

**MEMAHAMI DINAMIKA KOMUNIKASI GEN Z MELALUI
SELF-PRESENTATION PASCA PUTUS CINTA DI
INSTAGRAM**

SKRIPSI SKEMA ARTIKEL JURNAL

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat mencapai derajat Sarjana
Program Studi Ilmu Komunikasi



Disusun oleh

DWI ANGGRAENI RIANITASARI

22.96.3016

Kepada

**FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS AMIKOM YOGYAKARTA
YOGYAKARTA**

2026

**MEMAHAMI DINAMIKA KOMUNIKASI GEN Z MELALUI
SELF-PRESENTATION PASCA PUTUS CINTA DI
INSTAGRAM**

SKRIPSI SKEMA ARTIKEL JURNAL

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat mencapai derajat Sarjana
Program Studi Ilmu Komunikasi



Disusun oleh:

DWI ANGGRAENI RIANITASARI

22.96.3016

Kepada

**FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS AMIKOM YOGYAKARTA
YOGYAKARTA**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI SKEMA ARTIKEL JURNAL

**MEMAHAMI DINAMIKA KOMUNIKASI GEN Z MELALUI
SELF-PRESENTATION PASCA PUTUS CINTA DI INSTAGRAM**

yang disusun dan diajukan oleh

Dwi Anggraeni Rianitasari
22.96.3016

telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi
pada (21 Januari 2026)

Dosen Pembimbing,



Sheila Lestari Giza Pudrianisa, S.I.Kom., M.I.Kom
NIK. 190302437

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI SKEMA ARTIKEL JURNAL

**MEMAHAMI DINAMIKA KOMUNIKASI GEN Z MELALUI
SELF-PRESENTATION PASCA PUTUS CINTA DI INSTAGRAM**

yang disusun dan diajukan oleh

Dwi Anggraeni Rianitasari
22.96.3016

telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji
pada 21 Januari 2026

Nama Penguji

Yulinda Erlistyarini, S.I.Kom., M.Med.Kom
NIK. 190302485

Dr. Junaidi, S.Ag., M.Hum., M.Kom
NIK. 1903002599

**Sheila Lestari Giza Pudrianisa, S.I.Kom.,
M.I.Kom**
NIK. 190302437

Tanda Tangan



Skrripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom)
(21 Januari 2026)

DEKAN FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL



Emha Taufiq Luthfi, S.T., M.Kom., Ph.D
NIK. 190302125

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan dibawah ini,

Nama mahasiswa : Dwi Anggraeni Rianitasari

NIM : 22.96.3016

Menyatakan bahwa Skripsi dengan judul berikut:

Memahami Dinamika Komunikasi Gen Z melalui *Self-Presentation* Pasca Putus Cinta di Instagram

Dosen Pembimbing : Sheila Lestari Giza Pudrianisa, S.I.Kom., M.I.Kom

1. Karya tulis ini adalah benar-benar ASLI dan BELUM PERNAH diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas AMIKOM Yogyakarta maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini merupakan gagasan, rumusan dan penelitian SAYA sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan dari Dosen Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan disebutkan dalam Daftar Pustaka pada karya tulis ini.
4. Perangkat lunak yang digunakan dalam penelitian ini sepenuhnya menjadi tanggung jawab SAYA, bukan tanggung jawab Universitas AMIKOM Yogyakarta.
5. Pernyataan ini SAYA buat dengan sesungguhnya, apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka SAYA bersedia menerima SANKSI AKADEMIK dengan pencabutan gelar yang sudah diperoleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Perguruan Tinggi.

Yogyakarta, 21 Januari 2026

Yang Menyatakan,



Dwi Anggraeni Rianitasari

KATA PENGANTAR

Puji syukur, Alhamdulillah atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya kepada kita semua sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program strata satu (S1) di program studi Ilmu Komunikasi Universitas Amikom Yogyakarta.

Adapun penyusunan skripsi ini digunakan sebagai bukti bahwa penyusun telah melaksanakan dan menyelesaikan penelitian Skripsi. Dalam proses penyusunan laporan ini penyusun mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. M. Suyanto, M.M. (Rektor Universitas Amikom Yogyakarta).
2. Emha Taufiq Luthfi, S.T., M.Kom. (Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Amikom Yogyakarta)
3. Riva Agusta, S.I.P., M.A. (Kaprodi, Universitas Amikom Yogyakarta)
4. Kepada Miss Sheila Lestari Giza Pudrianisa, M.I.Kom (Dosen Pembimbing Skripsi) yang telah berkenan mencurahkan waktu, motivasi, memberikan saran, nasihat, serta selalu mengingatkan, dan selalu bertanya kabar terkait skripsi yang membuat penulis terpacu sehingga penulis dapat menuntaskan penelitian skripsi ini lebih cepat dari yang penulis kira. Terima kasih atas candaan dan perhatian yang selalu Miss Giza berikan kepada penulis, tidak bisa terutarakan bagaimana rasa bersyukur nya menjadi anak bimbing Miss Giza. *Love u miss!*
5. Kepada Kak Laura yang hadirnya bisa penulis katakan secara tiba-tiba, tapi jasa nya sangat berpengaruh bagi penulis. Terima kasih karena sudah menjadi kakak baru bagi penulis yang siap sedia membantu dalam menyelesaikan skripsinya, terima kasih sudah mau membimbing penulis dan teman penulis dari awal hingga akhir penulisan skripsi, terima kasih sudah mau berbagi cerita, canda, dan tawa dengan penulis, kalau bukan karna bantuan dari kak

Laura mungkin sampai saat ini penulis masih belum bisa menyempurnakan skripsinya.

6. Separuh nyawaku yang tercinta, Mama Rita yang memiliki nama selisih satu huruf dengan penulis. Terima kasih atas segala kasih sayang, dukungan, serta pengorbanan yang tiada pernah henti diberikan kepada penulis. Mama bukan hanya menjadi orang tua bagi penulis, tetapi juga hadir seperti sahabat yang sangat mengerti dan memahami kondisi penulis selama penulis berada pada masa sulit. Perjuangan yang selama ini mama lakukan untuk penulis akhirnya terbayarkan juga, seribu kali jatuh dan seribu kali kebangkitan mama sudah penulis saksikan seumur hidup penulis. Jika bukan karena adanya mama, mungkin penulis tidak pernah dan sanggup berada di titik ini. *"Pasti doa mu yang lancarkan upayaku, mesti doa yang meluncur dari bibirmu, dan yang kutahu kau takkan pernah berhenti, tumbuhku kini semoga sesuai yang kau impi."* Terima kasih karena sudah menjadi alasan penulis bertahan sampai saat ini ma, *I love u so much.*
7. Kepada yang tersayang, Ayah Ardam. Terima kasih sudah hadir dan selalu berjuang untuk kehidupan terbaik penulis, yang tiada hentinya memanjatkan doa, memberikan kasih sayang, perhatian, serta dukungan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi hingga akhir untuk mendapatkan gelar Sarjana Ilmu Komunikasi. Terima kasih ayah, gadil kecil ini sekarang sudah tumbuh besar dan siap melanjutkan mimpi yang lebih tinggi lagi.
8. Untuk abang nandez, saudara kandung laki-laki penulis, terima kasih karena sudah menguatkan dan memberikan semangat kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi nya.
9. Teruntuk Zalfa Amanda Putri., S.I.Kom selaku sahabat penulis. Tidak ada kata yang bisa penulis katakan untuk menggambarkan kisah pertemanan kita berdua, perjuangan yang kita awali bersama akhirnya dapat kita tuntaskan bersama juga dengan gelar S.I.Kom ini. Tidak pernah terbayangkan oleh penulis jika tidak bertemu dengan zalfa, mungkin hidup penulis akan kosong dan kurang bahagia. Terima kasih sudah hadir menjadi sahabat yang selalu

menemani penulis berproses selama berada di bangku perkuliahan, proses pendewasaan penulis tidak akan pernah maju tanpa adanya zalfa. Penulis berharap semoga pertemanan ini juga tidak akan berhenti sampai disini saja dan akan berlanjut sampai kapan pun. Terima kasih sudah selalu mendukung, menghibur, mendengarkan keluh kesah, serta menyaksikan setiap tangisan penulis. Entah berapa ratus kali kata maaf dan terima kasih yang sudah kita berdua utarakan demi menjaga pertemanan ini. Terima kasih karena sudah mau berjalan bersama untuk menyelesaikan skripsi, tidak ada kata bersaing dan kata iri, hanya ada kata *"kita selesai in ini bareng-bareng ya."* Satu kalimat yang sederhana, tapi tidak semua orang bisa menepatinya. *Once again*, terima kasih banyak ya zalfa sayangku cintaku, *just so u know, I'm very proud to have a friend like u!*

10. Ucapan terima kasih sebesar-besarnya untuk sahabat terbaik penulis, **Giofani Putri Utami** atau yang biasa penulis panggil dengan sebutan **Gege**, karena sudah selalu hadir di masa sulit dan masa senang penulis, bukan lagi hadir hanya sebagai teman, tetapi sudah seperti kakak bagi penulis. Hampir 16 tahun lamanya kita lewati bersama, banyak suka dan duka yang hadir dalam pertemanan kita. Terima kasih karena sudah membersamai penulis ketika penulis berada di titik terendah yang penuh dengan segala keluh kesah dan tangisan. Doa yang penulis panjatkan, semoga kita bisa selalu berjalan beriringan terus menerus dengan kebahagiaan. *Big love for u Gege*, aku tunggu sarjana mu di 2027 ya!
11. Untuk Muhammad **Ridho Kurniawan** atau yang biasa penulis panggil dengan panggilan **"Idho."** Salah satu teman penulis yang selalu *"gas"* ketika ada panggilan konser. Terima kasih Idho karena sudah membersamai penulis dalam melewati hari-hari nya dan memberikan kewarasan setiap tahun nya. Banyak suka dan duka yang sudah kita lalui, entah penulis harus mengucapkan kata terima kasih berapa kali lagi, tapi mari kita rayakan dan lanjutkan pertemanan kita dengan konser-konser selanjutnya.

12. Teruntuk sahabat-sahabat penulis sejak bangku Sekolah Menengan Pertama, Aini, Yopin, dan Manda, terima kasih karena sudah selalu hadir untuk penulis di sela-sela kesibukan kalian. Terima kasih atas pertemanan yang tetap bertahan sampai saat ini. Terima kasih juga atas segala usaha dan doa yang tetap kalian layangkan kepada penulis meskipun jarang bertemu. Setelahnya, mari kita lanjutkan perjalanan kita lagi setelah ini!
13. Kepada rekan seperjuangan penulis, khususnya para sahabat-sahabat terbaik penulis Sri Wahyu Rejeki, Vidah Ayu Melati, Muhammad Arrasit, Himawan Wisnu, Ryan Keane, Aurelius Feliz, Muhammad Hilam, Brian Giovani, dan Anggita Nada. Terima kasih atas karena sudah kebersamaan penulis dari semester 1, terima kasih atas segala bentuk perhatian, dukungan, semangat, motivasi, canda tawa, dan tangis air mata yang kita lalui bersama-sama dalam menempuh pendidikan di bangku perkuliahan ini.
14. Kepada Masa Kopi, salah satu tempat yang tidak pernah bosan penulis kunjungi dari awal semester hingga saat ini, dengan pesanan "Caramel Macchiato" yang tidak pernah penulis ubah dari pertama kali menginjakkan kaki di Masa Kopi hingga saat ini, perubahan tempat yang penulis ikuti setiap prosesnya, barista-barista Masa Kopi yang menjadi akrab dengan penulis, hingga bapak tukang parkir yang akhirnya hafal dengan kendaraan penulis, terima kasih banyak. Terima kasih sudah menjadi saksi bisu perjalanan penulis menyelesaikan perkuliahan.
15. Lagu-lagu Baskara Putra (Hindia, Lomba Sihir dan Feast) yang telah menemani penulis disaat mengerjakan skripsi dan senantiasa memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

"Semua jatuh bangun mu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia." (Baskara Putra - Hindia)

16. Perunggu 33x dengan lirik *"Melamban bukanlah hal yang tabu, kadang itu yang kau butuh, bersandar hibahkan bebanmu, tak perlu kau berhenti kurasi, ini hanya sementara bukan ujung dari rencana"* yang selalu penulis dengarkan saat mengerjakan skripsi. Terima kasih karena berkat lirik-lirikmu yang membuat penulis merasa tidak tertinggal dan tetap berproses mengerjakan skripsi sampai akhir.

17. *Last but not least, I wanna thank me. I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, I wanna thank me for always being a giver and trying give more than I receive, I wanna thank me for trying to do more right than wrong, I wanna thank me for just being me at all times.*

Yogyakarta, 19 Januari 2026

Penulis

DAFTAR ISI

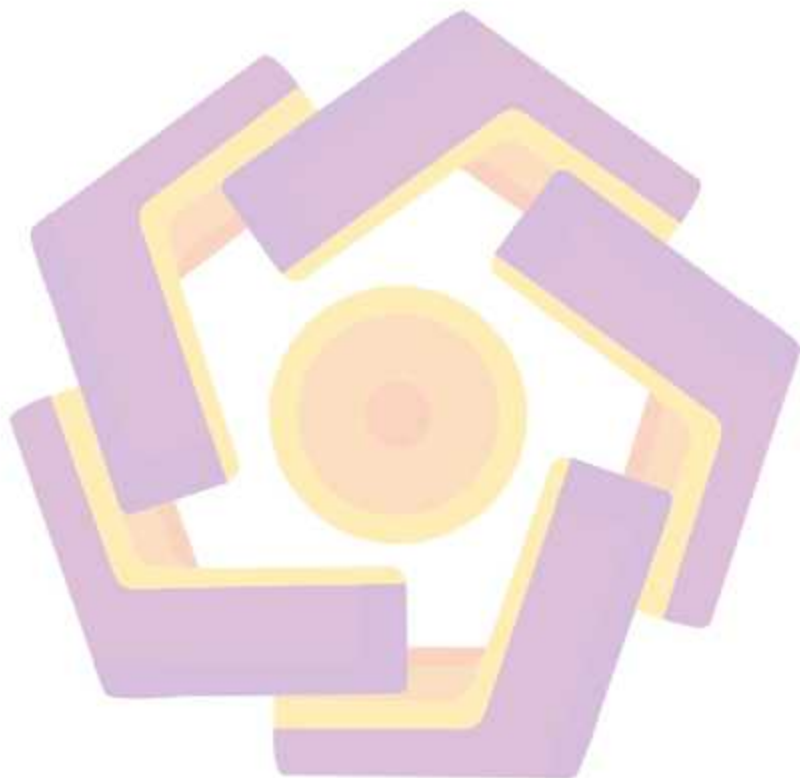
HALAMAN JUDUL	2
HALAMAN PERSETUJUAN.....	I
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	III
KATA PENGANTAR.....	IV
DAFTAR ISI.....	IX
DAFTAR TABEL.....	XII
DAFTAR GAMBAR.....	XIII
DAFTAR LAMPIRAN	XIV
INTISARI.....	XV
ABSTRACT	XVI
BAB I PENDAHULUAN.....	I
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Praktis	9
1.4.2 Manfaat Akademis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Penelitian Sebelumnya	10
2.2 Landasan Teori/Konsep.....	13
2.3 <i>Self-Presentation</i>	13
2.3.1 <i>Ingratiation</i> (Menarik Simpati)	14
2.3.2 <i>Intimidation</i> (Menunjukkan Kekuatan Diri)	14
2.3.3 <i>Self-Promotion</i> (Menonjolkan Kemampuan).....	15
2.3.4 <i>Exemplification</i> (Menunjukkan Kebajikan).....	15
2.3.5 <i>Supplication</i> (Menunjukkan Kerentanan Diri)	15
2.4 Dimensi <i>Self-presentation</i>	16
2.4.1 Real Self (Diri Nyata).....	16
2.4.2 Ideal Self (Diri Ideal).....	16
2.4.3 False Self (Diri yang Palsu).....	16
2.5 Konsep Dinamika Komunikasi	17
2.5.1 Pengalaman Hidup.....	17

2.5.2 Interaksi Sosial.....	17
2.5.3 Kondisi Lingkungan	18
2.6 Putus Cinta.....	18
2.7 Instagram sebagai Media Sosial.....	19
2.7.1 <i>Following</i> dan <i>Followers</i>	20
2.7.2 Postingan Foto dan Video, Feed, serta Profil	20
2.7.3 <i>Instagram Stories</i> (<i>InstaStory</i>).....	20
2.7.4 <i>Archive</i> dan <i>Highlight</i>	20
2.7.5 <i>Close Friends</i>	21
2.7.6 <i>Direct Message</i> (DM).....	21
2.7.7 <i>Reels</i>	21
2.7.8 <i>Instagram Live</i> (<i>IG Live</i>)	21
2.8 Kerangka Konsep.....	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	23
3.1 Paradigma Penelitian	23
3.2 Metode Penelitian	23
3.3 Objek dan Subjek Penelitian.....	24
3.3.1 Objek Penelitian.....	24
3.3.2 Subjek Penelitian	24
3.4 Sumber Data	26
3.4.1 Sumber Data Primer.....	26
3.4.2 Sumber Data Sekunder	26
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	27
3.5.1 Observasi (<i>observation</i>).....	27
3.5.2 Wawancara (<i>interview</i>)	27
3.5.3 Dokumentasi (<i>documentation</i>).....	28
3.6 Teknik Analisis Data	29
3.6.1 Reduksi Data.....	29
3.6.2 Penyajian Data	29
3.6.3 Penarikan Kesimpulan	30
3.7 Teknik Validitas Data	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	31
4.1 Deskripsi Objek Penelitian	31
4.1.1 Gambaran Umum Informan Penelitian.....	31
4.1.2 Gambaran Umum Objek Penelitian	33
4.2 Temuan Penelitian.....	33
4.2.1 Fitur Instagram Gen Z Pasca Putus Cinta.....	34
4.2.2 Dinamika Komunikasi Pasca Putus Cinta	47
4.2.3 Strategi <i>Self-Presentation</i> Pasca Putus Cinta oleh Gen Z.....	56
4.2.4 Dimensi <i>Self-Presentation</i> Pasca Putus Cinta oleh Gen Z	63

4.3 Pembahasan	69
4.3.1 Pemanfaatan Fitur Instagram yang digunakan Gen Z Pasca Putus Cinta	69
4.3.2 Dinamika Komunikasi Pasca Putus Cinta Gen Z	72
4.3.3 <i>Self-Presentation</i> sebagai Strategi Pasca Putus Cinta Gen Z	74
4.3.4 Dinamika Komunikasi Gen Z melalui <i>Self-Presentation</i> Pasca Putus Cinta di Instagram.....	77
BAB V PENUTUP.....	81
5.1 Kesimpulan	81
5.2 Saran.....	82
5.2.1 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	82
5.2.2 Bagi Pengembangan Penelitian tentang <i>Self-Presentation</i> di Media Sosial.....	82
DAFTAR PUSTAKA.....	83
LAMPIRAN.....	88
BUKTI PUBLIKASI JURNAL	89
DAFTAR PERTANYAAN WAWANCARA	90
TRANSKRIP WAWANCARA	97
DOKUMENTASI WAWANCARA NARASUMBER.....	148

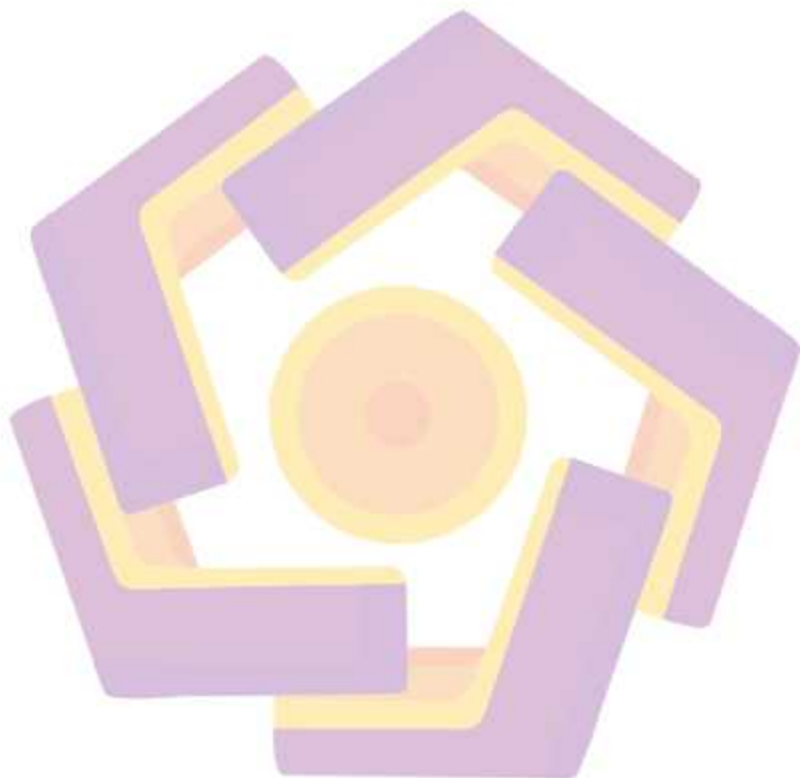
DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Penelitian Sebelumnya (Sumber: Olahan Penulis, 2025)	11
Tabel 2.1 Detail Informan (Sumber: Olahan Penulis, 2025)	25



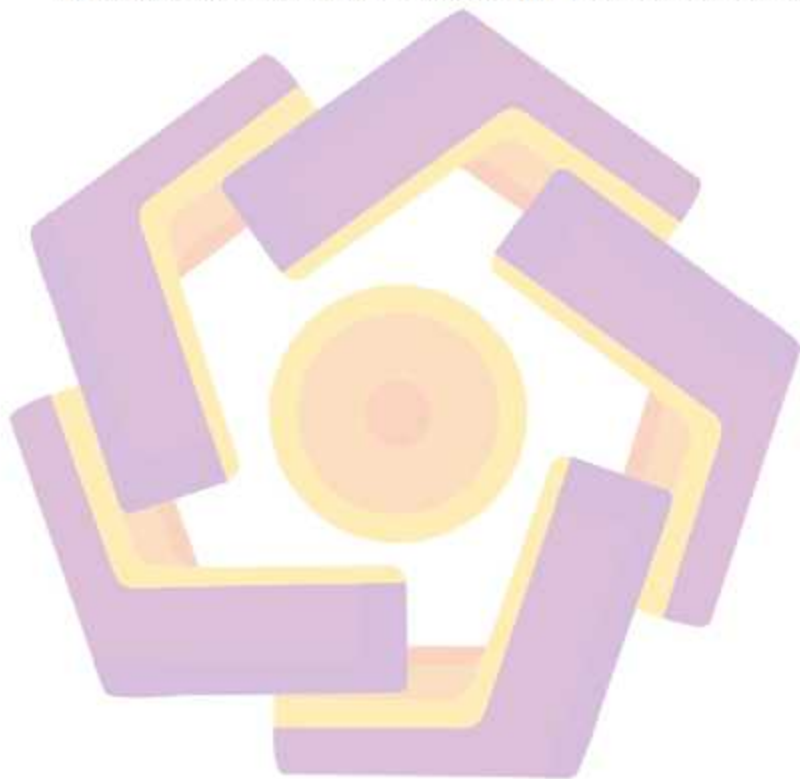
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Data Media Sosial Favorit Gen Z dan Milenial di Indonesia (Sumber: Databok.katadata.co.id)..... 5



DAFTAR LAMPIRAN

BUKTI PUBLIKASI JURNAL.....	89
DAFTAR PERTANYAAN WAWANCARA.....	90
TRANSKIP WAWANCARA.....	97
DOKUMENTASI WAWANCARA NARASUMBER.....	148



INTISARI

Putus cinta merupakan pengalaman emosional yang mempengaruhi dinamika komunikasi dan ekspresi diri, terutama pada Gen Z yang dekat dengan media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika komunikasi dan strategi *self-presentation* pasca putus cinta pada Gen Z di Instagram karena fase setelah putus cinta memunculkan masalah komunikasi yang kompleks, seperti kebutuhan untuk menata ulang identitas diri, mengelola emosi, mengatur audiens, serta memanfaatkan berbagai fitur Instagram untuk menyampaikan pesan secara tidak langsung sebagai proses yang belum banyak dipahami secara mendalam terutama terkait bagaimana setiap fitur Instagram membentuk cara Gen Z mengekspresikan perubahan emosional pasca putus cinta. Penelitian ini menggunakan teori dinamika komunikasi untuk melihat bagaimana pengalaman emosional, interaksi sosial, dan kondisi lingkungan membentuk perubahan komunikasi, serta teori *self-presentation* untuk menganalisis strategi pengelolaan citra diri pasca putus cinta. Kualitatif deskriptif digunakan sebagai metode dengan paradigma konstruktivisme karena penelitian ini menekankan makna subjektif yang dibangun informan melalui pengalaman personalnya. Data diperoleh melalui observasi digital dan wawancara mendalam terhadap lima informan Gen Z yang aktif menggunakan Instagram setelah putus cinta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Instagram digunakan sebagai sarana stabilisasi diri dan pemulihan identitas digital melalui perubahan cara berpikir, pengaturan batas komunikasi, serta pengelolaan ekspresi emosional. Strategi *self-presentation* yang dominan adalah *ingratiation* dan *supplication* untuk menampilkan citra kuat sekaligus meluapkan emosi secara aman. Kombinasi dinamika komunikasi dan *self-presentation* tersebut memperlihatkan bahwa Instagram berfungsi sebagai ruang pemulihan emosional, negosiasi identitas, dan pengelolaan citra diri bagi Gen Z pasca putus cinta.

Kata Kunci: *Self-Presentation*, Dinamika Komunikasi, Pasca Putus Cinta, Gen Z, Instagram

ABSTRACT

Breakups are emotional experiences that influence communication dynamics and self-expression, especially among Gen Z who are deeply connected to social media. This study aims to understand the communication dynamics and self-presentation strategies of Gen Z on Instagram after a breakup because the post-breakup phase generates complex communication challenges, such as the need to reconstruct self-identity, regulate emotions, manage audiences, and utilize various Instagram features to convey messages indirectly a process that has not been widely examined, particularly regarding how each feature shapes Gen Z's emotional expression after a breakup. This research employs Communication Dynamics Theory to examine how emotional experiences, social interactions, and environmental conditions shape changes in communication, and Self-Presentation Theory to analyze the strategies used to manage self-image post-breakup. A descriptive qualitative method with a constructivist paradigm was used because this study emphasizes the subjective meanings constructed by informants through their personal experiences. Data were collected through digital observation and in-depth interviews with five Gen Z Instagram users who had recently experienced a breakup. The findings show that Instagram is used as a medium for emotional stabilization and digital identity recovery through shifts in thinking patterns, boundary management, and emotional expression. The dominant self-presentation strategies are ingratiation and supplication, which are used to project strength while expressing emotions safely. The combination of communication dynamics and self-presentation demonstrates that Instagram functions as a space for emotional healing, identity negotiation, and self-image management for Gen Z after a breakup.

Keywords: Self-Presentation, Communication Dynamics, Post-Breakup, Gen Z, Instagram