

SKRIPSI

**KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DALAM MEMBANGUN RESILIENSI
QUARTER LIFE CRISIS (STUDI FENOMENOLOGI MAHASISWA ANAK
TUNGGAL UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT)**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S1) Pada
Program Studi Ilmu Komunikasi



Disusun Oleh:

NASYWA SHAFANA PRAMESTI

2210414120016

KEMENTRIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI

BANJARMASIN

2026



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI,
SAJNS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
Jalan Brigjend H. Hasan Basri, Kotak Pos 219 Banjarmasin 70123
Telp./Fax. (0511) 3304177, 3305195 Laman : www.ulm.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

SKRIPSI

KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DALAM MEMBANGUN RESILIENSI *QUARTER*
LIFE CRISIS (STUDI FENOMENOLOGI MAHASISWA ANAK TUNGGAL
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT)

- A. Nama Mahasiswa : Nasywa Shafana Pramesti
NIM : 2210414120016
- B. Telah dinyatakan LULUS dengan nilai 80,1 (A) dalam ujian mempertahankan tugas akhir tingkat Sarjana (S1) Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas lambung mangkurat, pada 10 Juli 2026
- C. Tim Penguji
- a. Ketua
Putri Ayu Hidayatur Rafiqoh, S.Pd.,M.A
NIP. 199202182019032020
- b. Sekretaris
Noviana Sari, S.IP,M.A
NIP. 198511072015042001
- c. Anggota
Bambang Dwi Waluyo, S.I.P.,M.Si
NIP. 199506252022031008

()
()
()

Banjarmasin, 10 Juli 2026
Ketua Tim Penguji


Putri Ayu Hidayatur Rafiqoh, S.Pd.,M.A
NIP. 199202182019032020

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Lambung Mangkurat



Dr. Irwansyah, S.Sos., M.Si
NIP. 197104201999031001

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nasywa Shafana Pramesti

NIM : 2210414120016

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Komunikasi Intrapersonal Dalam Membangun Resiliensi Quarter Life Crisis (Studi Fenomenologi Mahasiswa Anak Tunggal Universitas Lambung Mangkurat)**” merupakan hasil karya ilmiah saya sendiri dan bukan merupakan hasil plagiasi, baik sebagian maupun seluruhnya.

Skripsi ini tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi manapun. Seluruh sumber yang digunakan dalam penulisan Skripsi ini, baik berupa teori, data, maupun pendapat orang lain, telah dikutip dan dicantumkan secara lengkap dalam Daftar Pustaka sesuai dengan kaidah ilmiah dan etika penelitian.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini bukan hasil karya saya sendiri atau terdapat unsur plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku.

Banjarmasin, 19 Juli 2026

Yang menyatakan,



Nasywa Shafana Pramesti

NIM. 2210414120016



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI,
SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

Jalan Brigjen H. Hasan Basry Banjarmasin 70123
Telepon : (0511) 3304595 Laman : <http://fisip.ulm.ac.id/>

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini Jum'at Sepuluh Juli Dua Ribu Dua Puluh Enam, Tim Penguji yang ditunjuk oleh Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin dengan surat Nomor: 2315/UN8.1.13/KP.10.00/2025 tanggal 3 Juli 2026 untuk menguji skripsi :

Nama	: Nasywa Shafana Pramesti
NIM	: 2210414120016
Jurusan/Program Studi	: Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi	: Komunikasi Interpersonal dalam Membangun Resiliensi Quarter Life Crisis (Studi Fenomenologi Mahasiswa Anak Tunggul Universitas Lambung Mangkurat)
Tempat Ujian	: Ruang Sidang Skripsi
Waktu Ujian	: 09.00 s/d selesai
Nilai	: 80,
Dinyatakan	: Lulus / Tidak Lulus

Demikian berita acara ini dibuat dan ditandatangani sesuai dengan peraturan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

Dibuat di : BANJARMASIN
Pada Tanggal : 10 Juli 2026

Tim Penguji,

Mahasiswa yang diuji,

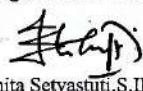
Nasywa Shafana Pramesti

1. Ketua : Putri Ayu Hidayatun Rafiqoh, S.Pd., MA
()
2. Sekretaris : Noviana Sari, S.IP., M.A.
()
3. Anggota : Bambang Dwi Waluyo, S.IP., M.Si
()

Mengetahui/membenarkan :

a.n. Dekan

Koordinator Program Studi Ilmu Komunikasi,


Dr. Yuanita Setyastuti, S.IP., M.Si
NIP. 198208212006042002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI,
SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
Jalan Brigjen H. Hasan Basry Banjarmasin 70123
Telepon : (0511) 3304595 Laman : <http://fisip.ulm.ac.id/>

DAFTAR NILAI RATA-RATA
UJIAN MEMPERTAHANKAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini Tim Penguji Skripsi Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

Setelah melakukan pengujian kepada :

Nama : Nasywa Shafana Pramesti
NIM : 2210414120016
Jurusan/Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : Komunikasi Interpersonal dalam Membangun Resiliensi
Quarter Life Crisis (Studi Fenomenologi Mahasiswa Anak
Tunggal Universitas Lambung Mangkurat)

No.	Nama Penguji	Nilai	Tanda Tangan
1.	Putri Ayu Hidayatur Rafiqoh, S.Pd., MA	80	
2.	Noviana Sari, S.IP., M.A	80	
3.	Bambang Dwi Waluyo, S.IP., M.Si	80	
Jumlah		240	
Nilai Rata-rata		80	Nilai Akhir = 80,1

Demikian penilaian ini dibuat untuk dapat diketahui.

Dibuat di : BANJARMASIN

Pada Tanggal : 10 Juli 2026

Catatan :

Angka	Nilai	Bobot
80 – 100	A	4,00
77 – 79	A-	3,75
75 – 76	B+	3,50
70 – 74	B	3,00
66 – 69	B-	2,75
61 – 65	C+	2,50
55 – 60	C	2,00
50 – 54	D+	1,50
40 – 49	D	1,00
0 – 39	E	0



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
Jalan Brigjen H. Hasan Basry Banjarmasin 70123
Laman : <http://fisip.ulm.ac.id/>

SURAT TUGAS

Nomor : 2315/UN8.1.13/KP.10.00/2026

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin menugaskan Saudara / i :

1. Putri Ayu Hidayatur Rafiqoh, S.Pd, MA
2. Noviana Sari, S.IP, MA
3. Bambang Dwi Waluyo, M.Si

Untuk menguji **Skripsi** mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin:

Nama : Nasywa Shafana Pramesti
NIM : 2210414120016
Jurusan/Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : Komunikasi Interpersonal dalam Membangun Resiliensi Quarter Life Crisis (Studi Fenomenologi Mahasiswa Anak Tunggal Universitas Lambung Mangkurat)

Dilaksanakan pada:

Hari dan Tanggal : Jumat, 10 Juli 2026
J a m : 09.00 wita s/d selesai
T e m p a t : Ruang Sidang Skripsi

Demikian surat tugas ini diberikan, untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 3 Juli 2026
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik ULM



Dr. Irwansyah, S.Sos, M.Si
NIP 197104201999031001

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).



ABSTRAK

Nasywa Shafana Pramesti. 2210414120016. Komunikasi Intrapersonal dalam Membangun Resiliensi *Quarter life crisis* (Studi Fenomenologi Mahasiswa Anak Tunggal Universitas Lambung Mangkurat). Dibimbing oleh Putri Ayu Hidayatur Rafiqoh.

Quarter life crisis termasuk fase krisis perkembangan di masa transisi ke arah dewasa yang ditandai melalui kecemasan, kebingungan, dan ketidakpastian terkait masa depan. Kondisi ini mampu dirasakan lebih kompleks oleh mahasiswa anak tunggal dikarenakan adanya tanggung jawab dan ekspektasi yang tinggi yang menjadi tuntutan keluarga ataupun diri sendiri. Penelitian ini bermanfaat guna memperoleh pemahaman terkait proses komunikasi intrapersonal mahasiswa anak tunggal dalam membangun resiliensi saat menangani *Quarter life crisis*.

Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif melalui metode fenomenologi. Informan dipilih mempergunakan purposive sampling, sementara data diperoleh dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data berlangsung dengan memanfaatkan *Application Data Analysis Procedure* (ADAP) beserta open coding berbantuan perangkat lunak Atlas.ti.

Hasil penelitian memperlihatkan *Quarter life crisis* terpengaruhi atas tuntutan akademik, kecemasan terhadap karier dan masa depan, tekanan ekonomi, perbandingan sosial, serta ekspektasi sebagai anak tunggal. Dalam menghadapi kondisi tersebut, informan melakukan komunikasi intrapersonal melalui refleksi diri, evaluasi diri, pengelolaan emosi, pemaknaan pengalaman, dan penyusunan strategi penyelesaian masalah. Proses tersebut berkontribusi dalam membangun resiliensi yang ditunjukkan melalui kemampuan mengendalikan emosi, beradaptasi terhadap perubahan, mempertahankan optimisme, dan bangkit dari berbagai tekanan. Dengan demikian, komunikasi intrapersonal memegang peranan penting untuk membantu mahasiswa anak tunggal membangun resiliensi ketika menghadapi *Quarter life crisis*.

Kata Kunci: komunikasi intrapersonal, resiliensi, *Quarter life crisis*, mahasiswa anak tunggal, fenomenologi.

ABSTRACT

Nasywa Shafana Pramesti. 2210414120016. *Intrapersonal Communication in Building Resilience to the Quarter life crisis (A Phenomenological Study of Only-Child Students at Lambung Mangkurat University)*. Supervised by Putri Ayu Hidayatur Rafiqoh.

Quarter life crisis is a developmental crisis experienced during the transition to adulthood and is characterized by anxiety, confusion, and uncertainty about the future. This condition was often experienced more intensely by only-child university students because they faced high expectations and responsibilities from both their families and themselves. This study aimed to explore the intrapersonal communication process of only-child students in developing resilience while experiencing a Quarter life crisis.

This study employed a qualitative approach with a phenomenological method. Informants were selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation. The data were analyzed using the Application Data Analysis Procedure (ADAP) and open coding with the assistance of Atlas.ti.

The findings showed that the participants' Quarter life crisis was influenced by academic demands, career and future concerns, economic pressure, social comparison, and expectations associated with being an only child. The participants developed resilience through intrapersonal communication by engaging in self-reflection, self-evaluation, emotional regulation, meaning-making, and problem-solving. These processes enabled them to regulate emotions, adapt to change, maintain optimism, and recover from adversity. The study concluded that intrapersonal communication played an important role in helping only-child university students build resilience while coping with a Quarter life crisis.

Keywords: intrapersonal communication, resilience, Quarter life crisis, only-child university students, phenomenology.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur diucapkan kepada Allah SWT atas berkat, rahmat sekaligus karunia-Nya yang dilimpahkannya kepada penulis yang membuat penulis diberi kemudahan dalam pembuatan proposal skripsi dengan berjudulkan “**Komunikasi Intrapersonal Dalam Membangun Resiliensi *Quarter life crisis* (Studi Fenomenologi Mahasiswa Anak Tunggal Universitas Lambung Mangkurat)**”. Adapun tujuan dibuatnya proposal skripsi ini yakni menjadi sebuah persyaratan yang harus terpenuhi agar memperoleh gelar Sarjana (S1) bagi penulis serta diharapkan mampu memberikan nilai kebermanfaatan untuk banyak pihak. Dalam pembuatan skripsi ini, tentunya penulis juga diberikan banyak bantuan dalam berbagai bentuk dari berbagai pihak, maka dari itu di sini penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih yang sangat besar kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad Alim Bachri, S.E., M.Si., selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat.
2. Bapak Dr. Irwansyah, S.Sos., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lambung Mangkurat.
3. Ibu Dr. Yuanita Setyastuti, S.IP., M.Si., selaku Koordinator Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lambung Mangkurat.
4. Ibu Putri Ayu Hidayatur Rafiqoh, S.Pd., M.A., selaku Dosen Pembimbing yang sudah memberi bimbingan penulis dalam pengerjaan skripsi serta telah meluangkan waktunya dalam memberi arahan, saran dan masukan pada penyelesaian skripsi ini.

5. Ibu Noviana Sari, S.IP,M.A dan Bapak Bambang Dwi Waluyo, S.I.P.,M.Si selaku Dosen Penguji yang sudah memberi saran dan perbaikan pada proposal skripsi ini.
6. Bapak Sarwani, S.Sos., M.Med.Kom., selaku Dosen Pembimbing Akademik dari penulis
7. Seluruh Dosen Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan banyak ilmu dan pengetahuan bermanfaat bagi penulis.
8. Seluruh Staf Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lambung Mangkurat yang telah banyak memberikan bantuan dan arahan bagi penulis.
9. Kepada Mama dan Papa tercinta, terima kasih atas doa, kasih sayang, dukungan, dan segala pengorbanan yang tidak pernah berhenti diberikan kepada penulis. Terima kasih telah menjadi alasan penulis untuk terus berusaha dan menyelesaikan setiap proses hingga sampai di titik ini. Semoga pencapaian ini dapat menjadi salah satu hal yang membanggakan bagi Mama dan Papa.
10. Teruntuk seseorang yang istimewa dan telah menjadi bagian berarti dalam perjalanan penulis. Muhamad Andi Putra Nur, S.Pi., terima kasih telah hadir di tengah perjalanan yang tidak selalu mudah. Terima kasih telah menjadi tempat untuk bercerita, berkeluh kesah, dan menemukan kembali semangat ketika penulis mulai kehilangan arah. Terima kasih karena tetap ada dalam setiap proses, bahkan ketika penulis sedang

berada di titik paling lelah. Untuk segala perhatian dan ketulusan yang diberikan, penulis akan selalu menghargainya sebagai bagian indah dari perjalanan ini.

11. Untuk sahabat dan teman seperjuangan dalam meraih gelar S.I.Kom., Aulia Kamalia, Fidia Nur Zahra, Marni Hidayati, dan Merry Dwi Andriani, terima kasih selalu hadir dalam kondisi suka maupun duka. Terima kasih atas setiap cerita, tawa, keluh kesah, bantuan, semangat, dan kebersamaan yang telah dilalui. Kehadiran kalian membuat perjalanan panjang ini terasa lebih ringan dan menjadi bagian dari kenangan yang akan selalu penulis ingat.
12. Ashiliyya Nur Maysuna, S.M., teman sebangku sejak masa SMK yang hingga kini masih menjadi bagian dari perjalanan penulis. Terima kasih telah menemani berbagai cerita dan fase kehidupan. Semoga pertemanan yang telah terjalin hingga saat ini dapat terus menjadi bagian indah dalam perjalanan kita.
13. Kepada Ayu Amanda, Najla Putri Kartika, Novia Nur Nadza Sabrina terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan penulis sejak bangku SMP.
14. Kepada seluruh informan penelitian, terima kasih atas waktu, keterbukaan, dan kesediaan berbagi pengalaman yang menjadi bagian penting dalam penyelesaian penelitian ini.
15. Seluruh pihak lainnya yang telah membantu penulis dalam berbagai bentuk.

16. Terakhir, untuk diri sendiri, sosok anak tunggal perempuan yang telah berhasil menyelesaikan pendidikan di jenjang perguruan tinggi. Terima kasih telah bertahan melewati segala lelah, ragu, takut, dan keinginan untuk menyerah, namun tetap memilih untuk melangkah dan menyelesaikan apa yang telah dimulai. Semoga setelah ini penulis senantiasa diberikan kesehatan, kekuatan, keberanian, dan kelancaran dalam setiap langkah, serta dimudahkan dalam meraih setiap impian. Semoga perjalanan ke depan dipenuhi keberkahan, kebahagiaan, dan segala hal baik yang telah dinantikan. Terima kasih sudah bertahan hingga sampai di titik ini. Semoga langkah setelah ini selalu membawa penulis menuju kehidupan yang lebih baik.

Skripsi ini jauh dari kesempurnaan, bila ada kesalahan baik dalam bentuk kata, bahasa, beserta teknik penulisan, maka dengan rendah hati penulis berharap agar pembaca memberi masukan berbentuk saran yang bertujuan membangun kesempurnaan skripsi ini.

Banjarmasin, 7 Juli 2026

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Nasywa' with a stylized flourish at the end.

Nasywa Shafana Pramesti

NIM. 2210414120016

DAFTAR ISI

ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 12
2.1 Matriks Penelitian Sejenis	12
2.2 Tinjauan Konseptual.....	15
2.2.1 Komunikasi	15
2.2.1.1 Efek Komunikasi	17
2.2.1.2 Unsur-unsur Komunikasi.....	18
2.2.2 Komunikasi Intrapersonal	19
2.1.2.2 Proses Komunikasi Intrapersonal	22
2.1.2.3 Elemen Komunikasi Intrapersonal.....	27
2.1.2.4 Fungsi Komunikasi Intrapersonal.....	29
2.2.3 Anak Tunggal.....	30
2.2.4 <i>Quarter life crisis</i>	33
2.2.4.1 Aspek-aspek <i>Quarter life crisis</i>	36
2.2.4.2 Tahapan-tahapan <i>Quarter life crisis</i>	40

2.2.4.3	Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Quarter life crisis</i>	42
2.2.5	Resiliensi.....	46
2.2.6	Fenomenologi.....	53
2.3	Tinjauan Teoritis	58
2.3.1	Teori Pengolahan Informasi.....	58
2.4	Kerangka Pemikiran	63
BAB III METODE PENELITIAN.....		66
3.1	Pendekatan Penelitian.....	66
3.2	Tipe Penelitian.....	67
3.3	Lokasi Penelitian	67
3.4	Waktu Penelitian	68
3.5	Subjek Penelitian.....	69
3.6	Objek Penelitian	71
3.7	Teknik Pengumpulan Data	71
3.7.1	Data Primer	71
3.7.2	Data Sekunder	75
3.8	Teknik Analisis Data	76
3.9	Triangulasi Data	78
BAB IV PEMBAHASAN.....		80
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	80
4.2	Gambaran Umum Informan Penelitian	89
4.3	Hasil Penelitian.....	92
4.3.1	Gambaran Tema	93
4.3.2	Pengalaman Mahasiswa Anak Tunggal Universitas Lambung Mangkurat dalam Menghadapi <i>Quarter life crisis</i> (Robbins dan Wilner, 2001)	94
4.3.2.1	Kebingungan Mengambil Keputusan (<i>Indecision</i>)	94
4.3.2.2	Perasaan Putus Asa (<i>Hopelessness</i>).....	97
4.3.2.3	Penilaian Diri Yang Negatif (<i>Negative Self-Assessment</i>)	99
4.3.2.4	Perasaan Terjebak Dalam Situasi Sulit (<i>Feeling Trapped</i>) ...	102
4.3.2.5	Rasa Cemas (<i>Anxiety</i>)	104
4.3.2.6	Tekanan Psikologis (<i>Depressed</i>)	106
4.3.2.7	Kekhawatiran Terkait Hubungan Interpersonal (<i>Interpersonal Concerns</i>)	108
4.3.3	Proses Komunikasi Intrapersonal Dalam Membangun Resiliensi (Jalaluddin Rakhmat, 2015)	112

4.3.3.1	Proses Komunikasi Intrapersonal Informan MAPN.....	112
4.3.3.2	Proses Komunikasi Intrapersonal Informan MA	116
4.3.3.3	Proses Komunikasi Intrapersonal Informan RAM	121
4.3.3.4	Proses Komunikasi Intrapersonal Informan SP	128
4.3.3.5	Proses Komunikasi Intrapersonal Informan KP	131
4.3.3.6	Proses Komunikasi Intrapersonal Informan MH.....	135
4.3.3.7	Proses Komunikasi Intrapersonal Informan AM	138
4.3.3.8	Proses Komunikasi Intrapersonal Informan MK	141
4.3.3.9	Proses Komunikasi Intrapersonal Informan NM.....	144
4.3.3.10	Proses Komunikasi Intrapersonal Informan AAH.....	146
4.3.3.11	Proses Komunikasi Intrapersonal Informan ADK.....	150
4.3.4	Resiliensi Pada Mahasiswa Anak Tunggal (Reivich & Shatte, 2002).....	153
4.3.4.1	Regulasi emosi (<i>emotion regulation</i>).....	153
4.3.4.2	Pengendalian Impuls (<i>Impulse Control</i>).....	157
4.3.4.3	Optimisme (<i>Optimism</i>)	162
4.3.4.4	Analisis kausal (<i>Causal Analysis</i>).....	164
4.3.4.5	Empati (<i>Emphaty</i>).....	166
4.3.4.6	Efikasi diri (<i>Self-Efficacy</i>)	168
4.3.4.7	Pencapaian (<i>Reaching Out</i>)	171
4.4	Pembahasan	174
BAB V PENUTUP.....		180
5.1	Kesimpulan.....	180
5.2	Saran	181
DAFTAR PUSTAKA		184
LAMPIRAN.....		194
Lampiran 1 : Poster Pencarian Informan		195
Lampiran 2: Instrumen penelitian		196
Lampiran 3 : Lembar Persetujuan Partisipasi		198
Lampiran 4: Dokumentasi Wawancara.....		211
Lampiran 5 : Transkrip wawancara.....		217

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Matriks Penelitian Sejenis.....	13
Tabel 3. 1 Waktu Pelaksanaan Kegiatan Penelitian.....	69
Tabel 4. 1 Profil Universitas Lambung Mangkurat	83
Tabel 4. 2 Data Informan Penelitian	91
Tabel 4. 3 Proses Komunikasi Intrapersonal Informan MAPN	115
Tabel 4. 4 Proses Komunikasi Intrapersonal Informan MA	119
Tabel 4. 5 Proses Komunikasi Intrapersonal Informan RAM.....	124
Tabel 4. 6 Proses Komunikasi Intrapersonal Informan SP	130
Tabel 4. 7 Proses Komunikasi Intrapersonal Informan KP.....	134
Tabel 4. 8 Proses Komunikasi Intrapersonal Informan MH	137
Tabel 4. 9 Proses Komunikasi Intrapersonal Informan AM	140
Tabel 4. 10 Proses Komunikasi Intrapersonal Informan MK	143
Tabel 4. 11 Proses Komunikasi Intrapersonal Informan NM	146
Tabel 4. 12 Proses Komunikasi Intrapersonal Informan AAH.....	149
Tabel 4. 13 Proses Komunikasi Intrapersonal Informan ADK	152

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Dokumentasi Wawancara Informan MAPN	211
Gambar 2 Dokumentasi Wawancara Informan MA	211
Gambar 3 Dokumentasi Wawancara Informan RAM.....	212
Gambar 4 Dokumentasi Wawancara Informan SP	212
Gambar 5 Dokumentasi Wawancara Informan KP.....	213
Gambar 6 Dokumentasi Wawancara Informan MH	213
Gambar 7 Dokumentasi Wawancara Informan AM	214
Gambar 8 Dokumentasi Wawancara Informan MK	214
Gambar 9 Dokumentasi Wawancara Informan NH	215
Gambar 10 Dokumentasi Wawancara Informan AAH	215
Gambar 11 Dokumentasi Wawancara Informan ADK	216