



**PENGELOLAAN KONFLIK RELASI ASMARA KARENA KEBIASAAN
PENGUNGKAPAN OVERTHINKING PASANGAN MELALUI MEDIA
SOSIAL TIK-TOK**

SKRIPSI

**Disusun untuk memenuhi persyaratan menyelesaikan Pendidikan Strata-1
Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Diponegoro**

Penyusun

NADIA AUDY JANATUN 'ADN

14040119130074

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG**

2023

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadia Audy Janatun 'Adn

NIM : 14040119130074

Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi yang saya susun dengan judul:

Pengelolaan Konflik Relasi Asmara Karena Kebiasaan Pengungkapan
Overthinking Pasangan Melalui Media Sosial Tik-Tok

Adalah benar-benar Hasil Karya Ilmiah Tulisan Saya Sendiri, bukan hasil karya ilmiah orang lain atau jiplakan karya ilmiah orang lain. Apabila di kemudian hari ternyata karya ilmiah yang saya tulis itu terbukti bukan hasil karya ilmiah saya sendiri atau hasil jiplakan karya orang lain, maka saya sanggup menerima sanksi berupa pembatalan hasil karya ilmiah saya dengan seluruh implikasinya, sebagai akibat kecurangan yang saya lakukan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan dengan penuh kesadaran serta tanggung jawab.

Semarang, 14 Juni 2023

Pembuat Pernyataan

Nadia Audy Janatun 'Adn

NIM. 14040119130074

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pengelolaan Konflik Relasi Asmara Karena Kebiasaan
Overthinking Pasangan Melalui Media Sosial Tik-Tok

Nama Penyusun : Nadia Audy Janatun 'Adn

NIM : 14040119130074

Program Studi : S1-Ilmu Komunikasi

Semarang, 3 Juli 2023

Dekan

Wakil Dekan I

Prof. Dr. Drs. Hardi Warsono, MTP.

Dr. Drs. Teguh Yuwono, M.Pol.Admin

NIP. 196408271990011001

NIP. 196908221994031003

Dosen Pembimbing:

1. Dr. Adi Nugroho, M.Si. (.....)

2. Agus Naryoso, S.Sos., M.Si. (.....)

Dosen Penguji:

1. Dr. Lintang Ratri R, S.Sos., M.Si. (.....)

MOTTO

“Lillah, Fillah, Billah”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala perjuangan penulis hingga sampai pada lembar halaman persembahan ini tidak terlepas dari adanya dukungan, doa, penyemangat, dan masukan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan rasa syukur dan terima kasih kepada:

1. Allah SWT, atas Keridhoan dan Karunia-Nya sehingga membuat penulis dapat menyelesaikan kuliah dan skripsi ini. Terima Kasih karena telah mendengarkan cerita penulis di setiap sholat dan menjawab doa satu per satu penulis, tanpa jalur langit penulis tidak akan bisa bertahan hingga saat ini.
2. Diri sendiri, yang selalu berjuang melawan rasa malas, takut, kecewa, *overthinking*, dan perasaan-perasaan negatif lainnya. Meskipun sangat sulit untuk bertahan, namun penulis sangat berterima kasih pada diri sendiri karena sudah melangkah sejauh ini. Apapun yang terjadi, penulis yakin akan ada kemudahan setelah kesulitan.
3. Bapak saya (Alm) Haryono, S.H., M.H, semoga di atas sana beliau bangga melihat perjuangan anaknya dan menjadi satu almamater yang sama :) Terima kasih karena engkau selalu hadir dalam hati penulis, penulis selalu ingat pesan bapak “tidak ada manusia bodoh di dunia ini, tetap jadilah anak kecil yang hebat”.
4. Ibu saya, Alfiyah yang selalu memberikan pertanyaan “kapan lulus?” 100x, “skripsi sampai mana?”, “kapan wisuda?” dan pertanyaan lainnya. Terima kasih karena telah memberikan dukungan dalam bentuk apa pun dan memberikan target untuk segera lulus, serta pencapaian hidup lainnya yang membuat penulis menjadi termotivasi.
5. S. Rouli Manalu S.Sos., MCommSt., Ph.D., selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi, yang saya hormati dan selalu memberikan yang terbaik bagi mahasiswa.

6. Dr. Adi Nugroho, M.Si., selaku dosen pembimbing 1 penulis yang bersedia untuk membimbing penulis dari awal hingga akhir dan berkontribusi dalam memberikan arahan serta masukan.
7. Agus Naryoso, S.Sos., M.Si., selaku dosen pembimbing 2 penulis yang telah memberikan arahan dan saran agar skripsi saya menjadi lebih baik.
8. Dr. Lintang Ratri Rahmiaji, S.Sos., M.Si., selaku dosen penguji yang senantiasa membantu penulis dalam bentuk arahan, masukan, dan kritik yang membangun untuk pemahaman yang lebih dalam lagi bagi penulis pada skripsi.
9. Muchammad Yuliyanto, S.Sos., M.Si., selaku dosen wali penulis yang memberikan kontribusi selama perkuliahan.
10. Seluruh civitas akademik program studi Ilmu Komunikasi FISIP UNDIP yang telah memberikan ilmu baru, pengalaman, dan fasilitas selama perkuliahan.
11. Anak-anak Kos Bu 3, Atiq, Uus, Deay, Pida, Devi yang selalu meluangkan waktu untuk bertemu dan bercerita dari *random talk* hingga *deep talk* di angkringan ndeso. Terima kasih karena kalian telah mewarnai hari-hari penulis dan terima kasih kalian sudah bertahan hingga sejauh ini. Semoga kalian semua sukses di luar sana!
12. Teman-teman kuliah khususnya Putri yang selalu berjuang bareng dari awal perkuliahan hingga akhir, Sisca, Wina, Savira, Nadiah, Inatsan, Auriga, Uci, Nisy yang telah menemani penulis selama di rantauan. Terima kasih karena kalian penulis tidak merasa kesepian dan selalu bersyukur.
13. Ayu, Rizal, dan Dody, selaku teman penulis dari SMA hingga saat ini yang masih sering bermain bersama dan mencurahkan segala isi hati. Terima kasih kalian mau mendengarkan cerita penulis meskipun masing-masing juga memiliki masalah yang berat.
14. Teman-teman KKN Desa Buniwah khususnya Sumayyah dan Alfin yang sudah menjadi tempat cerita penulis dan selalu mengajak untuk makan bersama selama di Tembalang. Terima kasih juga kepada Syibra, Awal, dan Fidya yang telah menerima penulis apa adanya.

15. Teman-teman Advokesma, Rahma, Nadiah, Safira, Conny, Uli, Nisa, Hanif yang memberikan penulis semangat dan dukungan, serta bantuan selama menjalani perkuliahan.
16. Salah satu teman penulis yang dikagumi, terima kasih banyak karena kehadiranmu membuat penulis lebih bersemangat dan selalu tersenyum.
17. Akun Kimbab Family, Nihongo Mantappu, Tonight Show, Fadil Jaidi, dan Shani Amelia, terima kasih karena telah menghibur penulis selama mengerjakan skripsi.
18. Teman-teman Ilmu Komunikasi 2019.
19. Pihak lain yang tidak bisa disebutkan satu per satu, terima kasih telah hadir dalam kehidupan penulis.

PENGELOLAAN KONFLIK RELASI ASMARA KARENA KEBIASAAN PENGUNGKAPAN OVERTHINKING PASANGAN MELALUI MEDIA SOSIAL TIK-TOK

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman individu dalam mengelola konflik pada hubungan asmara ketika salah satu nya memiliki kebiasaan untuk mengungkapkan perasaan *overthinking* pasangan di media sosial Tik-Tok. Hubungan asmara tidak terlepas dari adanya konflik baik hubungan tersebut merupakan *Geographically Close Relationship* maupun *Long Distance Relationship*. Penelitian ini membahas mengenai bagaimana setiap individu dalam mengelola konflik yang terjadi dan juga upaya untuk pemeliharaan hubungan.

Penelitian ini menggunakan metode fenomenologi yang memahami fenomena dari kehidupan para pelakunya. Teori yang digunakan adalah *Conflict Mode Instrument Theory*, *Communication Management Privacy Theory*, dan *Relation Maintenance Theory*. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa setiap informan mengungkapkan perasaan *overthinking* pasangan yang dialami ke dalam media sosial Tik-Tok yang kemudian memicu terjadinya konflik. Konflik terjadi karena perbedaan pandangan antara pihak pria dan pihak wanita. Perbedaan pandangan tersebut yaitu pihak pria yang lebih menghargai privasi dengan tidak menyukai jika hubungannya yang mengarah ke negatif diunggah ke dalam media sosial Tik-Tok secara publik, sedangkan pihak wanita cenderung untuk membagikan konten di media sosial Tik-Tok secara public yang berhubungan dengan perasaan negatif dari hubungan berpacaran.

Hubungan asmara di era digital saat ini yang mengandalkan media sosial sebagai salah satu wadah untuk mengungkapkan ekspresi yang dialami akan berbeda pada hubungan asmara di masa dahulu dimana media sosial belum ada seperti saat ini. Oleh karena itu, adanya pengelolaan konflik dilakukan untuk dapat mengatasi konflik yang terjadi karena pengungkapan *overthinking* oleh pasangan melalui media sosial secara publik.

Beberapa gaya pengelolaan konflik yang diterapkan pada setiap informan mayoritas menggunakan gaya kolaborasi sebagai cara efektif untuk menyelesaikan masalah. Dalam usaha mempertahankan hubungan setiap pasangan selalu berusaha untuk memberikan apa yang diinginkan dan apa yang dibutuhkan oleh masing-masing, serta menerapkan lima strategi pemeliharaan hubungan berupa *positivity*, *openness*, *assurance*, *task sharing*, dan *networking*.

Kata Kunci : Hubungan Asmara, Overthinking, Konflik, Media Sosial

MANAGEMENT OF RELATIONSHIP CONFLICT DUE TO THE HABIT OF DISCLOSING COUPLE OVERTHINKING THROUGH TIK-TOK SOCIAL MEDIA

Abstract

This study aims to determine individual experiences in managing conflict in romantic relationships when one of them has the habit of expressing feelings of overthinking of a partner on Tik-Tok social media. Love relationships are inseparable from conflicts, whether the relationship is a Geographically Close Relationship or a Long Distance Relationship. This study discusses how each individual manages conflicts that occur and also efforts to maintain relationships.

This study uses a phenomenological method that understands phenomena from the lives of the perpetrators. The theory used is the Conflict Mode Instrument Theory, Communication Management Privacy Theory, and Relationship Maintenance Theory. The results of this study explain that each informant expressed his partner's overthinking feelings on the Tik-Tok social media which then triggered conflict. Conflicts occur because of differences in views between men and women. The difference in this view is that men protect privacy more by disliking if it is detected that leads to negativity being uploaded to Tik-Tok social media publicly, while women tend to share content on Tik-Tok social media publicly that relates to feelings. negative of the personality relationship.

Love relationships in the current digital era that rely on social media as a forum for expressing the expression they experience will be different from love relationships in the past where social media did not exist as it does today. Therefore, conflict management is carried out to be able to overcome conflicts that occur due to exaggerated disclosure of thoughts by partners through social media in public.

Several styles of conflict management were applied to each of the majority informants using the collaboration style as an effective way to solve problems. In an effort to maintain a relationship, each partner always tries to provide what is wanted and what is needed by each other, and implements five strategies for maintaining relationships, namely positivity, openness, assurance, task sharing, and networking.

Keywords: Relationship, Overthinking, Conflict, Social Media

KATA PENGANTAR

Penelitian yang berjudul “Pengelolaan Konflik Relasi Asmara Karena Kebiasaan Pengungkapan *Overthinking* Pasangan Melalui Media Sosial Tik-Tok” menjelaskan tentang pengelolaan konflik yang diterapkan oleh setiap individu yang memiliki hubungan asmara. Pengelolaan konflik ini dilakukan karena mulai munculnya konflik yang terjadi karena kebiasaan dari pasangan yang selalu mengungkapkan perasaannya melalui media sosial Tik-Tok. Selain itu, penelitian ini juga menjabarkan berbagai upaya yang dilakukan untuk dapat mempertahankan hubungan asmara.

Pada penelitian ini, terdapat lima bab yang berupa bab satu sebagai pendahuluan, bab dua yaitu gambaran umum, bab tiga adalah pembahasan, dan bab empat merupakan esensi makna dari hasil penelitian, serta bab lima yaitu penutup sekaligus implikasi dan saran yang diberikan oleh penulis.

Penelitian ini disusun berdasarkan pengetahuan dan pemahaman dari penulis sehingga saran, masukan, dan kritik yang membangun dapat diterima oleh penulis untuk menyempurnakan skripsi ini karena penulis menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna dan memiliki keterbatasan pemahaman dalam meneliti. Meskipun masih belum sempurna, namun penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan digunakan dalam bidang akademis atau pembaca yang memiliki ketertarikan untuk mempelajari mengenai pengelolaan konflik sesuai dengan penelitian ini secara mendalam.

Semarang, 14 Juni 2023

Penyusun

Nadia Audy Janatun ‘Adn

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	1
MOTTO	4
HALAMAN PERSEMBAHAN	5
Abstrak	8
Abstract	9
KATA PENGANTAR	10
DAFTAR ISI.....	11
DAFTAR TABEL.....	15
DAFTAR GAMBAR	16
BAB I	Error! Bookmark not defined.
1.1. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4 Signifikansi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4. 1 Signifikansi Teoritis	Error! Bookmark not defined.
1.4.2 Signifikansi Praktis	Error! Bookmark not defined.
1.4.3 Signifikansi Sosial.....	Error! Bookmark not defined.
1.5 Kerangka Pemikiran Teoritis	Error! Bookmark not defined.

1.5.1 Paradigma.....	Error! Bookmark not defined.
1.5.2 State of The Art.....	Error! Bookmark not defined.
1.5.3 Conflict Mode Instrumen Theory.....	Error! Bookmark not defined.
1.5.4 Communication Privacy Management Theory.....	Error! Bookmark not defined.
1.5.5 Relational Maintenance Theory	Error! Bookmark not defined.
1.6 Operasionalisasi Konsep	Error! Bookmark not defined.
1.6.1 Pengelolaan Konflik.....	Error! Bookmark not defined.
1.6.2 Pengungkapan <i>Overthinking</i> (Pemikiran Berlebihan).....	Error! Bookmark not defined.
1.6.3 Media Sosial Tik-Tok	Error! Bookmark not defined.
1.7 Asumsi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.8 Metoda Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.8.1 Tipe Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.8.2 Situs Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.8.3 Subjek Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.8.4 Jenis Data	Error! Bookmark not defined.
1.8.5 Sumber Data.....	Error! Bookmark not defined.
1.8.6 Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
1.8.7 Analisis dan Interpretasi Data	Error! Bookmark not defined.

1.8.8 Kualitas Data (Goodness Criteria)	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
2.1 Hubungan Asmara.....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Pengelolaan Konflik.....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Pengungkapan <i>Overthinking</i> melalui Media Sosial.....	Error! Bookmark not defined.
2.4 Pemeliharaan Hubungan	Error! Bookmark not defined.
BAB III	Error! Bookmark not defined.
3.1 Media Sosial Tik-Tok sebagai Ungkapan <i>Overthinking</i>	Error! Bookmark not defined.
3.2 Pengungkapan <i>Overthinking</i>	Error! Bookmark not defined.
3.3 Pengelolaan Konflik dalam Hubungan Asmara.....	Error! Bookmark not defined.
3.4 Cara Mempertahankan Hubungan Pasca Konflik.....	Error! Bookmark not defined.
3.5 Profil Informan.....	Error! Bookmark not defined.
3.2 Deskripsi Tekstural	Error! Bookmark not defined.
3.2.1 Informan I.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.2 Informan II	Error! Bookmark not defined.
3.2.3 Informan III.....	Error! Bookmark not defined.

3.2.4 Informan IV	Error! Bookmark not defined.
3.6 Deskripsi Struktural	Error! Bookmark not defined.
3.3.1 Informan I.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.2 Informan II	Error! Bookmark not defined.
3.3.3 Informan III.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.4 Informan IV.....	Error! Bookmark not defined.
3.4 Penggabungan Deskripsi Tekstural dan Struktural	Error! Bookmark not defined.
3.4.1 Deskripsi Tekstural	Error! Bookmark not defined.
3.4.2 Deskripsi Struktural	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
4.1 Media Sosial Tik-Tok sebagai Ungkapan <i>Overthinking</i>	Error! Bookmark not defined.
4.2 Pengungkapan <i>Overthinking</i>	Error! Bookmark not defined.
4.3 Pengelolaan Konflik dalam Hubungan	Error! Bookmark not defined.
4.5 Cara Mempertahankan Hubungan Pasca Konflik	Error! Bookmark not defined.
BAB V.....	Error! Bookmark not defined.
5.1 Simpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2 Implikasi.....	Error! Bookmark not defined.

5.2.1 Implikasi Teoritis	Error! Bookmark not defined.
5.2.2 Implikasi Sosial	Error! Bookmark not defined.
5.2.3. Implikasi Praktis	Error! Bookmark not defined.
5.3. Rekomendasi	Error! Bookmark not defined.
5.3.1. Aspek Teoritis	Error! Bookmark not defined.
5.3.2 Aspek Praktis.....	Error! Bookmark not defined.
5.3.3. Aspek Sosial	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Profil Informan.....	Error! Bookmark not defined.
--------------------------------	-------------------------------------

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Most Used Social Media Platforms.....**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 1.2 Durasi Responden Mengakses Media Sosial per Hari (2021) ... **Error!**

Bookmark not defined.