apa sih yang aku takutin nanti kalau aku lebih ke gak berhasil nggak berhasil apa yang aku takutin kalau aku nanti nggak jadi apaapa terus apa sih yang membuat aku sebenarnya itu bahagia mungkin sampai sekarang aku membentak titik kebahagiaan itu dimana terus aku juga sering habis ini nanti aku kemana sih papa sih yang ingin aku capai dalam hidup, jadi itu banyak memang pertanyaan pertanyaan yang sebenarnya yang gampang ya pertanyaannya sebenarnya pertanyaannya itu gampang cuman menjawabnya itu, menjawabnya itu malah aku susah karena kayak apa yang sebenarnya yang aku takutin pasti kayak apa ya, apa ya, pasti itu kan kita jawabnya kita bingung sebenarnya kita menakutkan hal apa sih di dunia ini
13.	Menurut Anda, apakah komunikasi intrapersonal dapat menjadi alat yang efektif dalam menghadapi tantangan karir di masa depan? Mengapa?	Menurut aku komunikasi intrapersonal dapat menjadi alat yang efektif ya dalam menghadapi tantangan masa depan karena dengan komunikasi ini kita bisa lebih memahami diri kita gitu kalau dari aku ya, aku kan bilang ya menurut aku komunikasi intrapersonal ini rata untuk orang-orang yang jarang sharing sharing gitu loh ke orang lain jadi menurut aku ini sangat membantu aku dan ini menjadi alat yang efektif tentunya dan juga ini dapat membuat keputusan yang lebih cepat dan membuat aku lebih percaya diri dan itu kalau pribadi kalau orang lain mungkin beda mungkin orang lain lebih ke interpersonal nah sangat sedikit memang orang yang bisa memahami dirinya sendiri melalui komunikasi interpersonal aku jamin sih

Konteks Identitas Diri dan Krisis Identitas (Berdasarkan Teori Identitas Erikson)

14.	Bagaimana Anda mendefinisikan identitas diri Anda saat ini terkait dengan arah karir yang ingin Anda capai?	Diriku ya itu sebagai seorang yang ingin terus belajar dan berkembang dan cari halhal baru dalam orang bilang karena kalau aku bisa bilang tujuan hidup lah ya kan lebih ke tujuan hidupku nantinya apa aku percaya bahwa aku memiliki potensi untuk mencapai tujuan yang tujuanku dengan cara aku lebih sedikit kerja keras mungkin karena kalau kita punya nya tapi kita tidak ada kerja keras sama aja bohong ya kalau kita terbayangin kita nanti kayak misal aku ngomong ke TVRI tapi kita berusaha sama aja nihil kan jadi menurut aku kita butuh ini sih banyakbanyak aku yang tadi lebih pahami lah diri kita
15.	Apakah Anda pernah mengalami kebingungan atau ketidakpastian mengenai arah karir yang ingin Anda tempuh? Jika iya, bagaimana perasaan Anda saat itu?	Sebenarnya aku lagi mengalami karena namanya semester terakhir aku tinggal sidang lagi jadi aku tentu sekarang ini aku lagi mengalami kebingungan atau ketidak pastian itu arah hidup yang ingin aku tempuh nantinya kemana selain dari tuntutan lingkungan tuntutan keluarga itu lebih besar jadi ini buat kita pastinya mengalami kebingungan ya aku bingung setelah peluang kerja yang ingin sedikit karena sekarang aku juga mencari pekerjaan yang memang sesuai dengan basic tapi kalau memang gak ada ya mau gimana ya kan? Jadi apa namanya kalau perasaan nya kalau perasaan ku tentunya kayak aku merasa apa ya yang bilang nya, merasa kayak dia kita kebingungan gitu loh padahal aku bingung aja aku gak tau lah aku mau kemana arah nya itu karena ini ya, karena sekarang posisi nya hari ini dan beberapa hari yang lalu hari ini dan beberapa hari kedepannya lagi tuh aku bakalan mengalami itu karena memang aku nggak tahu aku kemana terus ada tuntutan dari keluarga juga gimana udah dapat kita segala macam segala macam itu yang membuat aku merasa bingung sendiri sama diriku sendiri sebenarnya di jawab ya lebih ke perasaannya lebih ke bingung karena ada tuntutan dan peluang kerjanya juga sedikit jadi itu sangatsangat membuat diriku sendiri kebingungan dan aku cemas sih cemas kalau semisal aku nggak aku tahu karirku tapi aku cemas kalau tidak mendapatkan hal tersebut gitu semisal aku mau ambil kerjaan di tiap hari aku bilang tadi cuma aku gak dapet cuma aku gak bisa masuk ke situ, itu membuat bersikap cemas kan terus aku kalau cemas itu dulu ya, tapi kalau sekarang aku tuh masih jantungku cukup kencang, kencang, kencang kali jadi memang ada perasaanperasaan yang berbeda gitu ini mungkin temanteman aku yang lain juga bakalan merasakan hal yang sama kayak memang alamin ini karena kita juga merasa ngedit ke bingung, bingung kali

16.	Apa faktor utama yang menurut Anda mempengaruhi kebingungan Anda dalam menentukan arah karir?	Pertama itu pilihan karir itu ya terus ketidakpastian apa yang kita sampaikan nah itu memang sering di alamin orang cuman kalau sekarang ini karena kan dari yang udah aku jelasin di atas tadi bahwasanya kalau soal arah karir aku udah tau arah karir ku kemana yang aku bilang ke broadcast maksudnya memang pikiran nanti lah itu ya kan tapi aku udah memang aku suka di broadcast aku suka di penulisan aku menulisnulis itu nulisnulis novel cuman tapi kita lihat lowongan
		pekerjaannya kita ingin membahasnya di Indonesia lowongan pekerjaan di Indonesia itu kita tahu sekarang sangat minim dan udah lowongan pekerjaan di Indonesia minim juga Lowongan pekerjaan di Indonesia minim gajinya kecil oke gak papa gajinya kecil tapi lowongan pekerjaannya dong di perbanyak kalau kaya orang-orang kaya aku membuka lowongan pekerjaan ketika aku masih tamat kuliah pilih kayanya mustahil apalagi dengan kehidupan yang kaya aku kurang lah gitu kan jadi itu menjadi kebingungan begitu soalnya nanti aku nggak tahu mau kerja kemana, tempat ini dimana aku apakah aku semisal aku di TV 1 kah, di Trans TV kah atau ada lagi kak aku di media mana aku bingung tanya lagi itu sih
17.	Bagaimana Anda mengatasi ketidakpastian atau kebingungan terkait arah karir Anda?	Oh enggak terkait arah karir Anda aku mengatasi, sebenarnya ini pertanyaan berdua mas aku mengatasi ketidakpastian aku terkait arah karir itu dengan melakukan yang kayak yang tadi aku bilang aku lagi melakukan afirmasi aku menulis terus aku juga mencari informasi tentang berbagai pilihan karir aku juga ngobrol ke orang yang memiliki pengalaman dalam bidang yang minat tentunya ya yang memang sesuai dengan sama yang aku iniin terus aku juga mencoba memahami bahwa tidak pasti adalah bagian dari proses belajar yang gampang itu sih munnaku

<p>18. Seberapa besar peran lingkungan (keluarga, teman, dosen) dalam membentuk pemahaman Anda tentang karir?</p>	<p>Seberapa besar peran lingkungan keluarga teman Do sendiri untuk pemahaman rendah kalau mungkin orang lain menjawab ini cukup besar ya, tapi kalau aku kurang lah karena aku berjuang sendiri kalau orang ini mendukung iya mendukung mungkin dari keluarga memang sangat besar dukungan kalau untuk mereka memahami nanti setelah ini aku kemana itu mungkin mereka gak paham mungkin ada beberapa teman yang okelah paham tapi gak semuanya terus dosen kayaknya kurang lah, di kampusku dosen itu kayaknya cuma mengajar aja terlepas dari ngajar ya udah cuman ada satu dosen yang kayak mensupport aku sekali tentang kemana sih aku nantinya ada satu dosen memang yang sangatsangat enak untuk diajak setting season tapi terlepas dari itu, terlepas dari mereka gak paham soal nanti aku bakalan kemana kayak gini, kayak orang tuaku terutama kakak sepupu aku itu dia masih bingung jadi nanti jadi ini kan aku bahas skripsi nih kita bahas skripsi soal skripsi gitu soal perfilman jadi kakak aku ini bingung apa yang mau keampukah dari film itu tentang apa jadi memang orang itu nggk paham aku menjelaskan tuh sama mereka itu mereka yang nggk paham karena memang nggk bidangnya ya karena enggak bidangnya kecuali kalau memang aku berbicara sama temantemanku yang kadang sama aku yang memang sejurus mungkin lebih paham ya kalau teman cuman kan enggak semua juga paham karena kita punya konsentrasinya masingmasing gitu loh kalau orang tua juga sama ya mungkin mereka lebih ke ngedukung secara ee apa material omongan mungkin itu dukungan kalau dari orang tua jadi selebihnya untuk memahami tentang membentuk dan</p>
	<p>memahami karir kita itu ya diri kita sendiri kalau di aku itu lebih ke diriku sendiri aku yang memahami kalau dari orang lain mungkin menurutku kurang semuanya aku percaya bahwa keputusan akhir tentang arah karir ku harus berdasarkan pada keinginan dan kebutuhan ku sendiri sih itu dia pasti ini pertanyaan terakhir mereka itu mereka yang nggk paham karena memang nggk bidangnya ya karena enggak bidangnya kecuali kalau memang aku berbicara sama temantemanku yang kadang sama aku yang memang sejurus mungkin lebih paham ya kalau teman cuman kan enggak semua juga paham karena kita punya konsentrasinya masingmasing gitu loh kalau orang tua juga sama ya mungkin mereka lebih ke ngedukung secara ee apa material omongan mungkin itu dukungan kalau dari orang tua jadi selebihnya untuk memahami tentang membentuk dan memahami karir kita itu ya diri kita sendiri kalau di aku itu lebih ke diriku sendiri aku yang memahami kalau dari orang lain mungkin menurutku kurang semuanya aku percaya bahwa keputusan akhir tentang arah karir ku harus berdasarkan pada keinginan dan kebutuhan ku sendiri sih itu dia pasti ini pertanyaan terakhir</p>

INFORMAN 4 RAIHAN HIDAYAT MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI		
UNIVERSITAS MEDAN AREA ANGKATAN 2021		
Konteks Komunikasi Intrapersonal dalam Menghadapi Krisis Identitas		
No	Pertanyaan	Jawaban

1.	<p>Bagaimana Anda berbicara dengan diri sendiri ketika mengalami kebingungan dalam memilih arah karir?</p>	<p>Kalau pada saat masih mahasiswa ya sebenarnya sih saya terlihat bingung juga lah karena kan intinya gini kita tuh saya tadi komunikasi juga komunikasi yang mana itu berbeda dari jurusan yang lain contohnya seperti teknik komputer teknik elektro mereka itu udah dikasih basic maksudnya tuh mereka udah ada punya basic untuk bekerja teknik elektro misalnya mereka mesin mesin komponen elektronik. Nah kalau kita di komunikasi ya kita cuma basic nya itu komunikasi cuma Ngomong doang sementara rasa saya itu kalau kita perlu di dunia kerja kebingungan dalam memilih arah karir yang lebih sulit kalau untuk komunikasi ya. Ya karna kita nggak punya basic sendiri gitu. Maka dari itu saya pernah mengalami kebingungan dalam memilih arah karirnya mau gimana gitu.</p>
----	--	---

2.	<p>Apakah Anda sering melakukan refleksi diri terkait dengan arah karir yang ingin Anda capai? Jika iya, bagaimana cara Anda melakukannya?</p>	<p>Ya kalau dibilang seringnya ya kadangkadang sih cara saya melakukannya biasanya tuh di malam hari gitu kadang biasanya dipicu oleh sosial media yang mana saya melihat lah di sosial media itu orang-orang kok bisa di umur 20 dan 22 itu sudah sukses punya rumah ada punya mobil sendiri nah itu menjadi refleksi diri saya kayak kedepannya saya gimana kayak menentukan arah karirnya gitu cara saya melakukannya itu tadi di jam 10 atau 11 malam merenung bisa nggak ya kalau aku tamat mau jadi apa seperti itu lah kira kira.</p>
----	--	--

3.	Seberapa penting menurut Anda komunikasi intrapersonal dalam membantu Anda memahami pilihan karir yang sesuai?	Nah biasanya saya tuh lebih banyak berdiskusi dengan diri sendiri kayak misalnya gini saya mau jadi apa ya depannya terus saya mau kemana gitu kalau untuk pendapat orang lain itu saya nggak terima semuanya. Cuma saya mau nanya pendapat saya sendiri saya kasih ke orang lain gitu kira-kira kalau misalnya aku menjadi ini cocok nggak? Karena aku sukanya di sini. Nah itulah dia. Makanya aku lebih sering meminta pendapat aku sendiri daripada orang lain.
4.	Dalam menghadapi ketidakpastian karir, apakah Anda lebih banyak berdiskusi dengan diri sendiri sebelum meminta pendapat orang lain?	Ya tentu saja percaya lah ya karena yang tau kita itu ya gitu sendiri gitu misalnya adalah konteks akademik atau pertemanan lah kita bilangnyanya misalnya kita mengambil keputusan tentang memilih orang yang untuk diajak kerja kelompok misalnya jadi kita pikirkan dulu bagaimana konsepnya, bagaimana nanti dia. Jadi memang harus berpikir secara sendiri dulu baru ambil keputusan gitu.
5.	Apakah Anda merasa lebih percaya diri dalam mengambil keputusan setelah melakukan refleksi diri?	Saya sendiri ya saya tuh lebih suka dengan pemerintah karena saya dari dulu kuliah dari SMK juga dekat dengan pemerintah saya pernah PKL di kantor Bupati bahkan di Satpol PP dan sekarang saat ini kemarin kuliah saya di DPRD nah saya memang tertarik di dunia pemerintahan maka dari itu saya berpikir menurut saya dengan saya di komunikasi terutama dulu saya di komunikasi dan saya juga mahasiswa sepertinya saya bisa untuk pekerjaan di pemerintahan tersebut karena saya sudah mengenal lebih dan melihat maksud bagaimana cara mereka bekerja
Konteks Komunikasi Intrapersonal dan Pembentukan Konsep Diri Positif		

6.	Bagaimana Anda menggambarkan konsep diri Anda dalam konteks karir saat ini?	Ya sangat besar sekali lah komunikasi intrapersonal ya Itu tadi ibaratnya komunikasi intrapersonal ini komunikasi dengan diri kita sendiri gimana kita kedepannya kalau misalnya kita tidak berhasil ada apa yang akan dilakukan. Maka dari itu komunikasi intrapersonal memang sangat penting sekali terutama untuk mahasiswa yang masih bingung kedepannya bagaimana
7.	Seberapa besar pengaruh komunikasi intrapersonal dalam membantu Anda menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri dalam konteks karir?	Nah kalau ini saya masih ragu ya karena saya masih bilang juga sepertinya kalau ada pilihan karir ini sepertinya saya mau jadi apa, saya mau jadi ini, saya mau begitu terkadang saya masih berpikir juga ya malam malam gitu kalau tadi saya tambah kira-kira menjadi apa Jadi saya masih 50 50 lah bentukannya. Jadi saya sekarang ini ya fokus nya untuk mencari sekiranya saya butuh apa di dunia kerja
8.	Apakah Anda merasa lebih yakin dengan pilihan karir setelah melakukan evaluasi dan refleksi terhadap diri sendiri?	Kalau pengalaman tertentu ya lebih memahami di siapa diri saja itu sebenarnya ada sih pengalamannya karena kalau kita sendiri yang tahu diri kita kan lewat kita sendiri jadi kalau pengalamannya yang ditanyakan tadi saya rasa tergantung kita nya juga seberapa sering kita melakukan komunikasi pada diri kita sendiri bagaimana kita nanti kedepannya, terkait jadi ya memang pentingnya juga untuk kita berbicara dengan diri kita sendiri dan juga pentingnya juga berbicara kepada orang lain tentang caracara kita untuk kedepannya itu bagaimana atau minta solusi dan saran kepada orang lain juga tapi penting
9.	Apakah ada pengalaman tertentu yang membuat Anda merasa lebih memahami siapa diri Anda dan apa yang ingin Anda capai dalam karir?	Ya sangat terbantu sekali. Karena itu tadi seperti saya bilang ya, saya suka di pemerintahan yang mana di kampus ini kan ibaratnya itu seni pemerintahan ya ada yang mengelola administrasi dan apapun itu terutama kita di dalam kelas sendiri ya mau misalnya belajar itu dari seni pemerintahan ibaratnya kita di tunjuk jadikan ketuaanggota wakil dan itu bekerja sama dari kampus itu awalnya memang, disana membantu sekali dan dalam penentuan karir tadi ya dan juga ada namanya program magang dari Kampus itu sendiri. Ya itu tadi program magang itu saya ikuti dan memang saya tertarik terhadap peluang kerja ya nanti, sejak karir saya nanti, yaitu ke pemerintahan.

Konteks Komunikasi Intrapersonal dalam Mengatasi Krisis Identitas pada Arah Karir

10.	Bagaimana cara Anda mengelola stres atau kecemasan saat menghadapi ketidakpastian karir?	Itu kan yang saya katakana, saya tuh lebih scroll media sosial ya, Bagaimana orang-orang seumuran saya sudah pada sukses dalam umur segini, bahkan saya sudah lebih tua dari mereka bagaimana saya mengolah agar saya tidak stress saya mempunyai prinsip begini dia aja bisa kenapa saya enggak nah itu tadi yang membuat saya terpacu untuk bisa menentukan pilihan karir
11.	Seberapa sering Anda menuliskan pemikiran atau perasaan Anda mengenai karir dalam bentuk jurnal atau catatan pribadi?	Kalau saya menuliskan ke jurnal pribadi sih saya sebenarnya tidak pernah ya saya cuma menuliskannya hanya di pemikiran saja Kalau untuk jurnal, saya tetap pribadi tidak pernah cuma seberapa sering, saya tidak terlalu sering. Saya tidak pernah juga dalam alat lain untuk mengungkapkan itu saya memang enggak terbiasa.
12.	Apakah Anda memiliki kebiasaan bertanya pada diri sendiri sebelum mengambil keputusan penting terkait karir? Jika iya, pertanyaan apa yang sering muncul?	Tentu pernah ya, bahkan sering juga sendiri yang paling muncul itu dalam pertanyaan di saya mau jadi apa saya setelah saya tamat dari kuliah itu pertanyaan yang selalu muncul seperti di malam hari ini terjadi overthinking saya lah dari sisi identitas saya
13.	Menurut Anda, apakah komunikasi intrapersonal dapat menjadi alat yang efektif dalam menghadapi tantangan karir di masa depan? Mengapa?	Nah kalau menurut saya ada efektifnya dan enggak ada yang kita ,nah kalau efektifnya itu tadi ya kita bisa percaya diri terhadap pemikiran pemilihan ataupun jenjang karir karena yang paling tau kita ya kita sendiri Nah yang kemudian 50 50 saya bilang tadi ya enggak efektifnya itu begini karena kita butuh dukungan dari orang lain juga dari orang lain Agar kita dibantu untuk difokuskan lagi ini jenjang karir ke mana
Konteks Identitas Diri dan Krisis Identitas (Berdasarkan Teori Identitas Erikson)		
14.	Bagaimana Anda mendefinisikan identitas diri Anda saat ini terkait dengan arah karir yang ingin Anda capai?	Kalau saya mendefinisikan diri saya saat ini ya saya adalah seorang mahasiswa yang belum pasti kepada tujuannya dimana kerjanya apa karir saya tua dimana nah terkait dengan arah karir yang saya capai ya saya masih krisis identitas masih di Ambang saya mau gimana saya mau apa dan saya tujuan belum pasti seperti itu yang bisa saya definisikan di identitas diri saya
15.	Apakah Anda pernah mengalami kebingungan atau ketidakpastian mengenai arah karir yang ingin	Kalau kebingungan sudah pasti ya seperti yang saya sampaikan tadi kalau saya ketidakpastian Dalam pemikiran saya itu ya memang pernah sering juga dalam konteks ini juga

	Anda tempuh? Jika iya, bagaimana perasaan Anda saat itu?	penting kan memang kita tuh belum pasti ya dan rezeki juga bagaimana Tuhan juga akhirnya kita juga nanti harus berusaha untuk mengejar karir tersebut Bagaimana berusaha saya, mengerjar karir tersebut bagaimana berusaha sebenarnya saya takut. Apakah saya bisa mempunyai peluang untuk karir yang bagus Nah itu tadi perasaan saya.
	mengalami kebingungan atau ketidakpastian mengenai arah karir yang ingin Anda tempuh? Jika iya, bagaimana perasaan Anda saat itu?	yang saya sampaikan tadi kalau saya ketidakpastian Dalam pemikiran saya itu ya memang pernah sering juga dalam konteks ini juga penting kan memang kita tuh belum pasti ya dan rezeki juga bagaimana Tuhan juga akhirnya kita juga nanti harus berusaha untuk mengejar karir tersebut Bagaimana berusaha saya, mengerjar karir tersebut bagaimana berusaha sebenarnya saya takut. Apakah saya bisa mempunyai peluang untuk karir yang bagus Nah itu tadi perasaan saya.
16.	Apa faktor utama yang menurut Anda mempengaruhi kebingungan Anda dalam menentukan arah karir?	Dengan cara mencari pengetahuan lain berupa soft skill yang menjadi factor yang bisa membantu saya untuk menentukan arah karir, karena dengan memperbanyak pengetahuan dan soft skill kita bisa lebih tau dan paham tentang diri dan kemampuan kita
17.	Bagaimana Anda mengatasi ketidakpastian atau kebingungan terkait arah karir Anda?	Bagaimana cara saya mengatasinya ya. Cari motivasi motivasi terutama pada saat saya scroll tiktok gitu ya di malam malam hari, melihat. Orang sumuran saya sudah sukses yang saya buat menjadi motivasi untuk menjadi sukses juga walau proses saya yang masih lama mungkin
18.	Seberapa besar peran lingkungan (keluarga, teman, dosen) dalam membentuk pemahaman Anda tentang karir?	Peran teman dan keluarga terutama perannya Iya cukup besar sekali dan perannya Iya cukup besar sekali dan memang itu sangat penting juga untuk mendukung saya dalam pemahaman pada arah karir

INFORMAN 5 RIZKA FADILAH LUBIS MAHASISWA ILMU		
KOMUNIKASI UNIVERSITAS MEDAN AREA ANGKATAN 2021		
Konteks Komunikasi Intrapersonal dalam Menghadapi Krisis Identitas		
No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Bagaimana Anda berbicara dengan diri sendiri ketika mengalami kebingungan dalam memilih arah karir?	Ketika merasa bingung dalam memilih arah karir, saya akan mencoba berbicara dengan diri sendiri seperti bertanya pada diri sendiri. Apakah ada hal yang saya sukai sejak dulu? Apakah ada nilai atau tujuan dalam pekerjaan yang penting bagi saya? Kemudian Saya akan berusaha menenangkan diri dengan memberikan ruang untuk berpikir jernih dan tidak terlalu menekan diri untuk segera menemukan jawaban yang sempurna.
2.	Apakah Anda sering melakukan refleksi diri terkait dengan arah karir yang ingin Anda capai? Jika iya, bagaimana cara Anda melakukannya?	Refleksi diri terkait dengan arah karir yang ingin saya capai biasanya saya melakukan pertanyaan terhadap diri saya sendiri Misalnya, "Apa yang saya nikmati dalam pekerjaan saya sekarang?", "Apa yang saya inginkan dalam 5 atau 10 tahun?", atau "Apa nilai yang ingin saya bawa dalam pekerjaan saya?".
3.	Seberapa penting menurut Anda komunikasi intrapersonal dalam membantu Anda memahami pilihan karir yang sesuai?	Menurut saya Komunikasi intrapersonal sangat penting dalam memahami pilihan karir yang sesuai karena memungkinkan seseorang untuk mengenali diri sendiri secara lebih dalam. Dengan refleksi diri, saya dapat mengidentifikasi minat, nilai, kekuatan, dan kelemahan yang mempengaruhi keputusan karir.

4.	Dalam menghadapi ketidakpastian karir, apakah Anda lebih banyak berdiskusi dengan diri sendiri sebelum memint pendapat orang lain?	Ya, dalam menghadapi ketidakpastian karir, banyak orang cenderung berdiskusi dengan diri sendiri terlebih dahulu sebelum meminta pendapat orang lain. ini saya jadikan refleksi pribadi membantu memahami apa yang sebenarnya saya diinginkan, mengevaluasi pilihan yang ada, serta mengidentifikasi ketakutan atau hambatan yang mungkin muncul.
5.	Apakah Anda merasa lebih percaya diri dalam mengambil keputusan setelah melakukan refleksi diri?	Ya, refleksi diri biasanya meningkatkan kepercayaan diri saya dalam mengambil keputusan. Dengan memahami nilai, minat, dan tujuan pribadi, saya dapat merasa lebih yakin bahwa keputusan yang diambil sesuai dengan apa yang benar-benar diinginkan. Refleksi diri juga membantu mengurangi keraguan karena saya telah mempertimbangkan berbagai kemungkinan dan konsekuensi sebelum bertindak. Meskipun ketidakpastian tetap ada, memiliki pemahaman yang lebih baik tentang diri sendiri membuat saya lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi tantangan karir.
<b>Konteks Komunikasi Intrapersonal dan Pembentukan Konsep Diri Positif</b>		
6.	Bagaimana Anda menggambarkan konsep diri Anda dalam konteks karir saat ini?	Jika saya menggambarkannya, konsep diri dalam karir bisa berupa keyakinan terhadap kemampuan yang saya miliki, peran yang ingin saya jalani, serta bagaimana saya menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja.
7.	Seberapa besar pengaruh komunikasi intrapersonal dalam membantu Anda menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri dalam konteks karir?	Komunikasi intrapersonal memiliki pengaruh besar dalam membantu seseorang menerima kelebihan dan kekurangan diri dalam konteks karir. Menerima kelebihan diri dengan komunikasi intrapersonal memungkinkan saya untuk lebih percaya diri dalam mengejar peluang karir yang sesuai. Sementara itu, menyadari kekurangan diri membantu saya dalam menetapkan strategi untuk berkembang, seperti mengikuti pelatihan atau mencari mentor. Tanpa komunikasi intrapersonal yang baik, saya mungkin sulit menerima kekurangannya dan justru merasa terjebak dalam ketidakpastian atau perasaan tidak cukup baik. Sebaliknya, dengan refleksi yang sehat, saya bisa lebih realistis dalam mengembangkan karir .
8.	Apakah Anda merasa lebih yakin dengan pilihan karir setelah melakukan evaluasi dan refleksi terhadap diri sendiri?	Iya, lumayan sih. Setelah mikir-mikir dan mengenal diri sendiri lebih dalam, jadi lebih ngerti apa yang cocok dan nggak cocok. Jadi lebih mantap sama pilihan karir sekarang, walaupun kadang masih ada ragu dikit. Jujur, aku belum sepenuhnya yakin, tapi dibanding dulu, sekarang udah lebih ngerti arah yang pengen dituju. Kuliah aambol Kerja sebagai penari bikin aku sadar kalau aku bisa berkembang di dunia kreatif, tapi aku juga tahu ini belum

		tujuan akhirku. Aku pengen cari jalan yang lebih luas setelah lulus nanti.
--	--	--

9.	Apakah ada pengalaman tertentu yang membuat Anda merasa lebih memahami siapa diri Anda dan apa yang ingin Anda capai dalam karir?	Iya, dari pengalaman perform di berbagai event, aku jadi ngerti kalau aku suka dunia yang dinamis, kreatif, dan ketemu banyak orang. Tapi juga sadar bahwa aku butuh jenjang karier yang lebih stabil atau bisa berkembang dalam jangka panjang.
----	---	--

Konteks Komunikasi Intrapersonal dalam Mengatasi Krisis Identitas pada Arah Karir

10.	Bagaimana cara Anda mengelola stres atau kecemasan saat menghadapi ketidakpastian karir?	Biasanya aku tenangin diri dulu, nari bisa jadi pelarian juga. Tapi kalau lagi overthinking, aku lebih milih ngobrol sama orang yang bisa kasih perspektif baru, atau coba pergi jalan jalan buat ngilangin stress
-----	--	--


11.	Seberapa sering Anda menuliskan pemikiran atau perasaan Anda mengenai karir dalam bentuk jurnal atau catatan pribadi?	Gak terlalu sering Kadang-kadang, apalagi pas lagi ngerasa buntu atau bingung soal masa depan. Nulis tuh bantu banget buat liat isi kepala sendiri lebih jelas. cuma saya lebih sering cerita ke orang orang daripada menulis .
-----	---	---

12.	Apakah Anda memiliki kebiasaan bertanya pada diri sendiri sebelum mengambil keputusan penting terkait karir? Jika iya, pertanyaan apa yang sering muncul?	Iya, sering banget. Biasanya aku nanya: “Apakah ini bisa bantu aku buat naik level?”, “Apa aku bakal tetap punya waktu kuliah?”, atau “Apakah ini bisa jadi jembatan ke peluang yang lebih besar?” karna aku juga dituntut harus jadi anak yang kuat di penghujung kuliah ini aku harus hidup sendirian tanpa kedua orang tua kadang aku sering bertanya apa aku bisa ngelanjutin hidup yang terus berjalan ini?
-----	---	--

13.	Menurut Anda, apakah komunikasi intrapersonal dapat menjadi alat yang efektif dalam menghadapi tantangan karir di masa depan? Mengapa?	Menurut aku, iya. Karena dengan komunikasi sama diri sendiri, kita bisa lebih jujur soal apa yang kita butuhin dan mau. Aku sering mikir sendiri dulu sebelum minta saran ke orang lain.
-----	--	--

Konteks Identitas Diri dan Krisis Identitas (Berdasarkan Teori Identitas Erikson)

14.	Bagaimana Anda mendefinisikan identitas diri Anda saat ini terkait dengan arah karir yang ingin Anda capai?	Sekarang aku ngelihat diri aku sebagai orang yang kreatif, terbuka sama peluang baru, dan nggak takut nyoba hal baru. Dunia tari bantu aku nemuin itu, tapi aku tahu aku pengen sesuatu yang lebih besar setelah kuliah nanti.
15.	Apakah Anda pernah mengalami kebingungan atau ketidakpastian mengenai arah karir yang ingin Anda tempuh? Jika iya, bagaimana perasaan Anda saat itu?	Sekarang aku ngelihat diri aku sebagai orang yang kreatif, terbuka sama peluang baru, dan nggak takut nyoba hal baru. Dunia tari bantu aku nemuin itu, tapi aku tahu aku pengen sesuatu yang lebih besar setelah kuliah nanti.
16.	Apa faktor utama yang menurut Anda mempengaruhi kebingungan Anda dalam menentukan arah karir?	Karena aku nggak mau stuck di zona nyaman. Jadi meskipun kerja nari itu seru, aku tetap mikir, “Habis ini apa?” Ditambah juga kadang belum nemu role model atau contoh karier yang pas buat aku ikutin.
17.	Bagaimana Anda mengatasi ketidakpastian atau kebingungan terkait arah karir Anda?	Aku coba eksplorasi—ikut kegiatan lain, buka peluang baru, belajar hal di luar dunia tari. Dan juga, aku lagi banyakin ngobrol sama orang-orang yang udah lebih dulu jalanin karier biar kebukaawasannya.
18.	Seberapa besar peran lingkungan (keluarga, teman, dosen) dalam membentuk pemahaman Anda tentang karir?	Cukup besar. Mereka kadang jadi cermin juga. Ada yang dukung banget, ada juga yang kasih pandangan realistis. Dari mereka, aku dapet insight yang bantu aku mikir lebih jauh tentang masa depan.

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**  
**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK**  
Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Seliabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

---

Nomor : 195 /FIS.3/01.10/I/2025 Medan, 23 Januari 2025  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Izin Pengambilan Data/Riset

Kepada Yth.  
**Wakil Rektor Bid. Pengembangan SDM dan Administrasi Keuangan Universitas Medan Area**  
Jalan Kolam No.1, Medan Estate, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.

Dengan hormat,  
Kami dari Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Medan Area, dengan ini mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk dapat kiranya menerima mahasiswa kami berikut ini :


Nama : Darwin Sihombing  
NIM : 218530053  
Program Studi : Ilmu Komunikasi

Saat ini sedang membutuhkan beberapa data pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Medan Area untuk menyelesaikan penelitian/riset yang berjudul :




**“KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DALAM MENGHADAPI KRISIS IDENTITAS PADA MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UNIVERSITA MEDAN AREA”**


Perlu kami jelaskan bahwa penelitian dan pengambilan data yang diperlukan ini semata-mata hanya untuk kepentingan penelitian dalam penyusunan skripsi. Schubungan dengan ini, kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan data yang diminta pada bidang yang bersangkutan.

Demikian surat ini kami ajukan. Atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

a.n Dekan  
Wakil Bidang Penjaminan Mutu Akademik  
  
**Dr. Selamat Riadi, S.E., M.I.Kom.**

Tembusan:  
1. Ka. Prodi Ilmu Komunikasi  
2. Mahasiswa ybs  
3. Arsip

 **UNIVERSITAS MEDAN AREA**  
Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 42402994, Medan 20122  
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ\_medanarea@uma.ac.id

---

Nomor : 149/UMA/B/01.7/I/2025 23 Januari 2025  
Lamp. : -  
Hal : Izin Penelitian dan Pengambilan Data Tugas Akhir

Kepada Yth.  
**Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Politik**  
Universitas Medan Area  
di - Medan


Dengan hormat, sesuai dengan surat dari Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Medan Area nomor : 195/FIS.3/01.10/I/2025 tertanggal 23 Januari 2025, perihal izin penelitian dan pengambilan data tugas akhir di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Medan Area oleh mahasiswa sebagai berikut :

Nama : Darwin Sihombing  
NPM : 218530053  
Program Studi : Ilmu Komunikasi

Dengan Judul Penelitian "**KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DALAM MENGHADAPI KRISIS IDENTITAS PADA MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UNIVERSITAS MEDAN AREA**".

Pada Prinsipnya disetujui yang bersangkutan untuk melaksanakan izin penelitian dan pengambilan data tugas akhir di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Medan Area guna penyusunan Skripsi untuk kepentingan Ilmiah dan Akademik.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wakil Rektor Bidang Mutu SDM dan  
Perekonomian,  
  
**Dr. Dedi Sahputra, S.Sos, MA**

**Tembusan :**  
1. Mahasiswa Ybs  
2. File

