

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Penelitian

Fenomena *insecure* menjadi hal yang sering terjadi dikalangan remaja akhir saat ini. Hal ini dikarenakan remaja akhir sering merasa diberikan harapan yang terlalu tinggi, tekanan yang besar, dan keraguan akan kemampuan diri. Emosi yang muncul pada masa remaja akhir ini dapat menimbulkan dan memperparah perasaan tidak percaya diri dan berdampak buruk pada kehidupan (Jihaniq et al., 2022). Kurangnya rasa percaya diri ini biasanya ditimbulkan dari buruknya komunikasi dalam keluarga. Seperti contohnya saat orang tua mengucapkan perkataan kasar, suka membentak, dan terlalu banyak memberikan batasan pada anak. Hal ini dapat berdampak pada lemah nya mental anak serta dapat mempengaruhi kepercayaan diri seorang anak hingga usia remaja akhir, sehingga akan menimbulkan perasaan *insecure* atau rendah diri (Fabiani & Hetty, 2020). Perilaku yang dilakukan oleh orangtua ini tentu sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang sang anak, terutama saat ia menginjak usia remaja akhir.

Menurut (Juliawati, 2022) masa remaja adalah masa saat individu berusaha mencari identitas diri (jati diri), perubahan yang terjadi pada remaja tidak hanya sekedar perubahan fisik saja, tetapi juga berdampak pada perubahan secara emosional dan pola perilaku mereka. Pada masa ini emosi remaja cenderung masih labil sehingga perlunya dukungan keluarga terutama orangtua sebagai pendengar yang baik agar anak dapat mengekspresikan perasaan dan apa yang mereka pikirkan tanpa takut ditolak. Karena peran orangtua dapat berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan sosial, emosional, dan mental remaja akhir. Tidak memiliki ruang diskusi dapat berpengaruh pada kesalahan remaja akhir dalam mengambil keputusan sehingga dapat membuat remaja akhir menjadi depresi yang merupakan dampak negatif dari *insecure* (Anastasia, 2020). Hal ini didukung oleh Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada 2018 yang menyebutkan bahwa 6,1% penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas menderita depresi, namun hanya 9% diantaranya yang menjalani pengobatan atau perawatan medis.

Dari perasaan depresi ini remaja akhir akan rentan berpikir untuk melakukan hal-hal yang dapat merugikan dirinya dan lingkungannya, bahkan menyakiti dirinya sendiri yaitu salah satunya bunuh diri. Hal tersebut didukung dengan salah satu artikel media berita daring Kompas.com yang berjudul “20 Persen Mahasiswa di Bandung Berpikir Serius untuk Bunuh Diri...” yang diunggah oleh Reni Susanti pada 12 Oktober 2019 (diakses pada 11 Mei 2023) (dalam Reni, 2019) Teddy Hidayat selaku Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia mendapati hasil survei pada mahasiswa (kurang lebih usia 19-21 tahun) perguruan tinggi di Kota Bandung menyatakan bahwa 30,5% mahasiswa mengalami depresi, 20% berpikir serius untuk mengakhiri hidup, dan 6% telah melakukan perbuatan mencelakai diri. Hasil ini disebabkan oleh berbagai macam faktor salah satunya yaitu keluarga. Dimana orang tua terlalu mengkritik anak, maka anak cenderung depresi, dan memiliki konsep diri negatif. Sehingga anak tidak mampu mengolah emosinya dan *insecure* dalam menjalani kehidupannya.

Hal ini didukung oleh artikel media berita yang mengatakan bahwa pentingnya peran keluarga untuk mengurangi resiko bunuh diri pada remaja akhir. Dilansir dari artikel media berita NusaBali.com yang berjudul “Remaja Rentan Bunuh Diri, Dukungan Keluarga Jadi Sandaran” (diakses pada 5 Maret 2023) Menurut Cok Bagus Jaya Lesmana selaku Akademisi kedokteran jiwa Universitas Udayana bahwa hubungan orangtua dan remaja akhir memang tidak berjalan secara sederhana, hal ini mencakup beberapa dimensi, yang meliputi dukungan emosional, pemantauan, pengawasan, konflik, dan privasi. Melihat faktor penyebab remaja akhir memilih tindakan bunuh diri karena kurangnya apresiasi dan ruang komunikasi di antara orangtua dan anak, sehingga memperparah kemungkinan remaja akhir tersebut mengakhiri hidupnya.

Dari kedua artikel berita tersebut dapat dilihat bahwa, masa remaja adalah periode penting dalam perubahan biologis dan psikososial, yang juga akan berdampak signifikan pada hubungan orangtua dengan remaja akhir. Pengasuhan yang terlalu otoriter secara tidak langsung akan mempengaruhi perkembangan perilaku remaja akhir, dampak yang terjadi ialah pembentukan watak dimana merasa tertekan, kurang berterus terang dan emosi yang tidak stabil sehingga terjadi komunikasi yang tidak efektif antara remaja akhir dan orang tua (Ningsih, 2019). Oleh karena itu, peneliti melihat adanya kondisi serius dimana remaja akhir merasa tidak nyaman dalam berkomunikasi dengan orangtua mereka, hal ini sebagai bentuk

buruknya komunikasi keluarga sehingga remaja akhir memiliki perasaan *insecure* atau rendah diri.

Sedangkan berdasarkan hasil pra riset di lapangan, seorang informan perempuan berusia 21 tahun yang sudah masuk pada kategori remaja akhir yang mana menurut pendapat Hurlock (2004) bahwa rentang usia remaja akhir adalah 19-21 tahun. Dia tidak memiliki kuasa atas keinginannya. Hal tersebut membentuk ia menjadi individu yang selalu ragu-ragu dalam mengambil keputusan meski dalam hal berskala kecil serta selalu *overthinking* karena terbayang akan kegagalan. Sedangkan informan lainnya remaja akhir laki-laki yang juga berusia 21 tahun merasa tidak pernah diapresiasi saat berkomunikasi dengan orang tua nya. Hal tersebut membentuk ia menjadi pribadi yang sulit untuk membangun komunikasi dengan orang lain.



**Gambar 1.1 Fenomena Insecure Media Sosial**

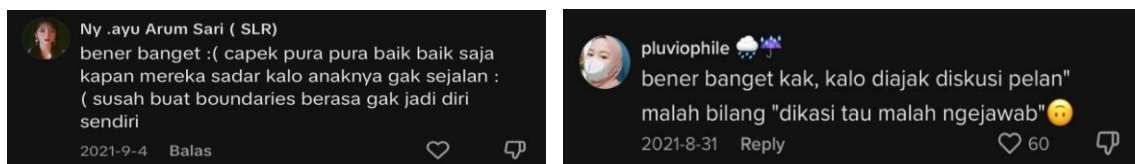
**Sumber: Twitter**

Selain dari pra riset di lapangan, peneliti juga melihat fenomena *insecure* tersebut di media sosial salah satunya terlihat pada gambar 1.2 yang menceritakan pengalaman pribadinya di media sosial Twitter. Seperti pada cuitan Twitter dengan *username* @wleowleowleoo pada *base* @tanyakanrl, ia mengatakan bahwa meski sudah berusia kepala dua, ia masih tidak bisa membuat keputusan sendiri, takut mencoba hal baru, dan mudah *overthinking*. Hal ini membuat ia menjadi pribadi yang *insecure*. Akun dengan *username* @almnaltf juga turut memberikan tanggapan atas cuitan tersebut, ia mengatakan bahwa ia adalah pribadi yang tidak mandiri karena tidak memiliki kebebasan sejak kecil. Karena sepanjang hidupnya keputusan yang diambil selalu didominasi oleh orang tua nya.

Namun selain mencurahkan perasaan mereka lewat media sosial, remaja akhir lainnya juga memilih untuk membagikan perasaan mereka lewat bantuan ahli seperti psikolog. Dilansir dari

artikel laman berita daring Liputan6.com yang berjudul “Banyak Remaja Datang ke Psikolog, Untuk Apa?” yang diunggah oleh Benedikta Desideria pada 28 November 2015 (diakses pada 29 Desember 2022) (dalam Benedikta, 2015) bahwa faktanya saat ini banyak remaja akhir yang berani datang langsung ke psikolog tanpa ditemani oleh orang tua atau keluarga. Hal ini dikarenakan faktor utama permasalahan yang mereka hadapi adalah mengenai keluarga. Fenomena ini menjawab secara langsung bahwa seberapa besar dampak dari komunikasi keluarga dalam membangun kepribadian remaja akhir.

Dalam perspektif komunikasi keluarga, komunikasi dalam keluarga haruslah dibangun secara baik oleh setiap anggota keluarga, baik dari orang tua maupun anak. Komunikasi keluarga yang baik, dapat dilihat dari aktivitas komunikasi yang sering dilakukan keduanya, adanya keterbukaan dalam berinteraksi satu dengan yang lain, seperti adanya ruang diskusi untuk mendiskusikan berbagai hal, adanya sikap saling menghargai pendapat masing-masing, serta orang tua tidak berusaha mengontrol dan memaksakan kehendak pada anak (Littlejohn dan Foss, 2009: 384).



**Gambar 1.2 Fenomena *Insecure* Media Sosial**

**Sumber: Tiktok**

Fenomena tersebut juga terjadi di media sosial lainnya, berdasarkan gambar 1.3 dapat dikatakan bahwa komunikasi yang terjalin antara orangtua dan remaja akhir cenderung berjalan tidak linear. Hal ini membuat perasaan yang dirasakan remaja akhir terus terpendam serta membuat ia berusaha menjadi orang lain agar diterima oleh orangtuanya. Contoh lainnya dari gambar 1.3 dikatakan bahwa remaja akhir memilih enggan menyampaikan pendapat atas hal yang tidak ia sukai karena saat menyampaikan pendapat cenderung tidak didengar dan diapresiasi. Akibatnya, remaja akhir tersebut menjadi tidak percaya diri atau *insecure* dalam menyampaikan pendapat.

Menurut Abraham Maslow (1942) Psikolog asal Amerika, dalam bukunya yang berjudul “*The Dynamics of Psychological Security*” *insecure* adalah suatu keadaan dimana seseorang

merasa tidak aman dan melihat dunia sebagai hutan yang menakutkan dan percaya bahwa kebanyakan manusia jahat dan egois. Orang yang bergumul dengan rasa tidak aman sering kali merasa kesepian dan ditolak, gugup, murung, sedih, bersalah, tidak aman, dan egois. Sehingga mereka akan melakukan beberapa upaya untuk mendapatkan kembali rasa aman tersebut. Sedangkan menurut Melanie Greenberg selaku Psikolog klinis dalam *Psychology Today* mengatakan bahwa terdapat tiga faktor yang menyebabkan seseorang mengalami *insecure*, yaitu: kegagalan atau penolakan, adanya kecemasan sosial, dan dorongan perfeksionisme.

Maka berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti menyimpulkan bahwa *insecure* adalah perasaan tidak aman dan takut yang membuat seseorang menjadi tidak percaya diri. Hal ini sering dirasakan oleh remaja akhir karena mereka sedang berusaha mencari jati dirinya. Remaja mulai mengungkapkan keberadaan mereka pada tahap mencari identitas. Berdasarkan fenomena yang telah dijabarkan diatas penyebab remaja akhir mengalami *insecure* disebabkan karena faktor keluarga, seperti adanya komunikasi yang kurang positif di keluarga. Dimana remaja akhir merasa jarang diapresiasi, lebih banyak didikte, dan tidak diberikan kesempatan untuk mengambil keputusan, sehingga merasa tidak punya kendali dalam hidupnya. Serta pengalaman-pengalaman buruk yaitu pernah merasa gagal, merasa tidak dihargai atau direndahkan sehingga akhirnya mereka merasa tidak ada prestasi yang dapat dibanggakan dan tidak punya kelebihan.

(Hurlock, 2011) membagi pertumbuhan remaja menjadi tiga tahap: masa remaja awal, yang terjadi antara usia 12-15 tahun; remaja pertengahan, yang terjadi antara usia 15-18 tahun; dan remaja akhir, yang terjadi antara usia 19-21 tahun. Pada usia ini individu dipandang mantap dan sadar akan arah dan tujuan hidupnya. Mengingat individu telah belajar pada usia tersebut mengenai banyak hal sehingga membentuk suatu pendirian baru dengan pola yang jelas dan pemikiran yang lebih matang. Pada fase ini tentu tidak hanya perubahan fisik yang dirasakan oleh seorang remaja tetapi juga perubahan dari segi emosional dan segi perilaku. Oleh sebab itu munculah pemikiran bahwa masa remaja merupakan masa dimana saat individu sedang mencari jati diri mereka.

Fenomena *insecure* pada remaja akhir telah diteliti oleh penelitian terdahulu. Penelitian oleh Sabil & Rosa (2022) Menurut wawancara yang dilakukan dengan Dr. Amalia, seorang Psikolog klinis di Rumah Sakit Boromeus di Bandung, hampir 80% remaja berusia antara 17-21 tahun mencari bantuan untuk untuk rasa tidak percaya diri yang berlebihan. Akibatnya,

mereka menderita kecemasan berlebihan dan tidak mampu mengelola sendiri. Remaja antara usia 17-21 dianggap memasuki tahap usia lanjut, di mana mereka menunjukkan ambisi yang kuat, dan vitalitas. Namun, banyak remaja akhir yang kesulitan mengekspresikan emosinya akibatnya, banyak remaja akhir memilih untuk menyembunyikan perasaan mereka dan melepaskan kesempatan untuk mewujudkan potensi yang mereka miliki. Penelitian ini menyoroti pentingnya memahami dan mengatasi masalah rasa *insecure* pada remaja akhir, sehingga mereka dapat mengembangkan potensi mereka secara optimal. Bantuan dari psikolog atau profesional kesehatan mental dapat membantu remaja akhir mengatasi masalah ini dan membantu mereka membangun rasa percaya diri yang lebih sehat. Selain itu, penting bagi masyarakat dan lingkungan sekitar remaja akhir untuk menciptakan dukungan yang positif dan memberikan ruang untuk ekspresi emosi yang sehat, sehingga remaja akhir dapat tumbuh dan berkembang dengan baik dalam aspek psikologis dan sosial Sabil & Rosa (2022).

Berdasarkan fenomena yang sudah dijelaskan sebelumnya, maka peneliti berusaha mengisi *research gap* dengan melakukan penelitian untuk mempelajari lebih lanjut terkait pemaknaan *insecure* pada remaja akhir dalam keluarga. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengungkapkan “Komunikasi Keluarga Dalam Pemaknaan *Insecure* Pada Diri Remaja Akhir”.

## **1.2 Fokus Penelitian**

Adapun fokus penelitian berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka peneliti akan melakukan penelitian kualitatif yang berfokus pada komunikasi keluarga dalam pemaknaan *insecure* pada diri remaja akhir.

## **1.3 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian yang telah diuraikan, pertanyaan penelitian yang ingin dicapai adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana komunikasi keluarga dalam pemaknaan *insecure* pada diri remaja akhir?

## 1.4 Tujuan Penelitian

Menurut fokus penelitian dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui komunikasi keluarga dalam pemaknaan *insecure* pada diri remaja akhir.

## 1.5 Manfaat Penelitian

### 1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Dari hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat terkait penambahan wawasan dan pengetahuan yang lebih mendalam di dalam cakupan ilmu komunikasi terkait komunikasi keluarga dalam pemaknaan *insecure* pada diri remaja akhir.
2. Menjadi sumber referensi atau rujukan untuk penelitian selanjutnya dengan tema dan pendekatan yang sama.

### 1.5.2 Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi pengetahuan dan acuan bagi penulis sendiri, serta dapat menginspirasi dan memberikan manfaat seperti saran yang membangun bagi peneliti selanjutnya maupun masyarakat luas terhadap komunikasi keluarga dalam pemaknaan *insecure* pada diri remaja akhir.

## 1.6 Waktu dan Lokasi Penelitian

### 1.6.1 Waktu Penelitian

Waktu penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

**Tabel 1.1 Waktu dan Periode Penelitian**

NO	JENIS KEGIATAN	2022		2023							
		Nov	Des	Jan	Feb	Mar	April	Mei	Jun	Juli	Agus
1	Menentukan topik penelitian	■									
2	Pra penelitian dan observasi		■								
3	Penyusunan proposal penelitian		■	■							
4	Seminar proposal				■						
5	Pengumpulan data penelitian					■	■				

6	Pengelohan dan analisis data											
7	Sidang akhir											

*Sumber : Olahan Peneliti, 2023*

### **1.6.2 Lokasi Penelitian**

Penelitian ini berlangsung di Kota Bandung, Jawa Barat. Hal ini dikarenakan informan yang memenuhi persyaratan penelitian, yaitu remaja akhir dan orang tua yang berdomisili di Kota Bandung.