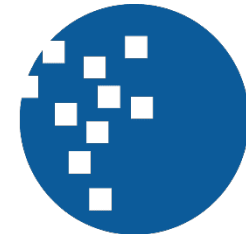


**ANALISIS PROSES *SELF-DISCLOSURE ALPHA FEMALE*
UNTUK MENDAPATKAN DUKUNGAN SOSIAL SAAT
KELUAR DARI *TOXIC RELATIONSHIP***



UMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

SKRIPSI

Yemima Willona Aristo

00000056237

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA
TANGERANG
2025**

**ANALISIS PROSES *SELF-DISCLOSURE ALPHA FEMALE*
UNTUK MENDAPATKAN DUKUNGAN SOSIAL SAAT
KELUAR DARI *TOXIC RELATIONSHIP***



Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh

Gelar Sarjana Ilmu Komunikasi

Yemima Willona Aristo

00000056237

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA
TANGERANG**

2025

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Dengan ini saya,

Nama : Yemima Willona Aristo

Nomor Induk Mahasiswa : 00000056237

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Jenjang : S1

Skripsi dengan judul:

ANALISIS PROSES *SELF-DISCLOSURE* ALPHA FEMALE UNTUK MENDAPATKAN DUKUNGAN SOSIAL SAAT KELUAR DARI *TOXIC RELATIONSHIP*

merupakan hasil karya saya sendiri bukan plagiat dari laporan karya tulis ilmiah yang ditulis oleh orang lain, dan semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk, telah saya nyatakan dengan benar serta dicantumkan di Daftar Pustaka.

Jika di kemudian hari terbukti ditemukan kecurangan/penyimpangan, baik dalam pelaksanaan magang maupun dalam penulisan laporan karya tulis, saya bersedia menerima konsekuensi dinyatakan TIDAK LULUS untuk Tugas Akhir yang telah saya tempuh.

Tangerang, 23 Juni 2025



Yemima Willona Aristo

HALAMAN PENGESAHAN

ANALISIS PROSES *SELF-DISCLOSURE ALPHA FEMALE* UNTUK MENDAPATKAN DUKUNGAN SOSIAL SAAT KELUAR DARI *TOXIC RELATIONSHIP*

Oleh

Nama : Yemima Willona Aristo

NIM : 00000056237

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Fakultas : Ilmu Komunikasi

Telah diajukan pada hari Senin, 14 Juli 2025

Pukul 10.00 s.d 11.30 dan dinyatakan

LULUS

Dengan susunan penguji sebagai berikut

Ketua Sidang

Penguji

Cendera Rizky Anugrah Bangun, M.Si.

NIDN 0304078404

Pembimbing

Nicky Stephani, S.Sos., M.Si

NIDN 0405099105

Intan Primadini, S.Sos., M.Si

NIDN 0326098501

Ketua Program Studi

Cendera Rizky Anugrah Bangun, M.Si.

NIDN 0304078404

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yemima Willona Aristo

NIM : 00000056237

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Jenjang : S1

Judul Karya Ilmiah : Analisis Proses Self-Disclosure *Alpha*
Female untuk Mendapatkan Dukungan
Sosial saat Keluar dari Toxic Relationship

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya bersedia* (**pilih salah satu**):

- ☒ Saya bersedia memberikan izin sepenuhnya kepada Universitas Multimedia Nusantara untuk mempublikasikan hasil karya ilmiah saya ke dalam repositori Knowledge Center sehingga dapat diakses oleh Sivitas Akademika UMN/Publik. Saya menyatakan bahwa karya ilmiah yang saya buat tidak mengandung data yang bersifat konfidensial.
- ☐ Saya tidak bersedia mempublikasikan hasil karya ilmiah ini ke dalam repositori Knowledge Center, dikarenakan: dalam proses pengajuan publikasi ke jurnal/konferensi nasional/internasional (dibuktikan dengan *letter of acceptance*) **.
- ☐ Lainnya, pilih salah satu:
 - ☐ Hanya dapat diakses secara internal Universitas Multimedia Nusantara
 - ☐ Embargo publikasi karya ilmiah dalam kurun waktu 3 tahun.

Tangerang, 23 Juni 2025



(Yemima Willona Aristo)

* Pilih salah satu

** Jika tidak bisa membuktikan LoA jurnal/HKI, saya bersedia mengizinkan penuh karya ilmiah saya untuk dipublikasikan ke KC UMN dan menjadi hak institusi UMN.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih penyertaan, dan hikmat-Nya yang melimpah sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Analisis Proses *Self-Disclosure Alpha Female* Untuk Mendapatkan Dukungan Sosial Saat Keluar Dari *Toxic Relationship***” Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi Strata 1 (S1) di Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Multimedia Nusantara. Dengan penuh rasa syukur, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Ir. Andrey Andoko, M.Sc., selaku Rektor Universitas Multimedia Nusantara.
2. Bapak Dr. Rismi Juliadi, S.T., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Multimedia Nusantara.
3. Ibu Cendera Rizky Anugrah Bangun, M.Si., selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas Multimedia Nusantara.
4. Ibu Intan Primadini, S.Sos., M.Si., selaku Pembimbing yang telah menjadi inspirasi dari penelitian ini, membimbing secara kritis, dan mengajarkan cara pandang yang sangat kritis selama pembuatan skripsi.
5. Bapak/ Ibu Penguji yang telah membantu menyempurnakan tugas akhir ini.
6. Alm Papa, Mama dan Koko, serta teman-teman “Anak Kost” yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Semoga hasil skripsi ini dapat berguna sebagai sumber informasi dan pembelajaran bagi para pembaca khususnya bagi mahasiswa Universitas Multimedia Nusantara yang tertarik pada topik yang diangkat.

Tangerang, 23, Juni, 2025



Yemima Willona Aristo

ANALISIS PROSES *SELF-DISCLOSURE ALPHA FEMALE* UNTUK MENDAPATKAN DUKUNGAN SOSIAL SAAT KELUAR DARI *TOXIC RELATIONSHIP*

Yemima Willona A

ABSTRAK

Toxic relationship berdampak signifikan pada perempuan, termasuk mereka yang beridentitas sebagai *alpha female*, yang mandiri, kuat, dan berdaya secara sosial maupun ekonomi. Meski mengalami kekerasan, mereka sering terhambat dalam melakukan *self-disclosure* karena stigma sosial dan tekanan citra diri. Penelitian ini bertujuan memahami proses *self-disclosure alpha female* dalam komunikasi interpersonal guna memperoleh dukungan sosial saat keluar dari hubungan toksik. Menggunakan pendekatan studi kasus dan wawancara mendalam, penelitian ini mengeksplorasi pengalaman mereka dalam berbagi cerita kepada kerabat dekat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan bersifat kompleks dan selektif, dan sangat dipicu tekanan emosional. Faktor yang memengaruhi meliputi budaya, karakteristik pendengar, sensitivitas topik, dan pertimbangan serta atribut personal *alpha female*. Temuan lainnya menunjukkan bahwa pola asuh membentuk keterbukaan, sementara kesamaan pengalaman dengan pendengar menjadi pemicu penting dalam proses pengungkapan. Dukungan sosial informal kerabat berperan krusial dalam pemulihan dengan memberi rasa tenang, validasi, dan keberdayaan, meskipun keputusan keluar tetap diambil secara keyakinan pribadi. Penelitian ini juga menemukan bahwa kerentanan masa lalu, seperti kehilangan figur ayah, tekanan sosial, dan beban emosional, membuat *alpha female* rentan terjebak dalam pernikahan toksik, sedangkan kekerasan pasangan muncul dari interaksi latar belakang disfungsional, konstruksi gender, dan nilai budaya yang menormalisasi ketimpangan kuasa.

Kata kunci: *Alpha female*, dukungan sosial, komunikasi interpersonal, *self-disclosure*, *toxic relationship*

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

ANALYSIS OF *ALPHA FEMALE'S* SELF-DISCLOSURE PROCESS TO GAIN SOCIAL SUPPORT WHEN LEAVING A TOXIC RELATIONSHIP

Yemima Willona A

ABSTRACT

Toxic relationships have a significant impact on women, including those identified as alpha females, that are independent, strong, and empowered both socially and economically. Despite experiencing abuse, they often face barriers to self-disclosure due to social stigma and pressure to maintain a certain self-image. This study aims to understand the self-disclosure process of alpha females in interpersonal communication to obtain social support when leaving a toxic relationship. Using a case study approach and in-depth interviews, this research explores their experiences in sharing personal stories with close relatives. The findings indicate that self-disclosure is complex and selective and often triggered by emotional pressure. Influencing factors include culture, listener characteristics, topic sensitivity, as well as the personal traits and considerations of the alpha female herself. Other findings show that parenting styles shape openness, while shared experiences with the listener play a key role in facilitating disclosure. Informal social support from close relations plays a crucial role in recovery by offering a sense of calm, validation, and empowerment, even though the decision to leave the relationship is ultimately made based on personal conviction. The study also finds that past vulnerabilities, such as the loss of a father figure, social pressure, and emotional burdens, make alpha females more susceptible to toxic marriages, while partner violence stems from the interaction of dysfunctional family backgrounds, gender constructs, and cultural values that normalize power imbalances.

Keywords: *Alpha female, interpersonal communication, self-disclosure, social support, toxic relationship*

U N I V E R S I T A S
M U L T I M E D I A
N U S A N T A R A

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Pertanyaan Penelitian.....	9
1.4 Tujuan Penelitian	9
1.5 Kegunaan Penelitian	10
1.5.1 Kegunaan Akademis	10
1.5.2 Kegunaan Praktis.....	10
1.5.3 Kegunaan Sosial	10
1.5.4 Keterbatasan Penelitian.....	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORITIS	12
2.1 Penelitian Terdahulu	12
2.2 Landasan Teori & Konsep	19
2.2.1 <i>Communication Privacy Management Theory</i>	19
2.2.2 <i>Alpha Female dalam Toxic Relationship</i>	24
2.2.3 <i>Self-disclosure untuk Mendapatkan Social Support</i>	39
2.3 Kerangka Pemikiran.....	45
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	46
3.1 Paradigma Penelitian	46
3.2 Jenis dan Sifat Penelitian.....	47

3.3	Metode Penelitian.....	48
3.4	Partisipan	49
3.5	Teknik Pengumpulan Data.....	51
3.6	Keabsahan Data	51
3.7	Teknik Analisis Data.....	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		55
4.1	Subjek dan Objek Penelitian.....	55
4.1.1.	Subjek Penelitian	55
4.1.2.	Objek Penelitian.....	58
4.2	Hasil Penelitian.....	58
4.2.1.	Faktor Personal dan Lingkungan yang Membentuk Perilaku Pasangan.....	59
4.2.2.	Latar Belakang Emosional dan Sosial dalam Keputusan Menjalinkan Hubungan.....	64
4.2.3.	Pemicu dan Pola Kekerasan dalam Pernikahan	68
4.2.4.	Hambatan dalam Mengungkapkan Kekerasan	74
4.2.5.	Momentum dan Faktor Pendorong Pengungkapan	83
4.2.6.	Bentuk dan Peran Dukungan bagi Korban	91
4.2.7.	Proses Pengambilan Keputusan untuk Bercerai.....	94
4.2.8.	Isi dan Batasan dalam Praktik <i>Self-Disclosure</i>	96
4.3	Pembahasan	102
4.3.1	Kompleksitas Faktor Penyebab Kekerasan Pernikahan dalam Lensa Ekologis.....	102
4.3.2	Faktor yang Memungkinkan Alpha Female Memasuki <i>Toxic Relationship</i>	108
4.3.3	Hambatan dan Pendorong Self Disclosure dalam Upaya Mencari Dukungan Sosial	112
4.3.4	Peran Dukungan Sosial dalam Mendorong Keputusan Keluar dari Hubungan <i>Toxic</i>	119
4.3.5	Strategi Mengelola Isi Keterbukaan dalam Self-Disclosure	122
BAB V.....		128
SIMPULAN DAN SARAN		128
5.1	Simpulan.....	128
5.2	Saran.....	130

5.2.1 Saran Akademis	130
5.2.3 Saran Sosial	131
DAFTAR PUSTAKA	132
LAMPIRAN	145



UMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	19
---	-----------



UMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Factors Related to Violence Against Women	37
Gambar 2.2 Kerangka Pemikiran Penelitian	48



UMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Turnitin	137
Lampiran B Formulir Konsultasi Skripsi	138
Lampiran C Transkrip Wawancara	140
Lampiran D Panduan Pertanyaan Wawancara	448
Lampiran E Curriculum Vitae	451

