

ABSTRAKSI

ULFIANI ULFAH 2020

Proses Komunikasi Intrapersonal *Self Talk* Dalam Motivasi Diri Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri

(Studi Kasus Kualitatif Pada Mahasiswa Di Kampus Berbeda)

(xi + 76 + 12-L)

Kata Kunci: Komunikasi Intrapersonal, *Self Talk*, Motivasi Diri, Kepercayaan Diri

Komunikasi intrapersonal atau *self talk* merupakan komunikasi kepada diri sendiri. Konteks ilmu komunikasi memaknai komunikasi intrapersonal sebagai proses komunikasi yang terjadi dalam diri individu sedangkan secara psikologi komunikasi Intrapersonal merupakan pengolahan informasi yang terjadi dalam diri manusia. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui dan menganalisis proses komunikasi intrapersonal *self talk* dalam motivasi diri untuk meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah riset kualitatif, menggunakan teori komunikasi intrapersonal dalam meningkatkan motivasi diri pada mahasiswa. Informan dalam penelitian ini berjumlah 6 informan terdiri dari 6 kampus yang berbeda. Penelitian ini menggunakan teori motivasi diri atau motivasi intrinsik dari Abraham Maslow, meningkatkan kepercayaan diri individu atau memenuhi kebutuhan aktualitas diri dalam teori motivasi Abraham Maslow. Hasil penelitian adalah sebagai makhluk individu, manusia ingin terlihat lebih menonjol sedangkan sebagai makhluk sosial, manusia tidak dapat hidup sendiri. Kehidupan sehari-hari tidak akan lepas dari kegiatan komunikasi, sehingga komunikasi ini dilakukan tidak hanya kepada individu lain (interpersonal) melainkan dapat dilakukan dengan diri sendiri (intrapersonal). Jika individu dapat memahami dirinya sendiri dengan baik, maka kelak individu akan lebih mudah hidup bermasyarakat. Masing-masing individu harus memiliki kesadaran terhadap diri sendiri (*self awareness*), agar *self talk* yang dihasilkan oleh pikiran dapat menghasilkan suatu afirmasi yang positif dan membuat individu termotivasi untuk lebih percaya diri.

Daftar Pustaka (1994-2020)