

***SELF-DISCLOSURE* SEBAGAI UPAYA PEMULIHAN INDIVIDU PASCA
PENGALAMAN MENJADI *GHOSTEE***

SKRIPSI

Dosen Pembimbing: Dr. Andria Saptyasari, S.Sos., M.A.



DISUSUN OLEH:
ACHMAD GHIFFARI
NIM 071911533070

Departemen Komunikasi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Airlangga
Semester Ganjil 2022/2023

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Bagian atau keseluruhan isi skripsi ini tidak pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademis pada bidang studi dan/atau Universitas lain dan tidak pernah dipublikasikan/ditulis oleh individu selain penyusun kecuali bila dituliskan dengan format kutipan (langsung ataupun tidak langsung) dalam isi skripsi.

Apabila ditemukan bukti bahwa pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Airlangga.

Surabaya,



Achmad Ghiffari

**SELF DISCLOSURE SEBAGAI UPAYA INDIVIDU DALAM
MEMULIHKAN DIRI PASCA PENGALAMAN MENJADI *GHOSTEE***

SKRIPSI

Maksud: Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi S1 pada
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Airlangga

DISUSUN OLEH:
ACHMAD GHIFFARI
NIM 071911533070

Departemen Komunikasi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Airlangga
Semester Ganjil 2022/2023

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada diri saya, selamat telah menyelesaikan separuh perjalanan penting dalam hidupnya. Lulus memang tidak menjamin masa depan langsung cerah tapi setidaknya lulus berarti bahagia bagi diri sendiri, pencapaian yang berarti, anugerah bagi keluarga, dan kebanggaan bagi orang yang tercinta. Mohon pertahankan semangat seperti ini, kamu harus tetap hidup dan bergerak. Janji gak pesimis lagi? Janji!

Kepada Tetta, Mama, dan Kak Ai, Ari tidak akan bisa sampai di titik ini tanpa pengorbanan, kasih sayang, dan dukungan yang tidak pernah berhenti. Jatuh dan banggunya Ari kalian saksikan, kalian bantu, dan kalian beri arah. Semoga, pencapaian Ari lewat skripsi ini bisa jadi kebahagiaan yang besar bagi keluarga kita. Semoga Ari bisa terus membanggakan kalian, memberi manfaat, dan selalu ada untuk kalian. Ari love keluarga 307!

Kepada dosen pembimbing saya yang tercinta, Ibu Dr. Andria Saptyasari, S.Sos., M.A., terima kasih banyak Ibu sudah sangat sabar dalam membimbing saya selama pengerjaan skripsi ini. Semoga Ibu Andria dan keluarga selalu diberkahi kesehatan, keselamatan, dan rezeki yang melimpah.

Kepada Ervitha, Nico, Tito, dan Prima, sahabat sekaligus saudara saya di masa perkuliahan dan harapannya sampai selama mungkin. Terima kasih sudah menerima sisi *absurd* saya, mendengarkan cerita saya, menjadi *support system* tanpa pengecualian, dan saling mendorong untuk berkembang. Saya bangga dengan pencapaian kita. Kalau kata Project Pop, jika tua nanti kita telah hidup masing-masing, ingatlah hari ini.

Kepada Barieta Nurkhalifah Nawina, yang detik ini menjadi kekasih saya, entah besok, minggu depan, bulan depan, tahun depan, atau kapan pun itu akan menjadi apa,

rasanya kurang ajar apabila saya tidak menyebutkan namamu. Terima kasih kasih tulus sudah menemani jatuh dan bangun saya khususnya di tahun 2022, saya bersyukur bisa berbagi rasa senang dan sedih di orang yang tepat. Meskipun kita tidak akan tahu jalan dari Tuhan akan seperti apa, saya bersyukur bisa bertemu kamu.

Kepada Akbar, Zidan, Ferrel, Gretta, Anya, Michella, Yasmin, dan Commers 2019, terima kasih sudah menjadi teman baik di masa perkuliahan saya. Saya senang dan bersyukur bisa berteman dengan kalian. Doaku semoga perjalanan kalian dimudahkan, kejar mimpi kalian, bahagiakan diri kalian.

Kepada saudaraku di Airlangga Debating Society, what a family, what a people, what a journey we have been through. **Kepada Wendy, Brillin, Tata, Kevin, Yogi, Vanya, Ariel, Amil, Yulia, Bayu, Mbak Fasya, Kia, Mbak Devi, Kak Ary, Kak Anton, Kak Haris, Naura, Zalza, Nadja, Chika, Ian, Salwa, Udre, dan Rafli**, saya tidak pernah menyesal memilih ADS dan belajar bersama kalian sebagai bagian dari pembelajaran diriku. I don't think debating would be such a fun activity without you guys being there.

Kepada Departemen Komunikasi Universitas Airlangga, dosen-dosen tercinta saya, Bu Titiek, Bu Yuyun, Mbak Nisa, Mbak Intan, Prof Ida, Mas Igak, serta staf yang bekerja, terima kasih sudah banyak membimbing saya sejak menjadi mahasiswa baru hingga sekarang.

HALAMAH PERSETUJUAH

**Self-Disclosure Sebagai Upaya Pemulihan Individu Pasca Pengalaman Menjadi
Korban Ghosting**

Skripsi ini telah memenuhi persyaratan dan telah disetujui untuk diujikan

Dosen Pembimbing



Dr. Andria Saptyasari, S.Sos.,MA

I IP. 197212301998022001

HALAMAH PEJ GESAHAJ PAJ ITIA PEJ GUJI

Skripsi ini telah diujikan dan disahkan dihadapan Komisi Penguji

Program Studi Ilmu Komunikasi
Departemen Komunikasi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Airlangga

Pada Hari : Selasa
Tanggal : 06 Desember 2022
Pukul : 16.00-18.00

Komisi Penguji terdiri dari

Ketua Penguji



Titik Puji Rahayu, S.Sos., M.Comms., Ph.D.
I IP. 197911222003122001

Anggota 1



Angga Prawadika Aji, S.IP., MA.
I IP. 199003282018083101<

Anggota 2



Dr. Andria Saptiyasari, S.Sos., MA
I IP. 197212301998022001<

ABSTRAK

Penelitian ini berfokus pada bagaimana *self-disclosure* dilakukan sebagai upaya bagi *ghostee* untuk memulihkan diri. *Self-disclosure* dapat diartikan sebagai upaya untuk mengkomunikasikan pengalamannya sebagai *ghostee*. Peneliti mencari tahu mengapa *ghostee* memilih *self-disclosure* sebagai upaya pemulihan dengan cara *self-disclosure*, kepada siapa saja *self-disclosure* dilakukan, seberapa sering, sejauh mana informasi yang diberikan, bagaimana respon yang diterima, dan apa yang dirasakan oleh *ghostee*.

Latar belakang penelitian ini adalah pengalaman *ghostee* dalam memulihkan diri. Diketahui bahwa *ghostee* merasakan dampak buruk dari kejadian *ghosting* sehingga upaya yang dipilih untuk memulihkan diri adalah *self-disclosure*. Peneliti berusaha untuk fokus pada proses komunikasi selama *self-disclosure* berlangsung kepada orang-orang yang dipercaya oleh korban *ghosting*. Hal ini menarik untuk diteliti sebab *ghosting* merupakan sebuah tindakan untuk mengakhiri hubungan tanpa ada bentuk komunikasi kepada pasangannya. Artinya, individu yang menjadi korban *ghosting* akan ditinggalkan tanpa penjelasan sama sekali. Hal tersebut membuat *ghostee*, sebutan bagi korban *ghosting*, merasakan trauma secara fisik maupun mental. *Ghostee* pun harus pulih dari kondisi tersebut dengan trauma yang dialami. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tipe deskriptif. Sasaran dalam penelitian ini adalah individu yang pernah menjadi *ghostee* atau korban *ghosting*, sedang mengalami proses pemulihan pasca *ghosting*, dan melakukan *self-disclosure* kepada orang lain sebagai upaya untuk pemulihan diri. Proses pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan *in-depth interview*.

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa informan memiliki pengalaman yang beragam dari *self-disclosure* yang dilakukan kepada pendengar mulai dari apa alasan untuk melakukan *self-disclosure*, seberapa sering, dalam, dan luas *self-disclosure* yang dilakukan, respon yang diterima, dan apa yang mereka rasakan.

Kata kunci: *self-disclosure*, *ghosting*, *pemulihan diri*.

ABSTRACT

This research focuses on how self-disclosure is done as a mechanism for ghostee to achieve self-recovery. Self-disclosure can be interpreted as an attempt to communicate an individual's experience as a ghostee. In this research, researcher attempt to find out why ghostee choose self-disclosure as a mechanism for self-recovery, with whom, how often, how deep the information is given, how is the response, and what does ghostee feel.

The background of this research is the experience about ghostee's attempt to self-recover. It is known that ghostee has received trauma from the ghosting behaviour that leads ghostee to self-recover through self-disclosure. Researcher focuses on the communication process during self-disclosure to significance that is being trusted by ghostee. This is very interesting because ghosting is an attempt of a relationship's dissolution without any direct communication form to the ghoster's significance. It means that ghoster will leave no explanations to ghostee. That action remains physical and mental trauma for the ghostee. Ghostee needs to recover with the trauma he or they possess. This research uses a qualitative approach with a descriptive type. The targets of this research are individuals who have experience as a ghostee, still under recovery from the ghosting experience, and choose self-disclosure to others as a mechanism for self-recovery. The data is being collected through in-depth interview

The result of this research shows that informants have various experiences from self-disclosure which consist of the reason for choosing self-disclosure, how often, deep and broad, how the response is, and what they feel.

Keyword: self-disclosure, ghosting, self-recovery.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan hidayahnya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi berjudul “*Self-Disclosure* sebagai Upaya Pemulihan Individu pasca Pengalaman menjadi *Ghostee*”. Tujuan skripsi ini disusun adalah untuk memenuhi persyaratan kelulusan program S1 Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Airlangga.

Penelitian ini tidak akan selesai tanpa adanya bantuan dari pihak-pihak yang membantu untuk memberikan informasi dan saran. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih dan apresiasi sebesar-besarnya kepada semua pihak yang membantu penyusunan skripsi. Peneliti menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kata sempurna dan memiliki banyak kekurangan, untuk itu peneliti menerima segala kritik dan saran untuk perbaikan karya ini. Peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan juga bisa menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

Surabaya,

Achmad Ghiffari

DAFTAR ISI

BAB 1 PENDAHULUAN	13
1.1. Latar Belakang	13
1.2. Rumusan Masalah	19
1.3. Tujuan Penelitian	19
1.4. Manfaat Penelitian	20
1.4.1. Manfaat Teoritis	20
1.4.2. Manfaat Praktis	20
1.5. Tinjauan Pustaka	20
1.5.1. Penelitian Terdahulu	20
1.5.2. Self-Disclosure oleh Ghostee	24
1.5.3. Respon yang Diberikan Oleh Pendengar selama Self-Disclosure	27
1.5.4. Ghosting	28
1.5.4.1. Ghostee	29
1.5.5. Upaya Pemulihan Diri	31
1.5.5.1. Upaya Pemulihan Diri melalui Komunikasi Interpersonal	34
1.5.6. Kerangka Berpikir	35
1.6. Metode Penelitian	36
1.6.1. Metode dan Tipe Penelitian	36
1.6.2. Teknik Penentuan Informan	37
1.6.3. Teknik Pengumpulan Data	37
1.6.4. Teknik Analisis Data	38
BAB 2 GAMBARAN UMUM PENELITIAN	
2.1 Profil Informan	40
1. Informan 1, EA	40
2. Informan 2, KAP	40
3. Informan 3, RN	41
4. Informan 4, TVE	41
5. Informan 5, JS	42
6. Informan 6, YP	42
BAB 3 PEMBAHASAN DAN ANALISIS DATA	
3.1 Alasan ghostee memilih self-disclosure sebagai upaya pemulihan diri	46
3.1.1 Tidak Kuat Memendam Keresahan	46
3.1.2 Mengalami Overthinking Apabila Dipendam	48
3.1.3 Bisa Menerima Dukungan Dari Support System	49
3.1.4 Mencari Bantuan dan Solusi	50
3.1.5 Mencari Validasi	50

3.2 Individu yang menjadi teman bagi ghostee untuk melakukan self-disclosure	54
3.2.1 Sahabat	54
3.2.2 Orang Tua	59
3.2.3 Adik Kandung	60
3.2.4 Gebetan	61
3.3 Frekuensi ghostee dalam melakukan self-disclosure	65
3.3.1 Setiap Hari	65
3.3.2 Saat Menerima Trigger	66
3.3.3 Hanya Sekali	68
3.3.4 Hanya Ketika Ada Topik Yang Relevan	69
3.4 Keleluasaan ghostee untuk menyampaikan informasi dan topik apa saja yang dibahas selama self-disclosure berlangsung	72
3.4.1 Detail dan Akurat	72
3.4.2 Hanya Menceritakan Tanpa Ada Penjelasan	74
3.4.3 Hanya Menceritakan Yang Diingat	75
3.4.3 Hanya Menceritakan Informasi Yang Dianggap Penting	75
3.4.4 Tidak Detail dan Akurat	78
3.5 Respon yang diterima oleh ghostee selama self-disclosure berlangsung	83
3.5.1 Memberikan Respon Dan Dukungan Yang Sesuai Dengan Sudut Pandang Ghostee	84
3.5.2 Berusaha Memberikan Respon Dan Dukungan Namun Tidak Sesuai Dengan Sudut Pandang Ghostee	91
3.5.3 Tidak Memberikan Respon Dan Dukungan Yang Sesuai Dengan Sudut Pandang Ghostee	92
3.6 Perasaan ghostee pasca melakukan self-disclosure sebagai upaya pemulihan diri	101
3.6.1 Merasa Lega	101
3.6.2 Stres dan Rasa Sakit Yang Dirasakan Menjadi Berkurang	103
3.6.3 Meringankan Beban dan Menaikkan Kepercayaan Diri Namun Tidak Menjamin Pemulihan	104
3.6.4 Lebih Percaya Diri	105
3.6.5 Tidak Ingin Lagi Melakukan Self-Disclosure	107
3.6.6 Awalnya Merasa Terbantu Namun Kemudian Merasa Kecewa	107
3.6.7 Merasa Kecewa	109
BAB 4 PENUTUP	
4.1 Kesimpulan	116
4.2 Saran	117
DAFTAR PUSTAKA	118
LAMPIRAN	125

KODING TRANSKRIP — GHOSTEE 1	125
KODING TRANSKRIP — GHOSTEE 2	129
KODING TRANSKRIP — GHOSTEE 3	133
KODING TRANSKRIP — GHOSTEE 4	140
KODING TRANSKRIP — GHOSTEE 5	145
KODING TRANSKRIP — GHOSTEE 6	149