



UNIVERSITAS NASIONAL

**PERAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DALAM
HUBUNGAN PACARAN TERHADAP KESADARAN
GENERASI Z MAHASISWI UNIVERSITAS NASIONAL
TENTANG RELASI TIDAK SEHAT (*TOXIC RELATIONSHIP*)**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu
Komunikasi**

**ROSDA AKMAL
223516516084**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KOMUNIKASI
2026**



UNIVERSITAS NASIONAL

***THE ROLE OF INTERPERSONAL COMMUNICATION IN
DATING RELATIONSHIPS IN SHAPING GENERATION Z
FEMALE STUDENTS' AWARENESS OF TOXIC
RELATIONSHIPS AT UNIVERSITAS NASIONAL***

THESIS

**Submitted In Partial Fulfillment Of The Requirements For Degree Of
Bachelor Of Communication Science**

**ROSDA AKMAL
223516516084**

**COMMUNICATION SCIENCE STUDY PROGRAM
FACULTY OF SOCIAL AND POLITICAL SCIENCES
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN



FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS NASIONAL

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa	: Rosda Akmal
Nomor Pokok Mahasiswa	: 223516516084
Program Studi	: Ilmu Komunikasi
Kekhususan	: Public Relations
Judul Skripsi	: Peran Komunikasi Interpersonal Antar Pasangan dalam Membangun Kesadaran Generasi Z terhadap Relasi Tidak Sehat (Toxic Relationship)
Diajukan Untuk	: Memenuhi salah satu dari persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Nasional

Disetujui untuk diujikan

Jakarta, 26 Februari 2026

UNIVERSITAS NASIONAL

Dosen Pembimbing	Ketua Prodi Ilmu Komunikasi
	
Dela Anjelawati, S.I.Kom., MA	Swastiningsih, S.E., M.Si

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda- tangan dibawah ini :

Nama : Rosda Akmal

Nomor Pokok Mahasiswa : 223516516084

Judul Skripsi : Peran Komunikasi Internasional Antar Pasangan dalam Membangun Generasi Z terhadap Relasi Tidak Sehat (*Toxic Relationship*)

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi ini merupakan hasil karya ilmiah saya sendiri yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Ilmu Komunikasi. Seluruh isi skripsi ini sepenuhnya adalah hasil pemikiran, penelitian, dan penulisan saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengambilan karya orang lain tanpa mencantumkan sumber sesuai dengan kaidah ilmiah yang berlaku.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiasi atau terdapat pelanggaran etika ilmiah, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Nasional.

Demikian pernyataan ini saya buat,

Jakarta, 28 Februari 2026

Yang membuat pernyataan

UNIVERSITAS NASIONAL



Rosda Akmal

LEMBAR PENGESAHAN



FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS NASIONAL

PENGESAHAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa	:	Rosda Akmal
Nomor Pokok Mahasiswa	:	223516516084
Program Studi	:	Ilmu Komunikasi
Kekhususan	:	Public Relations
Judul Skripsi	:	PERAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DALAM HUBUNGAN PACARAN TERHADAP KESADARAN GENERASI Z MAHASISWI UNIVERSITAS NASIONAL TENTANG RELASI TIDAK SEHAT (TOXIC RELATIONSHIP)
Diajukan Untuk	:	Memenuhi salah satu dari persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Nasional

Disahkan
Jakarta, 17 Maret 2026

UNIVERSITAS NASIONAL

Dosen Pembimbing	Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
	
Dela Anjelawati, S.I.Kom, MA.	Dr. Aos Yuli Firdaus, S.I.P., M.Si.

UNIVERSITAS NASIONAL

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Rosda Akmal
NPM : 223516516084
Program Studi : Ilmu Komunikasi

Judul Skripsi : Peran Komunikasi Interpersonal dalam Hubungan Pacaran Terhadap Kesadaran Generasi Z Mahasiswi Universitas Nasional Tentang Relasi Tidak Sehat (Toxic Relationship).

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Nasional

DEWAN PENGUJI

Ketua Sidang : Cyntia Dewi Anggraini, S.I.Kom, M.I.Kom

Penguji I : Yudha Pradhana, M.Si.

Pembimbing : Dela Anjelawati, S.Ikom., MA.

Ditetapkan di Jakarta

Tanggal : 16 Maret 2026

ABSTRAK

Fenomena *toxic relationship* semakin banyak dibicarakan di kalangan generasi Z, khususnya dalam hubungan pacaran. Kurangnya kesadaran terhadap tanda-tanda relasi yang tidak sehat sering membuat individu tetap bertahan dalam hubungan yang sarat konflik dan ketegangan komunikasi. Hal ini menunjukkan pentingnya peran komunikasi interpersonal dalam membantu individu memahami dinamika hubungan yang dijalani. Penelitian ini berfokus pada peran komunikasi interpersonal dalam hubungan pacaran terhadap kesadaran generasi Z, khususnya mahasiswi Universitas Nasional, mengenai relasi tidak sehat (*toxic relationship*). Tujuan penelitian ini adalah menganalisis dinamika komunikasi interpersonal dalam hubungan romantis serta bagaimana dinamika tersebut mempengaruhi kesadaran individu terhadap kualitas relasi yang dijalani. Penelitian ini menggunakan pendekatan *Relational Dialectics Theory* yang dikemukakan oleh Baxter dan Montgomery untuk memahami ketegangan dialektika dalam hubungan interpersonal. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus guna menggali pengalaman komunikasi para informan secara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan romantis pada generasi Z diwarnai oleh berbagai ketegangan komunikasi interpersonal, terutama dialektika *autonomy vs connection*, *openness vs closedness*, dan *predictability vs novelty*. Ketegangan tersebut mempengaruhi cara individu mengekspresikan perasaan, menjaga ruang pribadi, serta menyesuaikan pola komunikasi dalam hubungan. Secara keseluruhan, dinamika komunikasi interpersonal berperan dalam membentuk kesadaran individu terhadap pola relasi yang tidak sehat, sehingga kemampuan mengelola komunikasi secara terbuka dan seimbang menjadi faktor penting dalam mencegah berkembangnya *toxic relationship*.

Kata Kunci: Komunikasi Interpersonal, Generasi Z, Hubungan Pacaran, Relasi Dialektika, *Toxic Relationship*.



ABSTRACT

The phenomenon of toxic relationships has increasingly become a topic of discussion among Generation Z, particularly in dating relationships. A lack of awareness of the signs of unhealthy relationships often causes individuals to remain in relationships filled with conflict and communication tension. This condition highlights the importance of interpersonal communication in helping individuals understand the dynamics of the relationships they experience. This study focuses on the role of interpersonal communication in dating relationships and its influence on Generation Z's awareness vs particularly female students at Universitas Nasional, regarding unhealthy relationships (toxic relationships). The objective of this research is to analyze the dynamics of interpersonal communication in romantic relationships and how these dynamics influence individuals' awareness of the quality of the relationships they experience. This research applies the Relational Dialectics Theory proposed by Baxter and Montgomery to understand dialectical tensions in interpersonal relationships. The method used in this study is qualitative with a case study approach, allowing the researcher to explore the communication experiences of the informants in depth. The results show that romantic relationships among Generation Z are characterized by various interpersonal communication tensions, particularly the dialectics of autonomy vs connection, openness vs closedness, and predictability vs novelty. These tensions influence how individuals express their feelings, maintain personal space, and adapt communication patterns within relationships. Overall, interpersonal communication dynamics play a role in shaping individuals' awareness of unhealthy relationship patterns. Therefore, the ability to manage communication openly and in a balanced manner becomes an important factor in preventing the development of toxic relationships.

Keywords: Interpersonal Communication, Generation Z, Dating Relationships, Relational Dialectics, Toxic Relationship

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	11
1.3 Tujuan Penelitian.....	11
1.4 Manfaat Penelitian.....	11
1.5 Sistematika Penulisan.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
2.1 Penelitian Terdahulu.....	14
2.2 Teori Dialektika Relasional	20
2.2.1 <i>Autonomy versus Connection</i>	21
2.2.2 <i>Openness versus Closedness</i>	21
2.2.3 <i>Predictability versus Novelty</i>	22
2.3 Kerangka Konsep.....	22
2.3.1 Teori Komunikasi Interpersonal	22
2.3.1 Gen-Z.....	25
2.3.2 Berpacaran.....	28
2.3.3 Hubungan Tidak Sehat	34
2.3.4 Kesadaran dalam Hubungan Interpersonal.....	37
2.3.5 Peran Komunikasi Interpersonal	41
2.3 Kerangka Pemikiran.....	44

BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	48
3.1 Paradigma Penelitian	48
3.2 Pendekatan Penelitian	49
3.3 Metode Penelitian	50
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	51
3.5 Informan penelitian.....	54
3.6 Teknik Pengelolaan dan Analisis Data	55
3.7 Teknik Keabsahan Data	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	59
4.1 Gambaran Umum Universitas Nasional	59
4.1.1 Deskripsi Setting Penelitian	59
4.1.2 Profil Informan Peneliti.....	60
4.2 Reduksi Data Hasil Penelitian	64
4.2.1 Dinamika Komunikasi Interpersonal dalam Relasi Pacaran Generasi Z	64
4.2.2 Peran Komunikasi Interpersonal dalam Membangun Kesadaran terhadap <i>Toxic Relationship</i>	81
4.3 Hasil Pembahasan	96
4.3.1 Analisis Dialektika Relasi dalam Hubungan Pasangan Gen Z	96
4.3.2 Peran Komunikasi Interpersonal dalam Membangun Kesadaran terhadap <i>Toxic Relationship</i>	100
4.4 Konfigurasi Hasil.....	103
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	104
5.1 Kesimpulan	104
5.2 Saran	105
DAFTAR PUSTAKA.....	107
LAMPIRAN.....	111

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Penelitian Terdahulu	14
Tabel 2 Tabel Klasifikasi Informan Penelitian	55



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Jenis KBGtP Ranah Personal Tahun 2024.....	3
Gambar 1.2 bentuk KDP Berdasarkan Data Komnas Perempuan Tahun 2024.....	4
Gambar 1.3 Proporsi Perempuan Mengalami Kekerasan	4
Gambar 1.4 Data Kasus Kekerasan di Kota Administrasi DKI Jakarta.....	7
Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	47
Gambar 4.1 Konfigurasi Hasil Penelitian	103



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara Informan.....	112
Lampiran 2 Transkrip Wawancara I	114
Lampiran 3 Transkrip Wawancara II	119
Lampiran 4 Transkrip Wawancara III.....	126
Lampiran 5 Transkrip Wawancara IV.....	131
Lampiran 6 Transkrip Wawancara V	137
Lampiran 7 Dokumentasi Proses Wawancara.....	142
Lampiran 8 Konsultasi Bimbingan Tugas Akhir	145
Lampiran 9 Hasil Turnitin.....	146
Lampiran 10 Surat Keterangan Pendamping Ijazah (SKPI)	147
Lampiran 11 Surat Penugasan Pembimbing Skripsi.....	148
Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup.....	149

