



KOMUNIKASI *INTRAPERSONAL* SEBAGAI PEMBANGKIT *SELF-ESTEEM* DAN *SELF-AWARENESS*

(Studi Kasus: 'Belva Faristha' Remaja Penderita *Tourette Syndrome*)

TESIS

SARAH ANISA NURJANAH

2210421011

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI

PROGRAM MAGISTER

2024



KOMUNIKASI *INTRAPERSONAL* SEBAGAI PEMBANGKIT *SELF-ESTEEM* DAN *SELF-AWARENESS*

(Studi Kasus: 'Belva Faristha' Remaja Penderita *Tourette Syndrome*)

TESIS

Maksud penulisan tesis adalah untuk memenuhi sebagian syarat dalam memperoleh gelar Magister S-2 Program Studi Ilmu Komunikasi

SARAH ANISA NURJANAH

2210421011

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI

PROGRAM MAGISTER

2024

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tesis ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah dinyatakan dengan benar.

Nama : Sarah Anisa Nurjanah

NIM : 2210421011

Program Studi : Magister Ilmu Komunikasi

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 17 Juli 2024

Yang menyatakan,



Sarah Anisa Nurjanah

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TESIS
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sarah Anisa Nurjanah
NIM : 2210421011
Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Program Studi : S2 Ilmu Komunikasi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

KOMUNIKASI INTRAPERSONAL SEBAGAI PEMBANGKIT SELF-ESTEEM DAN SELF-AWARENESS (STUDI KASUS: 'BELVA FARISTHA' REMAJA PENDERITA TOURETTE SYNDROME)

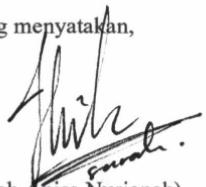
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini. Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya:

Dibuat di : Jakarta,

Pada tanggal : 16 Januari 2025

Yang menyatakan,


(Sarah Anisa Nurjanah)

PENGESAHAN TESIS

NAMA : SARAH ANISA NURJANAH
NIM : 2210421011
PROGRAM STUDI : S2 ILMU KOMUNIKASI
JUDUL : KOMUNIKASI INTRAPERSONAL SEBAGAI
PEMBANGKIT SELF-ESTEEM DAN SELF-AWARENESS
(STUDI KASUS: 'BELVA FARISTHA' REMAJA
PENDERITA TOURETTE SYNDROME)

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Magister pada Program Studi S2 Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Pembimbing 1



(Dr. Fitria Ayuningtyas, S.Sos., M.Si.)

Pembimbing 2



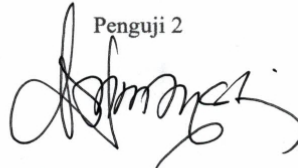
(Munadhil Abdul Muqsih, Ph.D)

Penguji 1



(Dr. S. Bektu Istiyanto, M.Si.)

Penguji 2



(Dr. Kusumajanti, S.Sos., M.Si.)

Ketua Program Studi
S2 Ilmu Komunikasi



Munadhil Abdul Muqsih, Ph.D

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 24 Juli 2024

KOMUNIKASI *INTRAPERSONAL* SEBAGAI PEMBANGKIT *SELF-ESTEEM* DAN *SELF-AWARENESS*

(Studi Kasus: 'Belva Faristha' Remaja Penderita *Tourette Syndrome*)

SARAH ANISA NURJANAH

(sarahan@upnvj.ac.id)

ABSTRAK

Komunikasi intrapersonal memiliki peranan yang sangat penting bagi seorang remaja karena dapat membantu remaja mengenal diri sendiri, membangun kepercayaan diri, dan meningkatkan kesadaran diri. Penelitian ini mengkaji peran komunikasi intrapersonal dalam membangkitkan *self-esteem* dan *self-awareness* pada Belva Faristha, seorang remaja penderita *Tourette Syndrome* yang juga dikenal sebagai *influencer* di Indonesia. *Tourette syndrome* sendiri merupakan sindrom gangguan saraf yang menyebabkan penderitanya mengalami *tic* motorik dan vokal dimulai pada masa kanak-kanak. Gerakan tidak terkendali dan sumpah serapah yang keluar secara tiba-tiba tanpa sebab menjadi gejala umum dari *Tourette syndrome*, hal tersebut menyebabkan timbulnya stigma negatif di lingkungan masyarakat karena kurangnya informasi terkait sindrom ini. Stigma negatif yang timbul menyebabkan remaja dengan *Tourette syndrome* terindikasi 4x lebih berisiko melakukan bunuh diri serta rentan memiliki *self-esteem* dan *self-awareness* yang rendah. Sebagai remaja dengan *Tourette Syndrome*, Belva aktif membuat konten edukasi terkait penyakit tersebut dan berhasil meraih beasiswa untuk melanjutkan pendidikan di Turki. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana Belva membangun *self-esteem* dan *self-awareness* melalui komunikasi intrapersonal, menggunakan teori akomodasi komunikasi dengan metode kualitatif, dan pendekatan studi kasus menggunakan teknik analisis model Creswell. Data dikumpulkan melalui wawancara secara mendalam yang mengungkap bahwa *self-esteem* dan *self-awareness* Belva dipengaruhi oleh kontrol diri, manajemen diri, serta interaksi yang mendukung di lingkungan sekitarnya. Hasil dari penelitian ini menemukan bahwa *self-esteem* dapat ditingkatkan melalui afirmasi positif, *self-talk*, dan refleksi diri, sedangkan *self-awareness* dibangun melalui *self-care*, *self-compassion*, dan tidak menekan diri sendiri. Hasil ini menunjukkan hubungan erat antara *self-esteem* dan *self-awareness* serta menyoroti pentingnya komunikasi intrapersonal yang efektif dalam membantu individu mengatasi tantangan personal dan sosial.

Kata kunci: Komunikasi *Intrapersonal*, Belva Faristha, *Tourette Syndrome*, *Self-Esteem*, dan *Self-Awareness*

INTRAPERSONAL COMMUNICATION AS SELF-ESTEEM DAN SELF-AWARENESS BUILDER

(Case Study: 'Belva Faristha' A Teenager Suffering from Tourette Syndrome)

SARAH ANISA NURJANAH

(sarah@upnvj.ac.id)

ABSTRACT

Intrapersonal communication has a significant role for teenagers because it can help them get to know themselves, build confidence, and increase self-awareness. This study examines the role of intrapersonal communication in raising self-esteem and self-awareness in Belva Faristha, a teenager with Tourette Syndrome who is also known as an influencer in Indonesia. Tourette syndrome itself is a nervous disorder syndrome that causes sufferers to experience motor and vocal tics starting in childhood. Uncontrollable movements and swearing that comes out suddenly without cause are common symptoms of Tourette syndrome, this causes a negative stigma in the community due to lack of information related to this syndrome. The negative stigma that arises causes adolescents with Tourette syndrome to be indicated to be 4x more at risk of suicide and vulnerable to having low self-esteem and self-awareness. As a teenager with Tourette Syndrome, Belva actively created educational content related to the disease and won a scholarship to continue her education in Turkey. This research aims to analyze how Belva builds self-esteem and self-awareness through intrapersonal communication, using communication accommodation theory with qualitative methods, and a case study approach using Creswell's model analysis technique. Data were collected through in-depth interviews which revealed that Belva's self-esteem and self-awareness are influenced by self-control, self-management, and supportive interactions in the surrounding environment. The results of this study found that self-esteem can be improved through positive affirmations, self-talk, and self-reflection, while self-awareness is built through self-care, self-compassion, and not putting pressure on oneself. These results show the close relationship between self-esteem and self-awareness and highlight the importance of effective intrapersonal communication in helping individuals overcome personal and social challenges.

Key words: *Intrapersonal Communication, Belva Faristha, Tourette Syndrome, Self-Esteem, and Self-Awareness*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahrabbi'lamin. Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Puji Syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan kemurahan dan pertolongan-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Komunikasi *Intrapersonal* sebagai Pembangkit *Self-esteem* dan *Self-awareness* (Studi kasus: ‘Belva Faristha’ Remaja penderita *Tourette Syndrome*” dengan semaksimal mungkin.

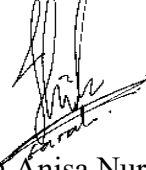
Peneliti menyadari bahwa tanpa adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak pada saat penelitian ini berlangsung tentu akan sangat sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan tesis ini. Tentunya penelitian ini dapat selesai dikarenakan dukungan besar dari pihak pihak yang selalu menyemangati peneliti di setiap prosesnya. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini, peneliti ingin mengucapkan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT. Tuhan semesta alam yang telah memberikan petunjuk, kekuatan serta kesabaran bagi penulis untuk menyelesaikan berbagai tahapan penyusunan tesis ini.
2. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) UPN Veteran Jakarta, Bapak Dr. S. Bakti Istiyanto, M.Si.
3. Kepala Program Studi Magister Ilmu Komunikasi UPN Veteran Jakarta, Bapak Munadhil Abdul Muqsith, Ph.D
4. Dosen Pembimbing 1 Tesis, Ibu Dr. Fitria Ayuningtyas, S.Sos, M.Si, C.NSP, CIQaR. yang telah memberikan arahan mengenai isi dan metode tesis serta dukungan tanpa henti.
5. Dosen Pembimbing 2 Tesis, Bapak Munadhil Abdul Muqsith, Ph.D yang telah memberikan dukungan dan arahan mengenai teknik penulisan tesis peneliti.
6. Kedua orang tua dan keluarga peneliti atas segala doa dan dukungan yang besar baik berupa material maupun moril sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis dengan sangat baik.
7. Belva Faristha dan 8 informan pendukung lainnya yang telah meluangkan waktunya untuk melakukan wawancara dan memberikan informasi yang peneliti butuhkan.
8. Seluruh teman-teman Magister Ilmu Komunikasi Angkatan 2022 yang turut belajar dan bekerjasama dari awal hingga akhir perkuliahan.

9. Teman-teman Pro Player saya, Schavira, Yudha, Bije, Akmal dan juga adik saya yang terkasih Zahrah Putri Shabirah yang selalu memberikan saya semangat serta kebaikannya dalam membantu peneliti jika peneliti membutuhkan bantuan.
10. Peneliti yang telah berusaha sekeras mungkin dengan sabar dan tidak pernah menyerah dalam penelitian, sehingga peneliti berhasil menyelesaikan tesis ini dengan baik dan tepat waktu.

Peneliti menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari kesempurnaan serta masih banyak kekurangan. Peneliti sangat menerima kritik dan saran serta masukan untuk perbaikan dan penyempurnaan dari tesis ini. Peneliti berharap tesis ini dapat membantu dan berguna bagi penelitian maupun lainnya.

Jakarta, 17 Juli 2024



Sarah Anisa Nurjanah

DAFTAR ISI

COVER 1	
COVER 2	
PERNYATAAN ORISINALITAS	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	ii
LEMBAR PENGESAHAN TESIS.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah	9
1.3 Fokus Penelian	9
1.4 Tujuan Penelitian.....	9
1.5 Manfaat Penelitian.....	10
1.6 Sistematika Penulisan.....	10
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	13
2.1 Kerangka Konsep	13
2.1.1 Komunikasi Intrapersonal.....	13
2.1.2 Tourette Syndrome.....	17
2.1.3 Self-Esteem	25
2.1.4 Self-Awareness	30
2.2 Kerangka Teori.....	33
2.3 Kerangka Berpikir.....	35
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	37
3.1 Metodologi Penelitian	37

3.2	Metode Pengumpulan data	40
3.3	Penentuan Key Informant dan Informant Pendukung.....	42
3.4	Teknik Analisis Data	44
3.5	Teknik Validitas Data.....	47
3.6	Waktu dan Lokasi Penelitian	48
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		49
4.1	Deskripsi Subjek Penelitian	49
4.2	Hasil Penelitian	51
4.3	Pembahasan.....	140
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....		171
5.1	Kesimpulan.....	171
5.2	Saran	172
DAFTAR PUSTAKA.....		174
RIWAYAT HIDUP.....		184
LAMPIRAN.....		186

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kerangka Berpikir	36
Tabel 3.1 Daftar Informan	44
Tabel 3.2 Langkah-langkah analisis data menurut Creswell	45
Tabel 3.3 Waktu Penelitian	48
Tabel 4.1 Deskripsi Informan Penelitian	50
Tabel 4.2 Hormon dalam Tubuh	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 <i>Tourette Syndrome</i> yang dialami Belva Faristha	72
Gambar 4.2 Kontrol Diri yang Dimiliki Belva Faristha	93
Gambar 4.3 Peranan Orang Tua bagi Remaja <i>Tourette Syndrome</i>	110
Gambar 4.4 Penerimaan Sosial yang Dialami Belva Faristha	122
Gambar 4.5 <i>Self-Esteem</i> yang Dimiliki Belva Faristha	126
Gambar 4.6 <i>Self-Awareness</i> yang Dimiliki Belva Faristha	132
Gambar 4.7 Pengelolaan Media Sosial Belva Faristha.....	140
Gambar 4.8 Model Siklus Komunikasi <i>Intrapersonal</i> yang Memengaruhi Setiap Faktor dan Tahapan Perkembangan Sosial Belva Faristha	170