

**KOMUNIKASI INTERPERSONAL GENERASI Z PADA
KASUS *GENERALIZED ANXIETY DISORDER***

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk
memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Komunikasi**



Disusun oleh:

SAFIAH

200900044

**UNIVERSITAS SATYA NEGARA INDONESIA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
JAKARTA**

2025

***INTERPERSONAL COMMUNICATION OF GENERATION Z IN
A CASE OF GENERALIZED ANXIETY DISORDER***

THESIS

***Submitted in Partial Fulfillment of the
Requirements for the Degree of Bachelor of
Communication Science***



Prepared by:

SAFIAH

200900044

***UNIVERSITY OF SATYA NEGARA INDONESIA
FACULTY OF SOCIAL AND POLITICAL SCIENCES
JAKARTA***

2025

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS SATYA NEGARA INDONESIA
PERNYATAAN KEASLIAN/ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, (SKRIPSI) ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana), baik di Universitas Satya Negara Indonesia maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali Tim Pembimbing dan Tim Penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Jakarta, 26 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan,



200900044

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITA SATYA NEGARA INDONESIA**

TANDA PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

NAMA : Safiah
NIM : 200900044
JUDUL : Komunikasi Interpersonal Generasi Z pada Kasus
Generalized Anxiety Disorder
PROGRAM STUDI : Ilmu Komunikasi
PEMINATAN : Hubungan Masyarakat

Telah disetujui oleh tim pembimbing untuk diajukan dalam sidang skripsi

Jakarta, 26 Agustus 2025

Menyetujui,

Pembimbing II

Pembimbing I

(Dr. Achmad Budiman Sudarsono, M.I.Kom)

(Risqi Inayah Dwijayanti M.I.Kom)

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Dekan FISIP

(Risqi Inayah Dwijayanti M.I.Kom)

(Fahlesa Munabari, M. A., Ph.D)

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITA SATYA NEGARA INDONESIA**

TANDA PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : Safiah
NIM : 200900044
JUDUL : Komunikasi Interpersonal Generasi Z pada Kasus *Generalized Anxiety Disorder*

PROGRAM STUDI : Ilmu Komunikasi

PEMINATAN : Hubungan Masyarakat

Jakarta, 26 Agustus 2025

Menyetujui,

Ketua Penguji

(Risqi Inayah Dwijayanti M.I.Kom)

Anggota Penguji I

(Dr. Rustono Farady Marta, M.Med.Kom)

Anggota Penguji II

(Fitri Sarasati, M.Sc)

Mengetahui,

Ketua Program Studi IKOM

(Risqi Inayah Dwijayanti S.Ikom, M.Ikom)

Dekan FISIP

(Fahlesa Munabari, M. A., Ph.D)

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS SATYA NEGARA INDONESIA**

NAMA : Safiah
NIM : 200900044
PROGRAM STUDI : Ilmu Komunikasi
PEMINATAN : Hubungan Masyarakat
“Komunikasi Interpersonal Generasi Z Pada Kasus *Generalized Anxiety Disorder*”
Jumlah halaman : xii + 129 halaman + lampiran
Bibliografi : 11 buku + 25 jurnal + 3 internet

ABSTRAK

Remaja Generasi Z dengan *Generalized Anxiety Disorder* (GAD) memiliki kebutuhan tinggi akan penerimaan, kasih sayang, dan rasa aman. Kondisi tersebut membuat mereka lebih rentan terhadap pola komunikasi yang tidak sehat seperti *grooming* dan *gaslighting* dalam hubungan romantis. Fenomena ini menjadi penting untuk diteliti karena berdampak pada kesejahteraan psikologis remaja.

Landasan teori yang digunakan adalah Teori *Fundamental Interpersonal Relations Orientation* (FIRO) dari William C. Schutz, dengan landasan konseptual mencakup komunikasi interpersonal, *grooming*, *gaslighting*, hubungan romantis, dan komunitas Army, Moa, dan Bantu sebagai ruang interaksi remaja.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan paradigma konstruktivisme, metode studi kasus jamak, dan sifat penelitian deskriptif. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi terhadap enam remaja dari komunitas Army, Moa, dan Bantu, serta satu psikolog sebagai *key informant*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebutuhan *inclusion* dan *affection* yang dominan pada remaja GAD membuat mereka rentan terhadap manipulasi hingga muncul keraguan diri dan ketergantungan emosional. Strategi mengurangi manipulasi dilakukan melalui peningkatan kesadaran diri, komunikasi terbuka dengan orang terpercaya, serta dukungan sosial dari lingkungan sekitar.

Penyelesaian yang dilakukan dalam membantu remaja Generasi Z dengan *Generalized Anxiety Disorder* (GAD) yang rentan terhadap manipulasi dalam hubungan pacaran adalah dengan membangun komunikasi yang aman dan suportif, memberikan edukasi tentang batas relasi sehat, serta meningkatkan peran keluarga, sekolah, dan praktisi dalam pendampingan psikologis.

Kata Kunci : Komunikasi Interpersonal, Generasi Z, *Generalized Anxiety Disorder*, *Grooming*, *Gaslighting*
Pembimbing I : Risqi Inayah Dwijayanti, M.I.Kom
Pembimbing II : Dr. Achmad Budiman Sudarsono, M.I.Kom

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ATYANEGARA INDONESIA**

NAME : Safiah
STUDENT REGISTRATION NUMBER : 200900044
FIELD OF STUDY : Communication Science
SPECIALIZATION : Public Relations
“Interpersonal Communication of Generation Z in Cases of Generalized Anxiety Disorder”
NUMBER OF PAGES : xii + 129 pages + attachments
BIBLIOGRAPHY : 11 books + 25 online journal + 3 internet

ABSTRACT

Generation Z adolescents with Generalized Anxiety Disorder (GAD) have a high need for acceptance, affection, and a sense of security. This condition makes them more vulnerable to unhealthy communication patterns such as grooming and gaslighting in romantic relationships. This phenomenon is important to study because it affects the psychological well-being of adolescents.

The theoretical foundation used in this study is William C. Schutz's Fundamental Interpersonal Relations Orientation (FIRO) theory, with conceptual foundations including interpersonal communication, grooming, gaslighting, romantic relationships, and the Army, Moa, and Bantu communities as spaces for adolescent interaction.

This research uses a qualitative approach with a constructivist paradigm, a multiple case study method, and a descriptive nature. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation involving six adolescents from the Army, Moa, and Bantu communities, as well as one psychologist as the key informant.

The results show that the dominant needs for inclusion and affection among adolescents with GAD make them vulnerable to manipulation, leading to self-doubt and emotional dependence. Strategies to reduce manipulation are carried out through increased self-awareness, open communication with trusted individuals, and social support from the surrounding environment.

The resolution undertaken to support Generation Z adolescents with Generalized Anxiety Disorder (GAD) who are vulnerable to manipulation in romantic relationships is by fostering safe and supportive communication, providing education on healthy relationship boundaries, and strengthening the roles of families, schools, and practitioners in psychological guidance.

Key note : Interpersonal Communication, Generation Z, Generalized Anxiety Disorder, Grooming, Gaslighting
Advisor I : Risqi Inayah Dwijayanti, M.I.Kom
Advisor II : Dr. Achmad Budiman Sudarsono M.I.Kom