

**ANALISIS EFEKTIVITAS KOMUNIKASI ORANG TUA PEKERJA
DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL ANAK DI KOTA
MAKASSAR**

Disusun dan diajukan oleh

ST. HAJAR MAGFIRAH

E022202003



**PROGRAM PASCASARJANA ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2022**

TESIS

**ANALISIS EFEKTIVITAS KOMUNIKASI ORANG TUA
PEKERJA DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL ANAK
DI KOTA MAKASSAR**

Disusun dan diajukan oleh

ST HAJAR MAGFIRAH

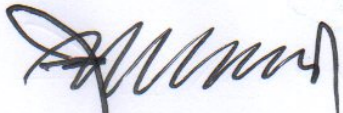
E022202003


Telah dipertahankan di hadapan Panitia Ujian yang dibentuk dalam
rangka Penyelesaian Studi Program Magister Program Ilmu Komunikasi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Hasanuddin
pada tanggal **2 Februari 2023**
dan dinyatakan telah memenuhi syarat kelulusan

Menyetujui

Pembimbing Utama,


Pembimbing Pendamping,


Prof. Dr. A. Alimuddin Unde, M.Si.
NIP. 19620118187021001


Dr. Jeanny Maria Fatimah, M.Si
NIP. 195910041987022001

Dekan Fakultas
Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Ketua Program Studi
Ilmu Komunikasi,


Dr. Phil. Sukri, SIP., M.Si.
NIP. 197508182008011008


Dr. H. Muhammad Farid, M.Si.
NIP. 196107161987021001



PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : St Hajar Magfirah
NIM : E022202003
Program studi : Ilmu Komunikasi
Jenjang : S2

Menyatakan dengan ini bahwa karya tulissan saya berjudul:

ANALISIS EFEKTIVITAS KOMUNIKASI ORANG TUA PEKERJA DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL ANAK DI KOTA MAKASSAR

adalah karya tulisan saya sendiri dan bukan merupakan pengambilalihan tulisan orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan tesis ini hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Makassar, 2 Februari 2023.

Yang menyatakan



St Hajar Magfirah

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirahim Alhamdulillahirabbilalamin rasa syukur dan pujian tiada henti kepada Allah SWT atas nikmat berfikir, nikmat Islam dan kesehatan yang diberikan kepada kita semua. Sejatinya karya ini merupakan tugas akhir dari proses akademik dalam menuntaskan pendidikan Magister Ilmu Komunikasi di Universitas Hasanuddin. Saya ingin menuturkan rasa terima kasih atas kesempatan dalam meraih dialog-dialog berharga sepanjang proses penyelesaian perkuliahan. Ucapan terima kasih yang paling terdalam saya berikan kepada kedua orang tua saya, Muchtar Pasaray dan Nur Aeni Kasim, melalui tangan dan didikan merekalah sehingga saya masih sanggup berdiri tegap menghadapi problematika intelektual di dunia kampus. Selain itu tidak lupa saya haturkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Prof. Dr. Andi Alimuddin Unde, M.Si, selaku pembimbing yang telah banyak mencurahkan waktu dan pikiran dalam penyelesaian tesis ini serta wejangan-wejangan yang sangat bernilai.
2. Dr. Jeanny Maria Fatimah, M.Si, selaku pembimbing yang telah banyak mencurahkan waktu dan pikiran dalam penyelesaian tesis ini serta wejangan-wejangan yang sangat bernilai.
3. Dr. H. M. Iqbal Sultan, M.Si, sebagai penguji juga telah memberikan masukan dan kritikan yang bermanfaat demi kesempurnaan penelitian ini.

4. Dr. Arianto, S.Sos., M.Si, sebagai penguji yang telah memberikan saran dan kritikan demi kesempurnaan penelitian ini.
5. Dr. H. Muhammad Farid, M.Si. Selaku penguji dan Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi Pasca Sarjana Universitas Hasanuddin yang telah memberi masukan dan kritikan yang bermanfaat demi kesempurnaan penelitian ini.
6. Para informan yang telah meluangkan waktunya demi kelancaran penelitian ini.
7. Dan yang terakhir kepada suami yang telah menemani, mensupport dan membantu segala keperluan penelitian ini, juga sebagai pembimbing 3 yang selalu bisa diajak untuk berdiskusi.

Saya sangat menyadari kekurangan dalam penelitian tesis ini. Karena itu kritik dan saran selalu terbuka untuk didialogkan sehingga dari dialog-dialog itu akan memperkaya khasanah pemikiran kita semua.

Terakhir semoga Allah SWT selalu memberikan kebahagiaan bagi kita semua.

Makassar, Februari 2023

ST HAJAR MAGFIRAH

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Peneliti	10
2. Manfaat Teoritis	10
3. Manfaat Praktis	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Konsep	11
1. Komunikasi Efektif	11
2. Komunikasi Keluarga	22
3. Kesehatan Mental	34
B. Kajian Teori	44

1. Teori Hubungan Manusia	44
C. Penelitian Terdahulu	52
D. Kerangka Pemikiran	57

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	58
B. Pengelolaan Peran Sebagai Peneliti	59
C. Lokasi Penelitian	59
D. Sumber Data	60
E. Penentuan Informan	61
F. Teknik Pengumpulan Data	62
G. Teknik Analisis Data	63
H. Pengecekan Validitas Temuan	65
I. Jadwal Kegiatan Penelitian	67

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Gambaran Umum	68
B. Hasil Penelitian	72
1. Efektivitas Komunikasi Orang Tua Pekerja	77
2. Pola Komunikasi Orang Tua Pekerja	91
3. Hambatan Komunikasi Orang Tua Pekerja	103
C. Pembahasan Penelitian	110

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	143
B. Saran	146

DAFTAR PUSTAKA	143
LAMPIRAN	149

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1: Jendela Johari.....	58
Gambar 2.2: Kerangka Pemikiran.....	64
Gambar 3.1: Analisis Data Miles Huberman	64

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1: Jumlah Informan Penelitian	63
Tabel 3.2: Jadwal Kegiatan Penelitian	68
Tabel 4.1: Matriks hasil penelitian efektivitas komunikasi orang tua pekerja dalam menjaga kesehatan mental anak di Kota Makassar	87
Tabel 4.2: Matriks hasil penelitian pola komunikasi orang tua pekerja dalam menjaga kesehatan mental anak di Kota Makassar	100
Tabel 4.3: Matriks hasil penelitian hambatan komunikasi orang tua pekerja dalam menjaga kesehatan mental anak di Kota Makassar	108

ABSTRAK

ST HAJAR MAGFIRAH. *Analisis Efektivitas Komunikasi Orang Tua Pekerja dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak di Kota Makassar* (dibimbing oleh A. Alimuddin Unde dan Jeanny Maria Fatimah).

Penelitian ini bertujuan menganalisis komunikasi orang tua pekerja dalam menjaga kesehatan mental anak di Kota Makassar. Fokus penelitian ini terbagi menjadi tiga permasalahan, yakni (1) efektivitas komunikasi orang tua; (2) pola komunikasi orang tua; dan (3) hambatan komunikasi orang tua. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk menggali informasi yang mendalam terkait komunikasi orang tua dengan anak mereka. Peneliti mewawancarai lima informan yang telah memenuhi kriteria. Kriteria pemilihan informan didasarkan pada jumlah jam kerja di atas 42 jam per minggu; mempunyai anak dengan rentang umur 5-18 tahun; mempunyai anak dengan karakteristik menunjukkan gejala tidak sehat mental sesuai dengan *strengths and difficulties questionnaire* (SDQ); dan mempunyai anak yang berdomisili di Kota Makassar. Semua informan berjenis kelamin perempuan dan bekerja sebagai pegawai pemerintah, pedagang, pegawai bank, dan pegawai swasta. Wawancara dilakukan menggunakan wawancara semiterstruktur. Penelitian ini menggunakan analisis tematik dalam menganalisis jawaban informan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para orang tua telah melakukan beberapa aspek dalam efektivitas komunikasi, yaitu keterbukaan, sikap empati, dan sikap positif. Akan tetapi, orang tua tidak memiliki sikap mendukung dan sikap kesetaraan. Dengan begitu, komunikasi tidak berjalan dua arah dan sering terjadi miskomunikasi. Pola komunikasi yang digunakan orang tua pekerja dalam penelitian ini hanya berpola komunikasi otoriter dan berpola komunikasi membebaskan. Hambatan komunikasi yang terjadi antara orang tua dan anak, yakni hambatan psikologis, hambatan sosiologis, dan juga hambatan semantik.

Kata kunci: efektivitas komunikasi, pola komunikasi, hambatan komunikasi, kesehatan mental anak



ABSTRACT

ST. HAJAR MAGFIRAH. *An Analysis on the Effectiveness of Working Parents' Communication in Maintaining Their Children's Mental Health in Makassar City* (supervised by A. Alimuddin Unde and Jeanny Maria Fatimah)

This study aims to analyze the communication of working parents in maintaining their children's mental health in Makassar City. The focus of this research is divided into three problems, namely (1) the effectiveness of parents' communication, (2) the patterns of parents' communication, and (3) the barriers to parents' communication. This study used qualitative method to reveal the information related to communication between parents and their children. The researcher interviewed five informants who met the criteria. The criteria for selecting informants were based on the number of working hours, i. e. over 42 hours per week, having children aged 5-18 years, having children with characteristics showing symptoms of mental illness according to the SDQ (Strengths and Difficulties Questionnaire), and having children living in the City Macassar. All five informants are women and work as government employees, traders, bank employees, and private employees. Interviews were conducted using semi-structured interviews. This study used thematic analysis in analyzing the informants' answers. The study results show that parents have carried out several aspects of the effectiveness of communication such as openness, empathy, and a positive attitude. However, parents do not have a supportive attitude and an attitude of equality. That is way, communication only goes one way, so miscommunication often occurs. The patterns of communication used by working parents in this study are only authoritarian communication pattern and liberating communication pattern. Communication barriers that occur between parents and children are psychological barriers, sociological barriers, and also semantic barriers.

Keywords: communication effectiveness, communication patterns, communication barriers, children's mental health



BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Kesehatan fisik merupakan hal yang sangat penting untuk dijaga, begitupun kesehatan mental pada diri yang tak kalah pentingnya. Mental yang sehat pada diri seseorang akan lebih memaksimalkan seluruh kerjanya diberbagai aspek kehidupan, sebab ia tak memiliki gangguan pada jiwa yang bisa membuatnya kesulitan dalam keberlangsungan kehidupannya. Selain itu, kesehatan mental yang dimiliki seseorang akan membantunya lebih tenang juga bijak dalam menghadapi seluruh permasalahan-permasalahan pada dirinya, karena baik fisik maupun mentalnya mampu berfungsi secara normal dalam melakukan aktivitas sehari-harinya. World Health Organization (WHO) memandang bahwa kesehatan mental sendiri adalah sebuah kondisi kesejahteraan yang secara sadar dilakukan oleh individu, maksudnya ialah dengan kesadaran diri, individu mampu mengolah stress atau gangguan-gangguan lainnya yang sering terjadi dalam kehidupan, untuk tidak mengalami kondisi keputusasaan, sehingga dalam menjalani aktivitas kehidupannya ia tetap produktif dan bisa menjadi pribadi yang ikut berperan dalam lingkungannya.

Literasi kesehatan mental ini pertama kali dicetuskan oleh Jorm pada tahun 1997. Pengetahuan dan pemahaman akan penyakit kejiwaan diyakini dapat membantu dalam mendeteksi, manajemen, serta pencegahan dari penyakit-penyakit kejiwaan tersebut (Jorm, 2000). Jorm (2012) kemudian

menyempurnakan definisi literasi kesehatan mental dengan memasukkan pengetahuan untuk mencegah gangguan mental, memantau perkembangan gejala gangguan mental, pertolongan mandiri yang efektif untuk gejala gangguan mental ringan hingga moderat serta pemberian pertolongan pertama yang tepat pada orang lain yang mengalami gangguan mental. Meski demikian, Jorm (2012) juga menjelaskan bahwa literasi kesehatan mental tidak mendapatkan perhatian yang sama dengan literasi kesehatan fisik. Penelitian tentang upaya intervensi serta memperbaiki kurangnya literasi kesehatan mental pada masyarakat juga tergolong jarang dan tidak terevaluasi dengan baik (Kelly et al., 2007). Ini berdampak pada kurangnya literasi kesehatan mental masyarakat baik remaja maupun dewasa. Hal ini menyebabkan terhambatnya proses deteksi gejala awal dan aksi penanganan yang tepat pada gangguan kesehatan mental (Kelly et al., 2007). Ini menunjukkan bahwa masih dibutuhkannya upaya-upaya lebih lanjut untuk meningkatkan literasi kesehatan mental.

Berdasarkan data dari WHO (WHO. 2017) saat ini lebih dari 450 juta penduduk dunia hidup dengan gangguan jiwa, dan Indonesia menjadi negara dengan jumlah pengidap gangguan jiwa tertinggi di Asia Tenggara. Survei Global Health Exchange tahun 2017 menunjukkan, ada 27,3 juta orang di Indonesia yang mengalami masalah kejiwaan. Di Makassar sendiri didapati dari hasil survey awal di RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2018 jumlah pasien yang dirawat sebanyak 13.292 orang mengalami gangguan kejiwaan. Sedangkan pasien rawat inap yang

mengalami gangguan kejiwaan di RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2018 menurut kelompok umur yaitu dari kategori umur 1-4 tahun sebanyak 1 orang, kategori umur 5-14 tahun sebanyak 23 orang, kategori umur 15-24 tahun sebanyak 496 orang, kategori umur 25-44 tahun sebanyak 1.346 orang, kategori umur 45-64 tahun sebanyak 430 orang dan kategori umur 65 tahun keatas sebanyak 48 orang. (Bagian Rekam Medik & Informasi RSKD, 2018). Data tersebut adalah pasien dengan gangguan jiwa yang dirawat inap di RSKD Dadi.

Kasus bunuh diri mahasiswa di Yogyakarta beberapa bulan lalu menjelang Hari Kesehatan Mental Sedunia pada 10 Oktober juga menambah urgensi penanganan masalah kesehatan mental di antara anak muda Indonesia. Menurut riset, berbagai potensi kondisi psikologis dan gangguan mental pada manusia memang mulai menunjukkan gejalanya pada usia kritis remaja atau dewasa muda. Dengan populasi kelompok usia 10-19 tahun yang mencapai 44,5 juta jiwa, Indonesia harus mulai melakukan investasi di bidang kesehatan mental remaja.

Sementara itu Yayasan Indonesia Mengabdi (YIM) telah melaksanakan program yang disebut DKMP atau Dukungan Kesehatan Mental dan Psikososial untuk anak-anak sekolah dasar. Program ini telah diujicobakan di 70 sekolah yang terdiri dari 35 SD di Makassar dan 35 SD di Kabupaten Bone. Hasil survei awal cukup mencengangkan, dimana salah satu indikatornya adalah masalah emosi. Di Makassar, 2.389 siswa termasuk dalam tiga level kategori. Level satu atau normal dimana

kondisinya baik-baik saja, level dua atau border line atau di ambang batas dimana kondisi ini butuh diwaspadai dan level tiga atau abnormal yakni kondisi yang membutuhkan dampingan profesional. Sebanyak 27% anak di Makassar berada pada kategori abnormal. Jumlah ini cukup signifikan dimana guru-guru dan orang tua awalnya mengatakan bahwa anaknya baik-baik saja tapi datanya menunjukkan hal yang berbeda. Kebanyakan orang tua baru menganggap masalah jika anak-anak tersebut mulai menyakiti diri mereka atau hal-hal lain yang bisa diamati atau diobservasi (Bakti News, <https://baktinews.bakti.or.id/>).

Permasalahan tentang gangguan kesehatan mental ini sangat kompleks. Dilihat dari permasalahannya membuat kita menyimpulkan bahwa peran keluarga dalam pencegahan gangguan kesehatan mental ini sangat penting, dikarenakan keluarga merupakan pusat kegiatan dari setiap individu. Keluarga merupakan hubungan yang paling dekat bagi setiap individu, maka dari itu keluarga perlu untuk mempelajari dan memahami tentang tanda- tanda awal munculnya gangguan mental pada anggota keluarga (Anggelica. Siahaan. 2021:3). Dengan pemahaman ini, maka keluarga dapat mendeteksi dengan cepat atau sejak dini. Namun bukan hanya itu saja, keluarga juga berperan untuk saling membantu, menjaga dan saling memperhatikan kesehatan mental antar anggota keluarga, terlebih khusus kesehatan mental pada sang anak.

Setiap kali membicarakan tentang kesehatan mental anak, pokok pembahasan tentunya tidak lepas dari peran keluarga, sebab keluarga

merupakan lingkungan pertama yang dikenal anak dan sangat berperan penting bagi perkembangan mental anak. Melalui keluarga, anak akan belajar menanggapi orang lain, mengenal dirinya, sekaligus belajar mengelola emosinya. Pengelolaan emosi ini menjadi bagian terpenting dalam menjaga kesehatan mental anak, dan dalam hal ini sangat tergantung dari pola komunikasi yang diterapkan dalam keluarga, terutama sikap orang tua dalam mendidik dan mengasuh anaknya, karena orang tua menjadi basis nilai bagi anak. Menurut Yuli (2010) nilai-nilai yang ditanamkan orang tua akan lebih banyak dicerna dan dianut oleh anak, dengan kata lain perlakuan setiap keluarga terutama orang tua akan “direkam” oleh anak dan mempengaruhi perkembangan emosi yang lambat laun akan membentuk kepribadiannya.

Hampir setiap orang tua berfikir harus memberikan yang terbaik untuk anak-anaknya. Namun, apa yang terbaik menurut satu orang belum tentu dianggap baik bagi orang lain dalam membesarkan anak. Tiap-tiap orang memiliki gaya atau pola tersendiri dalam melakukan tugasnya sebagai orang tua (Susilowati, 2011). Kenyataan yang terjadi pada masa sekarang adalah berkurangnya perhatian orang tua terhadap anaknya karena keduanya sama-sama bekerja. Hal tersebut mengakibatkan terbatasnya interaksi orang tua dengan anaknya (Saraswati, 2008). Berbagai alasan yang muncul ketika kedua orang tua harus bekerja diluar rumah terutama di perkotaan antara lain karena alasan ekonomi, karir, pendidikan dan lain sebagainya. Penelitian Multhifah (Ananda, 2013)

menyebutkan bahwa Di perkotaan hanya 2% ibu yang bekerja dikarenakan untuk mengisi waktu luang dan 98% bekerja dikarenakan alasan ekonomi yaitu untuk menambah penghasilan keluarga.

Anak membutuhkan bimbingan orang tua karena dapat menjadi modal dalam menjalani kehidupan di masa depan. Beberapa negara di 54 negara berkategori maju, sekitar 50% anak usia 3-5 tahun menunjukkan gejala gangguan perilaku anti sosial. Fenomena gangguan perkembangan sosial juga terjadi pada 5-7% anak di Kanada dan Selandia Baru. Sedangkan pada negara berkembang seperti di Indonesia, permasalahan perkembangan sosial bagi anak usia dini ini juga memiliki risiko yang cukup tinggi karena kesadaran untuk mengatasi hal tersebut masih kurang (Rohmalina dkk., 2019).

Banyak orang tua yang tidak memperhatikan perkembangan anak-anaknya. Orang tua sibuk dengan aktivitasnya, terlebih pada orang tua yang bekerja sepanjang hari, tidak punya waktu untuk keluarga. Sedangkan anak sibuk dengan teman dan permainannya. Oleh karena itu, banyak keluarga yang tidak saling berkomunikasi antara satu sama lain, dan orang tua tidak mengetahui perkembangan anak-anaknya dan masalah apa yang dihadapi anak. Cenderung anak-anak yang tidak diperhatikan orang tuanya dan berkembang dengan lingkungan keluarga yang tidak harmonis memiliki pribadi yang tidak baik.

Komunikasi secara intens antara orang tua dan anak tentu saja sangat membantu perkembangan dan pembinaan fisik maupun mental

anak. Pribadi manusia itu mudah atau dapat dipengaruhi oleh sesuatu, karena itu ada usaha mendidik pribadi, membentuk pribadi, membentuk watak atau mendidik watak anak (Hasnani. 2020:1). Artinya adalah orang tua berusaha untuk memperbaiki kehidupan anak yang nampak kurang baik, sehingga menjadi baik. Misalnya anak yang semula malas, dapat diubah menjadi rajin, anak yang semula senang mengganggu orang lain, dididik agar tidak lagi berbuat demikian dan tutur bahasa yang digunakan anak dalam lingkungan juga harus dididik dengan baik karena itu akan mencerminkan pribadi anak tersebut.

Dalam keluarga memiliki beberapa bentuk pola komunikasi. Menurut Syaiful Bahri Djamarah. Pola komunikasi yang terjadi dalam keluarga dengan model Stimulus dan respon dimana dalam komunikasi terjadi suatu proses “aksireaksi” yang ucapan-ucapan dan isyarat-isyarat akan merangsang seseorang untuk memberikan respon dengan cara tertentu. Ketika orang tua menyampaikan sesuatu kepada anak maka anak akan menanggapi secara positif tentang apa yang diperintah oleh orang tua, pola komunikasi lain yang sering terjadi dalam keluarga berupa model komunikasi Interaksional bahwa dalam komunikasi antara sipemberi dan sipenerima pesan sama-sama aktif dan kreatif dalam menyampaikan pesan (Djamarah. 2004:38). Dalam keluarga perlunya membangun komunikasi timbal balik antara semua anggota keluarga yang artinya komunikasi bukan saja dimulai dari orang tua kepada kepada anak, tetapi juga dimulai dari anak kepada orang tua (Mulyana. 2001:40).

Pentingnya komunikasi dalam keluarga antar orang tua dan anak juga dikatakan oleh Direktur Center for Public Mental Health (CPMH) Fakultas Psikologi Universitas Gadjah mada (UGM), Dr. Diana Setiyawati M.HSc., Psy., mengatakan bahwa keluarga memiliki peranan penting dalam proses pembentukan kesehatan mental anak. pola komunikasi dan interaksi yang dijalankan dalam keluarga memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan dan pembentukan kesehatan mental anak. Pola orang tua dalam menghadapi dan menyelesaikan persoalan diturunkan pada anak melalui modelling, juga cara-cara keluarga dalam mengekspresikan dan mengomunikasikan sesuatu bisa membentuk kesehatan atau justru kesakitan mental anak.

Dari banyaknya kasus gangguan jiwa yang terjadi di Kota Makassar, banyak pula orang tua tidak menyadari bahwa anaknya sedang tidak sehat mental, sedangkan orang tua sibuk dengan pekerjaannya sehari-hari yang tidak memenuhi standar jam kerja yang berlaku di Indonesia. Maka dari itu, penulis tertarik untuk meneliti “Analisis Efektivitas Komunikasi Orang Tua Pekerja dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak di Kota Makassar”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang diuraikan pada pendahuluan diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dari penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana efektivitas komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak di Kota Makassar?
2. Bagaimana pola komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak di Kota Makassar?
3. Bagaimana hambatan komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak di Kota Makassar?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari uraian rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini yaitu :

1. Menganalisis efektivitas komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak di Kota Makassar.
2. Menganalisis pola komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak di Kota Makassar.
3. Menganalisis hambatan komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak di Kota Makassar.

D. Manfaat Penelitian

Harapan dari setiap penelitian adalah penelitian tersebut memiliki manfaat yang tertuang dalam manfaat teoritis dan manfaat praktis. Begitupun dalam penelitian ini memiliki manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti

Menambah penyetahun peneliti terkait pola komunikasi orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak berdasarkan data yang dianalisis, observasi lapangan, studi literatur, serta rancangan sistem penelitian yang dibuat.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi akademis secara langsung bagi para pembaca, khususnya bagi prodi Ilmu Komunikasi dalam mengetahui pola komunikasi yang terjadi antara orangtua dan anak dalam menjaga kesehatan mental. dan dapat memberikan masukan yang membangun mengenai pola komunikasi tersebut.

3. Manfaat Praktis

Sebagai acuan para orang tua terutama orang tua yang bekerja sebagai pekerja negeri sipil dalam menjaga kesehatan mental anak dan peneliti berharap bahwa penelitian ini mampu memberikan informasi mengenai pola komunikasi yang baik digunakan untuk menjaga kesehatan mental anak.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Konsep

1. Komunikasi

a. Komunikasi Efektif

Komunikasi adalah bentuk interaksi manusia yang saling mempengaruhi satu sama lain, baik sengaja maupun tidak sengaja. Tidak terbatas pada bentuk komunikasi menggunakan bahasa verbal, tetapi juga dalam hal ekspresi muka, lukisan, seni, dan teknologi (Cangara. 2016: 21). Namun, tidak semua orang mampu melakukan komunikasi dengan baik. Terkadang ada orang yang mampu menyampaikan semua informasi secara lisan tetapi tidak secara tulisan ataupun sebaliknya. Komunikasi efektif terjadi apabila pesan yang diberitahukan komunikator dapat diterima dengan baik atau sama oleh komunikan, sehingga tidak terjadi salah persepsi.

Berkomunikasi efektif berarti bahwa komunikator dan komunikan sama-sama memiliki pengertian yang sama tentang suatu pesan. Oleh karena itu, dalam bahasa asing orang menyebutnya *the communication is in tune*, yaitu kedua belah pihak yang berkomunikasi sama-sama mengerti apa pesan yang disampaikan. Menurut Stewart L. Tubbs dan Sylvania Moss dalam (Rakhmat, 1993: 13) komunikasi yang efektif ditandai dengan adanya pengertian, dapat menimbulkan kesenangan, mempengaruhi sikap, meningkatkan hubungan sosial yang baik, dan pada akhirnya menimbulkan suatu.

Dengan demikian dari pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa komunikasi efektif adalah saling bertukar informasi, ide, perasaan dan sikap antara dua orang atau kelompok yang hasilnya sesuai harapan dan dapat menghasilkan perubahan sikap pada orang yang terlibat komunikasi. Agar komunikasi bias berlangsung efektif, factor-faktor yang mempengaruhinya Menurut Scoot M Cultip dan Allen dalam bukunya *Effective Public Relations*, faktor-faktor tersebut disebut dengan *The Seven Communication*, yaitu *credibility, context, content, clarity, continuity and consistency, capability of audience*, dan *channels of distribution*.

Wilbur Schramm (Effendi, 2017:19) melihat pesan sebagai tanda esensial yang harus dikenal komunikan. Semakin tumpang tindih bidang pangalaman (*field of experience*) komunikator dengan bidang pengalaman komunikan, akan semakin efektif pesan yang dikomunikasikan. Dalam teori komunikasi dikenal dengan istilah *empathy*, yang berarti kemampuan memproyeksikan diri kepada peranan orang lain. Jadi meskipun antara komunikator dan komunikan terdapat perbedaan dalam kedudukan, jenis pekerjaan, agama, suku, bangsa, tingkat pendidikan, ideologi, dan lain-lain, jika komunikator bersikap empatik, komunikasi tidak akan gagal (Effendi, 2017:19).

Menurut Stewart L. Tubbs dan Sylvia Moss dalam Riswandi (2013:10), komunikasi yang efektif menimbulkan 5 (lima) hal berikut:

1) Pengertian

Pengertian artinya penerimaan yang cermat dari isi stimuli seperti yang dimaksud oleh komunikator. Seringkali pertengkaran atau konflik terjadi karena pesan kita diartikan lain oleh orang yang kita ajak bicara. Kegagalan menerima isi pesan secara cermat disebut kegagalan komunikasi primer (*primary breakdown communication*). Dalam konteks ini diperlukan pemahaman orang tentang psikologi pesan dan psikologi komunikator.

2) Kesenangan

Tidak semua komunikasi ditujukan untuk menyampaikan informasi dan membentuk pengertian. Misalnya ketika kita mengungkapkan selamat pagi, apa kabar? Kita tidak bermaksud mencari keterangan. Komunikasi seperti ini dimaksud untuk menimbulkan kesenangan, yang lazim disebut komunikasi fatis (*phatic communication*). Komunikasi seperti ini menjadikan hubungan kita hangat, akrab, dan menyenangkan. Dalam Analisis Transaksional ini disebut Saya Oke, Anda Oke.

3) Mempengaruhi Sikap

Kita paling sering melakukan komunikasi untuk mempengaruhi orang lain. Misalnya:

- Khotib ingin membangkitkan sikap ikhlas dalam beramal dan mendorong Jemaah untuk saling tolong menolong dalam kebaikan.
- Seorang dokter kepada pasiennya agar menjauhi makanan yang mengandung garam dan gorengan agar terhindar dari stroke

- Guru mengajak muridnya untuk lebih banyak membaca buku, dan
- Orang tua dirumah memberikan nasehat kepada anaknya.

Semua yang disebutkan di atas adalah termasuk komunikasi persuasive. Komunikasi persuasive memerlukan pemahaman tentang factor-faktor pada diri komunikator, dan pesan yang menimbulkan efek pada komunikan.

Persuasif didefinisikan sebagai proses mempengaruhi pendapat, sikap, dan tindakan orang dengan menggunakan manipulasi psikologi sehingga orang tersebut bertindak seperti atas kehendaknya sendiri.

4) Hubungan Sosial yang Baik

Komunikasi juga ditujukan untuk menumbuhkan hubungan social yang baik. Kebutuhan social adalah kebutuhan untuk menumbuhkan dan mempertahankan hubungan yang memuaskan dengan orang lain dalam hal interaksi dan asosiasi, pengendalian dan kekuasaan, serta cinta kasih.

Secara singkat, kita ingin bergabung dan berhubungan dengan orang lain, kita ingin mengendalikan dan dikendalikan, kita ingin mencintai dan dicintai. Kebutuhan social ini hanya bias dipenuhi dengan komunikasi interpersonal yang efektif.

Menurut penelitian dalam Riswandi (2013:11), bila seseorang gagal dalam menumbuhkan hubungan interpersonal, maka ia akan menjadi agresif, senang berkhayal, dingin, sakit fisik dan mental, dan menderita *flight syndrome* (ingin melarikan diri dari lingkungannya).

5) Tindakan

Pesuai juga ditujukan untuk melahirkan tindakan yang dikehendaki. Komunikasi untuk menimbulkan pengertian memang sulit, tetapi lebih sulit lagi mempengaruhi sikap, dan jauh lebih sulit lagi mendorong orang untuk bertindak. Efektivitas komunikasi biasanya diukur dari tindakan nyata yang dilakukan komunikan.

Tindakan adalah hasil kumulatif seluruh proses komunikasi. Ia bukan saja memerlukan pemahaman tentang seluruh mekanisme psikologis yang terlibat dalam proses komunikasi, tetapi juga termasuk factor-faktor (yang memengaruhi) perilaku manusia.

Kelima syarat atau indikator komunikasi efektif tersebut di atas jika analisis lebih jauh maka diperoleh temuan sebagai berikut:

- 1) Pengertian; artinya adalah pengetahuan atau pemahaman seseorang tentang sesuatu hal atau informasi yang diperolehnya. Jadi kata/konsep pengertian ini berhubungan dengan pikiran atau kognitif. Kognitif berasal dari bahasa Latin *cognoscere* yang artinya menyadari atau mengetahui. Bagian atau organ manusia mengetahui atau menyadari itu adalah pikiran. Jadi pengertian berhubungan dengan pikiran/kognitif.
- 2) Kesenangan; konsep ini berhubungan dengan perasaan atau emosi atau afeksi. Kesenangan adalah salah satu bentuk emosi manusia. Bentuk lain dari emosi misalnya marah, sedih, kecewa, dendam, dan lainnya. Organ tubuh manusia yang berkenan dengan kesenangan adalah *qalbu* (hati).

- 3) Hubungan sosial yang baik: yang dimaksud dalam hal ini adalah adanya interaksi sosial manusia dengan manusia lainnya. Dalam konteks ini interaksi sosial tersebut hendaklah bernilai positif/ baik. Jika interaksi sosial seseorang dengan pihak atau orang lain baik, maka ini menunjukkan bahwa secara tersirat komunikasinya adalah baik. Dalam konsep hubungan sosial ini terkandung unsur pengetahuan/kognitif dan perasaan/afektif.
- 4) Perubahan sikap; sikap adalah kecenderungan seseorang untuk merespon atau bereaksi terhadap objek tertentu. Sikap ini baru tampak kelihatan jika direalisasikan dalam perbuatan atau perilaku. Sebelum seseorang mempunyai kecenderungan untuk merespon, maka yang harus terlebih dahulu harus ada ialah objek (disebut objek sikap).

Objek sikap ini bisa apa saja seperti orang, hewan, lukisan, kasus korupsi yang diberitakan oleh media, konflik, antarsuku, atau apa saja yang ada disekitar manusia yang akan merespon stimuli. Jadi unsur pertama yang harus ada dalam sikap adalah pengetahuan kognitif tentang objek tersebut.

Proses selanjutnya setelah adanya pengetahuan/informasi ialah perasaan terhadap objek tersebut, misalnya senang atau tidak senang, marah, kecewa, dan lainnya. Setelah seseorang memperoleh informasi/pengetahuan tentang suatu objek dan suka terhadapnya, maka proses selanjutnya adalah orang tersebut akan

cenderung merespon dan melakukan tindakan sesuai dengan keberadaan objek tersebut. Jadi sikap seseorang baru terlihat bila orang tersebut melakukan suatu perilaku, dan karena dalam konteks komunikasi setiap perilaku adalah pesan maka perilaku dalam konteks sikap juga dapat berbentuk komunikasi verbal dan komunikasi nonverbal yang sekaligus semua ini dapat dimaknai pula sebagai pesan oleh orang lain. Dalam sikap ini terkandung unsur pengetahuan dan perasaan.

- 5) Tindakan; tindakan atau perilaku adalah petunjuk yang paling mudah dilihat sebagai tanda telah berlangsung suatu proses komunikasi efektif, meskipun paling sulit untuk menggerakkan orang untuk melakukan suatu tindakan.

Berdasarkan pembahasan tentang pengertian, kesenangan, hubungan sosial yang baik, perubahan sikap, dan tindakan sebagaimana dikemukakan di atas dapatlah disimpulkan bahwa kelima indikator komunikasi efektif tersebut jika diringkas isinya adalah Kognitif, Afektif, dan Konatif.

Menurut Sastropetro (1988) berkomunikasi efektif berarti bahwa komunikator dan komunikan sama-sama memiliki pengertian yang sama tentang suatu pesan, atau sering disebut dengan *the communication is in tune*. Agar komunikasi dapat berjalan secara efektif, harus dipenuhi beberapa syarat:

- 1) Menciptakan suasana komunikasi yang menguntungkan.

- 2) Menggunakan bahasa yang mudah ditangkap dan dimengerti.
- 3) Pesan yang disampaikan dapat menggugah perhatian dan minat bagi pihak komunikan.
- 4) Pesan dapat menggugah kepentingan komunikan yang dapat menguntungkan.
- 5) Pesan dapat menumbuhkan suatu penghargaan bagi pihak komunikan.

Keberhasilan atau efektivitas komunikasi selain ditentukan oleh hal-hal tersebut di atas, juga ditentukan oleh faktor atau karakteristik komunikator. sebagaimana dikemukakan oleh Herbert C. Kelman dalam (Riswandi, 2013: 14) ada tiga hal;

1. Internalisasi

Internalisasi terjadi bila orang menerima pengaruh karena perilaku yang dianjurkan itu sesuai dengan sistem nilai yang dimilikinya. Kita menerima gagasan, pikiran, atau anjuran orang lain karena gagasan, pikiran, atau anjuran orang lain itu berguna untuk memecahkan masalah, penting dalam menunjukkan arah atau dituntut oleh sistem nilai kita. Internalisasi terjadi ketika kita menerima anjuran orang lain atas dasar rasional.

2. Identifikasi

Identifikasi terjadi apabila individu mengambil perilaku berasal dari orang atau kelompok lain karena perilaku itu berkaitan dengan hubungan yang mendefinisikan diri secara memuaskan (*satisfying self-*

defining relationship) dengan orang atau kelompok itu. Hubungan yang mendefinisikan diri artinya memperjelas konsep diri.

Dalam identifikasi, individu mendefinisikan perannya sesuai peranan orang lain. Dengan mengatakan apa yang ia katakan, melakukan apa yang ia lakukan, mempercayai apa yang ia percayai, individu mendefinisikan dirinya sesuai dengan orang yang mempengaruhinya.

Dimensi ethos yang paling relevan dengan identifikasi ialah atraksi (daya tarik komunikator).

3. Ketundukan (*Compliance*)

Ketundukan terjadi bila individu menerima pengaruh dari orang atau kelompok lain karena ia berharap memperoleh reaksi yang menyenangkan dari orang lain tersebut. Ia ingin memperoleh ganjaran atau menghindari hukuman dari pihak yang mempengaruhinya.

Dalam ketundukan, orang menerima perilaku yang dianjurkan bukan karena mempercayainya, tetapi karena perilaku tersebut membantunya untuk menghasilkan efek sosial yang memuaskan.

b. Teknik Penyampaian Pesan Efektif

Pesan adalah apa yang dikomunikasikan oleh sumber kepada penerima. Pesan merupakan seperangkat simbol verbal atau nonverbal yang mewakili perasaan, nilai, gagasan, atau maksud sumber tadi. Pesan mempunyai tiga komponen: makna, simbol yang digunakan untuk menyampaikan makna, dan bentuk atau organisasi pesan. Simbol terpenting adalah kata-kata atau bahasa, yang dapat mempresentasikan

objek, gagasan, perasaan, baik ucapan maupun tulisan. Kata-kata memungkinkan untuk berbagi pikiran dengan orang lain. Yang terpenting dalam komunikasi ialah bagaimana caranya agar suatu pesan yang disampaikan komunikator dapat menimbulkan dampak atau efek tertentu pada komunikan.

Banyak cara untuk menyampaikan pesan yaitu dengan tatap muka atau melalui media komunikasi. Agar komunikasi dapat efektif, maka cara penyampaian pesan atau informasi perlu dirancang secara cermat sesuai dengan karakteristik komunikan maupun keadaan di lingkungan sosial yang bersangkutan. Jalaluddin Rakhmat (2004) mengatakan bahwa keberhasilan komunikasi sebagian ditentukan oleh kekuatan pesan. Dengan pesan, seseorang dapat mengendalikan sikap dan perilaku komunikan. Agar proses komunikasi terlaksana secara efektif.

Bagi seorang komunikator, suatu pesan yang akan dikomunikasikan sudah jelas isinya, tetapi yang perlu dijadikan pemikiran adalah pengelolaan pesannya. Pesan harus ditata sesuai dengan diri komunikan yang akan dijadikan sasaran. Dalam hubungan ini komunikator harus terlebih dahulu melakukan komunikasi dengan diri sendiri, berdialog dengan diri sendiri, bertanya pada diri sendiri, bertanya pada diri sendiri untuk dijawab oleh diri sendiri. Apabila komunikan yang akan dijadikan sasaran sudah jelas, dan media yang diperlukan juga telah ditetapkan, maka barulah menata pesan.

Pesan satu sisi (*one sided*) ataukah dua sisi (*two sided*). Hal ini berkaitan dengan cara mengorganisasikan pesan. Organisasi pesan satu sisi, ialah suatu cara berkomunikasi dimana komunikator hanya menyampaikan pesan-pesan yang mendukung tujuan komunikasi saja. Sedangkan pesan dua sisi, berarti selain pesan yang bersifat mendukung, disampaikan pula counter argument, sehingga komunikan diharapkan menganalisis sendiri atas pesan tersebut. Apakah dalam menyampaikan pesan itu diorganisasikan secara satu sisi atau dua sisi, tentulah harus disesuaikan dengan karakteristik.

Wilbur Schramm dalam (Effendy, 2008: 32-33) pernah mengungkapkan apa yang dinamakan *the condition of success in communication*, yang dapat diringkas sebagai berikut:

- 1) Pesan harus dirancang dan disampaikan sedemikian rupa sehingga dapat menarik perhatian sasaran yang dimaksud.
- 2) Pesan harus menggunakan tanda-tanda yang tertuju kepada pengalaman yang sama antara komunikator dan komunikan, sehingga sama-sama dapat dimengerti.
- 3) Pesan harus membangkitkan kebutuhan pribadi pihak komunikan, dan menyarankan beberapa cara untuk memperoleh kebutuhan itu.
- 4) Pesan harus menyarankan suatu cara untuk memperoleh kebutuhan tadi yang layak bagi situasi kelompok tempat komunikan berada pada saat ia digerakkan untuk memberikan tanggapan yang dikehendaki. Jika komunikasi yang dikomunikasikan tidak sesuai

dengan kepentingan komunikasi, maka akan menghadapi kesukaran, lebih-lebih jika efek yang dikehendaki itu perubahan tingkah laku. Jadi dalam menyampaikan seorang komunikator harus dapat menyampaikan pesan sesuai dengan kepentingan komunikasi.

Dikomunikasikannya pesan seperti itu tidak cukup dengan *timing* dan *placing* saja seperti yang dikemukakan di atas, tetapi bagaimanapun juga dalam mengidentifikasi pesan juga harus menentukan jenis pesan apa yang akan disampaikan. ini bisa berupa *informational message*, *instructional message*, dan *motivational message*. (Effendy, 2008: 33)

Cara penyampaian pesan memang berpengaruh terhadap keefektifan proses komunikasi. Cara penyampaian yang baik, akan memudahkan komunikasi dalam menerima dan memahaminya.

2. Komunikasi Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan yang sangat penting untuk mendampingi seorang anak. Keluarga merupakan kesatuan yang terkecil dalam masyarakat tetapi kedudukan yang primer dan fundamental. Keluarga disini berarti *nuclear family* yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak (Lubis. 2013:221)

Komunikasi Keluarga Komunikasi menjadi hal yang sangat penting dalam kehidupan ini di manapun dan kapanpun, termasuk dalam lingkungan keluarga. Pembentukan komunikasi intensif, dinamis dan harmonis dalam keluarga pun menjadi dambaan setiap orang.

Hurlock dalam Tuti Bahfiarti (2016:70) Komunikasi keluarga adalah pembentukan pola kehidupan dimana dalam keluarga terdapat unsur pendidikan, membentuk sikap dan membentuk perilaku anak yang berpengaruh pada perkembangan anak.

Komunikasi adalah pengiriman dan penerimaan pesan atau berita antara dua orang atau lebih dengan cara yang tepat sehingga pesan yang dimaksud dapat dipahami (Djamarah. 2017: 11) Komunikasi menjadi penyambung pesan sebuah kelompok kepada khalayak ramai sehingga terwujud suatu tujuan yang diinginkan secara bersama. Komunikasi dibutuhkan dalam aspek kehidupan manusia, mulai dari aspek kehidupan individual sampai aspek global (Hanani. 2017: 16). Manusia sebagai makhluk yang memiliki keterbatasan, tidak dapat hidup tanpa bantuan orang lain maka untuk mengatasi keterbatasan itu sangat diperlukan adanya kontak dengan orang lain melalui komunikasi.

Komunikasi yang terjadi antara orang tua dengan anaknya di dalam sebuah keluarga termasuk ke dalam komunikasi antarpribadi. Komunikasi antarpribadi merupakan komunikasi yang berlangsung dalam situasi tatap muka antara dua orang atau lebih, baik secara terorganisasi maupun pada kerumunan orang. Menurut Fitzpatrick dan koleganya dalam Stephen W. Littlejohn (2014:288) komunikasi keluarga tidak terjadi secara acak, tapi berdasarkan skema – skema tertentu sehingga menentukan bagaimana anggota keluarga saling berkomunikasi. Skema tersebut tentang pengetahuan seberapa dekat keluarga tersebut, seberapa tingkat

individualitasnya dan beberapa faktor eksternal keluarga (teman, pekerjaan, jarak geografis dan lain – lain).

Kalvin dan Brommel memberikan makna komunikasi (komunikasi keluarga) sebagai suatu proses simbolik, transaksional untuk menciptakan dan mengungkapkan pengertian dalam keluarga (Arwani, 2003:4). Komunikasi dalam keluarga lebih banyak komunikasi antarpribadi. Relasi antarpribadi dalam setiap keluarga menunjukkan sifat-sifat yang kompleks. Komunikasi antarpribadi merupakan proses pengiriman dan penerimaan pesan diantara dua orang atau kelompok kecil orang dengan berbagai efek dan umpan balik. Setiap komponen harus dipandang dan dijelaskan sebagai bagian yang terintegrasi dalam tindakan komunikasi antarpribadi.

Tujuan komunikasi dalam interaksi keluarga ditinjau dari kepentingan orang tua adalah untuk memberikan informasi, nasihat, mendidik dan menyenangkan anak-anak. Anak berkomunikasi dengan orang tua adalah untuk mendapatkan saran, nasihat, masukan atau dalam memberikan respon dari pertanyaan orang tua. Komunikasi antar anggota keluarga dilakukan untuk terjadinya keharmonisan dalam keluarga.

Dengan begitu, komunikasi keluarga adalah memberikan hal-hal yang terjadi pada setiap individu anggota keluarga, komunikasi yang dijalin merupakan komunikasi yang dapat memberikan suatu hal yang dapat diberikan kepada setiap anggota keluarga lainnya. Dengan adanya komunikasi, permasalahan yang terjadi diantara anggota keluarga dapat

dibicarakan dengan mengambil solusi terbaik, Jeanny Maria Fatimah (2014, 201).

a. Efektivitas Komunikasi Keluarga

Efektivitas komunikasi keluarga sebagai bentuk komunikasi interpersonal, sebagaimana dikemukakan Devito (Devito. 2011:201) ada 5 (lima) sikap positif yang perlu dipertimbangkan Ketika seseorang merencanakan komunikasi interpersonal, termasuk komunikasi dalam keluarga, meliputi:

Keterbukaan (*openness*) ialah sikap dapat menerima masukan dari orang lain, serta berkenaan menyampaikan informasi penting kepada orang lain. Dalam proses komunikasi interpersonal, keterbukaan menjadi salah satu sikap positif. Hal ini disebabkan dengan keterbukaan, maka komunikasi interpersonal akan berlangsung secara adil, transparan, dua arah, dan dapat diterima oleh semua pihak yang berkomunikasi.

Empati (*empathy*), ialah kemampuan seseorang untuk merasakan kalau seandainya menjadi orang lain, dapat memahami sesuatu yang sedang dialami orang lain, dapat merasakan apa yang dirasakan orang lain, dan dapat memahami sesuatu persoalan dari sudut pandang orang lain.

Sikap mendukung (*supportiveness*), hubungan interpersonal yang efektif adalah hubungan dimana terdapat sikap mendukung (*supportiveness*). Artinya masing-masing pihak yang berkomunikasi

memiliki komitmen untuk mendukung terselenggaranya interaksi secara terbuka.

Sikap positif (*positiveness*), ditunjukkan dalam bentuk sikap dan perilaku. Sikap positif dapat ditunjukkan dengan berbagai macam perilaku dan sikap, antara lain: menghargai orang lain, berpikiran positif terhadap orang lain, meyakini pentingnya orang lain, dan memberikan pujian dan penghargaan.

Kesetaraan (*equality*), pengakuan bahwa kedua belah pihak memiliki kepentingan, kedua belah pihak sama-sama bernilai dan berharga dan saling memerlukan. Indikator kesetaraan meliputi: menempatkan diri setara dengan orang lain, menyadari akan adanya kepentingan yang berbeda, mengakui pentingnya kehadiran orang lain, tidak memaksakan kehendak, komunikasi dua arah dan saling memerlukan.

b. Pola Komunikasi Keluarga

Keluarga merupakan wadah yang mewujudkan kehidupan bahagia dan mengajarkan tumbuh hidup di masyarakat. Keluarga juga menjadi penentu dari bagaimana bentuk komunikasi yang disepakati yang kemudian pada akhirnya membentuk pola tertentu yang dapat membedakan dengan keluarga yang lainnya. Keluarga merupakan kelompok primer yang secara otomatis pola komunikasi yang digunakan berbeda dengan kelompok sekunder, sehingga kepuasan anggota keluarga yang ada di dalamnya juga ditentukan oleh pola komunikasi yang diterapkan keluarga tersebut.

Terdapat beberapa aspek yang terkait untuk memahami pola komunikasi keluarga.

Menurut Yusuf (2007:121) pola komunikasi orang tua dan anak dikategorikan menjadi 3, yaitu:

- 1) Pola Komunikasi membebaskan (*Permissive*) Pola komunikasi membebaskan ditandai dengan adanya kebebasan tanpa batas kepada anak untuk berbuat dan berperilaku sesuai dengan keinginan anak. Pola komunikasi membebaskan atau dikenal pula dengan pola komunikasi serba membiarkan adalah orang tua yang bersikap mengalah, menuruti semua keinginan, melindungi secara berlebihan, serta memberikan atau memenuhi semua keinginan anak secara berlebihan. Dalam banyak hal juga anak terlalu diberi kebebasan untuk mengambil suatu keputusan. Jadi anak tidak merasa diperdulikan oleh orang tuanya, bahkan ketika anak melakukan suatu kesalahan orang tua tidak menanggapi sehingga anak tidak mengetahui dimana letak kesalahan yang telah ia perbuat atau hal-hal yang semestinya tidak terjadi dapat terulang berkali-kali.
- 2) Pola Komunikasi Otoriter (*Authoritarian*) Pola komunikasi otoriter ditandai dengan orang tua yang melarang anaknya dengan mengorbankan otonomi anak. Pola komunikasi otoriter mempunyai aturan-aturan yang kaku dari orang tua. Dalam pola komunikasi ini, sikap penerimaan rendah, namun kontrolnya tinggi, suka menghukum, bersikap mengkomando, mengharuskan anak untuk melakukan

sesuatu tanpa kompromi, bersikap kaku, cenderung emosional dan bersikap menolak. Dalam pola ini, orang tua berpendapat bahwa anak memang harus mengikuti aturan yang diterapkan. Sebab apapun peraturan yang ditetapkan orang tua semata-mata demi kebaikan anak. Orang tua tak mau repot-repot berpikir bahwa peraturan yang kaku seperti itu justru akan menimbulkan serangkaian efek.

- 3) Pola Komunikasi Demokratis (*Authoritative*) Pola komunikasi orang tua dengan demokratis pada umumnya ditandai dengan adanya sikap terbuka antara orang tua dengan anak. Mereka membuat semacam aturan-aturan yang disepakati bersama. Orang tua yang demokratis ini yaitu orang tua yang mencoba menghargai kemampuan anak secara langsung. Orang tua dengan pola komunikasi ini akan mementingkan kepentingan anak, tetapi tidak ragu mengendalikan mereka. Orang tua yang menerapkan pola komunikasi demokratis akan bersikap akan bersikap rasional, selalu mendasari tindakannya pada rasio atau pemikiran-pemikiran dan orang tua bersikap realistis terhadap kemampuan anak, memberikan kebebasan pada anak untuk memilih dan melakukan suatu tindakan dan pendekatan pada anak bersifat hangat. Orang tua mendorong anak-anak agar mampu bersikap mandiri meski tetap menetapkan batasan yang jelas terhadap pengendalian atas tindakan anak-anak mereka, komunikasi terjadi secara dua arah, sikap orang tua yang mencerminkan kehangatan dan penuh kasih sayang.

c. Hambatan Komunikasi Keluarga

Komunikasi keluarga adalah termasuk komunikasi interpersonal. Tidaklah mudah untuk melakukan komunikasi interpersonal secara efektif, karena dalam komunikasi interpersonal sering terdapat hambatan-hambatan yang mengganggu jalannya komunikasi tersebut. Hambatan-hambatan dalam penyampaian pesan tentunya akan menyebabkan proses dalam komunikasi interpersonal tidak efektif. Menurut Effendy (2002:11-16) faktor-faktor penghambat komunikasi dibedakan menjadi empat macam, yaitu

- 1) Hambatan Sosio-Anthro-Psikologis, hambatan ini terdapat pada komunikator. Saat berlangsungnya komunikasi, komunikator perlu memperhatikan situasi, karena situasi sangat berpengaruh dalam kelancaran komunikasi. Ferdinand Tonnies dalam Effendy (2002:11) menyatakan bahwa hambatan sosiologis dibagi menjadi dua macam, yaitu *gameinschaft* dan *gesellschaft*. *Gameinschaft* adalah pergaulan hidup yang bersifat pribadi, statis dan tak rasional, seperti dalam kehidupan rumah tangga, sedangkan *gesellschaft* adalah pergaulan hidup yang bersifat tak pribadi, dinamis, dan rasional, seperti pergaulan di kantor atau organisasi. Pada hambatan antropologis, komunikator perlu mengenal siapa komunikan yang menjadi sasarannya. Siapa bukan berarti nama yang disandang, melainkan bangsa apa, ras apa, atau suku apa. Dengan mengenal komunikan, maka akan mengenal pula kebudayaannya, gaya hidup, kebiasaan norma, kehidupannya dan

bahasanya. Kemudian terakhir ialah hambatan psikologis, komunikasi sulit berhasil apabila komunikan sedang merasa kecewa, sedih, marah, bingung, iri hati dan kondisi psikologis lainnya, dan juga jika komunikan menaruh prasangka (*prejudice*) kepada komunikator.

- 2) Hambatan Semantis, hambatan semantis ini terdapat pada diri komunikator. Faktor semantis menyangkut bahasa yang digunakan oleh komunikator sebagai alat untuk menyalurkan pikiran dan perasaannya terhadap komunikan. Hambatan semantis terkadang disebabkan oleh aspek antropologi, yaitu kata-kata yang tulisan dan bunyinya sama, tetapi memiliki makna yang berbeda.
- 3) Hambatan Mekanis, gangguan ini dapat dijumpai pada media yang kita pergunakan dalam melancarkan komunikasi. Contohnya, suara putus-putus saat melakukan telepon.
- 4) Hambatan Ekologis, gangguan ekologis terjadi disebabkan oleh gangguan lingkungan. Contoh dari hambatan ekologis ialah, kebisingan lalu lintas, suara hujan atau petir, suara pesawat terbang lewat dan sebagainya.

Sedangkan Menurut Wiryanto (2004) hambatan komunikasi interpersonal sebagai berikut:

- a. Komunikator Kesulitan biologis maupun gangguan psikologis yang dialami oleh komunikator.
- b. Media Hambatan yang diakibatkan dari teknis, geografis, symbol atau bahasa dan budaya.

- c. Komunikasi Hambatan yang berkaitan dengan hambatan biologis seperti komunikasi yang mengalami kesulitan untuk konsentrasi dengan pembicaraan.
- d. Interaksi Sosial Hambatan yang dapat mengakibatkan hasil dari interaksi mengarah kepada suatu pertentangan yang dapat menimbulkan kerugian.
- e. Kultur Perbedaan kultur menyebabkan adanya perbedaan persepsi, perbedaan style bahasa, penafsiran yang berbeda hingga tujuan dari pesan sehingga terjadi penolakan dalam komunikasi interpersonal.
- f. Pengalaman Adanya perbedaan pengalaman antar individu. Perbedaan persepsi tersebut disebabkan oleh adanya perbedaan kemampuan kognitif, efektif, dan konatif sehingga akan memberikan perbedaan komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal yang rendah, akan mengalami hambatan. Hambatan juga berpengaruh terhadap komunikasi interpersonal anak dengan orang tua tiri. Kadang hambatan dalam komunikasi interpersonal dalam sebuah keluarga adalah dimana komunikator dan komunikasi jarang melakukan komunikasi dan memiliki ego masing-masing.

d. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Komunikasi Keluarga

Berkomunikasi itu tidak mudah. Terkadang seseorang dapat berkomunikasi dengan baik kepada orang lain. Di lain waktu seseorang mengeluh tidak dapat berkomunikasi dengan baik kepada orang lain. Dalam keluarga (Djamarah, 2004:11), ketika dua orang berkomunikasi, sebetulnya

mereka berada dalam perbedaan untuk mencapai kesamaan pengertian dengan cara mengungkapkan dunia sendiri yang khas, mengungkapkan dirinya yang tidak sama dengan siapapun. Sekalipun yang berkomunikasi itu adalah antara suami dan istri antar ayah dan anak dan antara ibu dan anak, dan diantara anak dan anak, hanya sebagian kecil mereka itu sama-sama tahu, dan sama pandangan.

Ada sejumlah faktor yang mempengaruhi komunikasi dalam keluarga, menurut Syaiful Bahri Djamarah (2004:12) seperti yang akan diuraikan berikut ini:

- 1) Citra diri dan citra orang lain

Citra diri atau merasa diri, maksudnya sama saja. Ketika orang berhubungan dan berkomunikasi dengan orang lain, dia mempunyai citra diri dia merasa dirinya sebagai apa dan bagaimana. Setiap orang mempunyai gambaran-gambaran tertentu mengenai dirinya statusnya, kelebihan dan kekurangannya. Gambaran itulah yang menentukan apa dan bagaimana ia bicara, menjadi menjanging bagi apa yang dilihatnya, didengarnya, bagaimana penilaiannya terhadap segala yang berlangsung di sekitarnya. Dengan kata lain, citra diri menentukan ekspresi dan persepsi orang.

Tidak hanya citra diri, citra orang lain juga mempengaruhi cara dan kemampuan orang berkomunikasi. Orang lain mempunyai gambaran tentang khas bagi dirinya. Jika seorang ayah mencitrakan anaknya sebagai manusia yang lemah, ingusan, tak tahu apa-apa, harus diatur, maka ia

berbicara secara otoriter. Akhirnya, citra diri dan citra orang lain harus saling berkaitan, saling lengkap melengkapi . perpaduan kedua citra itu menentukan gaya dan cara komunikasi.

2) Suasana psikologis

Suasana psikologis diakui mempengaruhi komunikasi. Komunikasi sulit berlangsung bila seseorang dalam keadaan sedih, bingung marah, merasa kecewa, merasa iri hati, diliputi prasangka, dan suasana psikologis lainnya.

3) Lingkungan fisik

Komunikasi dapat berlangsung dimana saja dan kapan saja, dengan gaya, dan cara yang berbeda. Komunikasi yang berlangsung dalam keluarga berbeda dengan yang terjadi di sekolah. Karena memang kedua lingkungan ini berbeda. Suasana dirumah bersifat informal, sedangkan suasana di sekolah bersifat formal. Demikian juga komunikasi yang berlangsung dalam masyarakat. Karena setiap masyarakat memiliki norma yang harus di taati, maka komunikasi yang berlangsungpun harus taat norma.

4) Kepemimpinan

Dalam keluarga seorang pemimpin mempunyai peranan yang sangat penting dan strategis. Dinamika hubungan dalam keluarga dipengaruhi oleh pola kepemimpinan. Karakteristik seorang pemimpin akan menentukan pola komunikasi bagaimana yang akan berproses dalam kehidupan yang membentuk hubungan-hubungan tersebut.

5) Etika Bahasa

Dalam komunikasi verbal orang tua anak pasti menggunakan bahasa sebagai alat untuk mengekspresikan sesuatu. Pada suatu kesempatan bahasa yang dipergunakan oleh orang tua ketika secara kepada anaknya dapat mewakili suatu objek yang dibicarakan secara tepat. Tetapi dilain kesempatan, bahasa yang digunakan itu tidak mampu mewakili suatu objek yang dibicarakan secara tepat. Maka dari itu dalam berkomunikasi dituntut untuk menggunakan bahasa yang mudah dimengerti antara komunikator dan komunikasi.

6) Perbedaan usia

Komunikasi dipengaruhi oleh usia. Itu berarti setiap orang tidak bisa berbicara sekehendak hati tanpa memperhatikan siapa yang diajak bicara. Berbicara kepada anak kecil berbeda ketika berbicara kepada remaja. Mereka mempunyai dunia masing-masing yang harus dipahami.

3. Kesehatan Mental

a. Pengertian Kesehatan Mental

Istilah kesehatan mental diambil dari konsep *mental hygiene*, kata mental diambil dari bahasa Yunani, pengertiannya sama dengan *psyche* dalam bahas latin yang artinya psikis, jiwa atau kejiwaan. Kartini Kartono, Jenny Andari mengetengahkan rumusan bahwa *mental hygiene* atau ilmu kesehatan mental adalah Ilmu yang mempelajari masalah kesehatan mental/jiwa, bertujuan mencegah timbulnya gangguan/penyakit mental dan gangguan emosi, dan berusaha mengurangi atau menyembuhkan

penyakit mental, serta memajukan kesehatan jiwa rakyat. Dengan demikian *mental hygiene* mempunyai tema sentral yaitu bagaimana cara orang memecahkan segenap keruwetan batin manusia yang ditimbulkan oleh macam-macam kesulitan hidup, serta berusaha mendapatkan kebersihan jiwa, dalam pengertian tidak terganggu oleh macam-macam ketegangan, kekalutan dan konflik terbuka serta konflik batin (Kartono, Andari, 1989:4).

Dari pengertian ini, nampak jelas bahwa ilmu kesehatan mental tidak hanya berusaha mengatasi berbagai persoalan yang mengganggu mental seseorang namun lebih lagi bagaimana mampu mengantarkan manusia untuk menghadapi kehidupan yang ada, dengan penuh kekuatan dan keyakinan bisa menghadapi berbagai rintangan yang ada, sehingga hidupnya memperoleh kesejahteraan lahir dan batin.

Sedangkan pengertian Kesehatan Mental Para ahli dalam (Semiun, 2006:50) mendefinisikan berbeda satu dengan yang lain, diantaranya Zakiah, ahli Psikologi Agama menyatakan Kesehatan Mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan dimana ia hidup.

Pengertian yang diberikan oleh Zakiah merupakan pengertian yang menyeluruh, penulis juga beranggapan bahwa kesehatan mental tidak hanya bagaimana mengatasi berbagai permasalahan yang ada pada diri sendiri, tetapi lingkungan yang mempengaruhi juga menjadi perhatian dari ilmu kesehatan mental. Berbagai permasalahan yang muncul sering

terjadi karena orang tidak bisa beradaptasi dengan lingkungan yang ada, belum siap menerima perubahan dan perbedaaan yang ada, sehingga merasa tertekan dan tidak nyaman.

Menurut Kartini Kartono (Kartini, Andar, 1989:4) *mental hygiene* atau ilmu kesehatan mental adalah ilmu yang mempelajari masalah kesehatan mental atau jiwa, bertujuan mencegah timbulnya gangguan atau penyakit mental dan gangguan emosi dan berusaha mengurangi atau menyembuhkan penyakitmental serta memajukan kesehatan jiwa rakyat.

WHO (<http://staff.uny.ac.id>, 2014) mendefinisikan Kesehatan mental suatu kondisi 'sejahtera' dimana individu dapat merealisasikan kecakapannya, dapat melakukan *coping* terhadap tekanan hidup yang normal, bekerja dengan produktif dan memiliki kontribusi dalam kehidupan di komunitasnya. Kesehatan mental menurut seorang ahli kesehatan Merriam dalam Kartika (2012: 3) merupakan suatu keadaan emosional dan psikologis yang baik, dimana individu dapat memanfaatkan kemampuan kognisi dan emosi, berfungsi dalam komunitasnya, dan memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari. Inti dari kesehatan mental sendiri adalah lebih pada keberadaan dan pemeliharaan mental yang sehat. Akan tetapi, dalam praktiknya seringkali kita temui bahwa tidak sedikit praktisi dibidang kesehatan mental lebih banyak menekankan perhatiannya pada gangguan mental dari pada mengupayakan usaha-usaha mempertahankan kesehatanmental itu sendiri.

Dari berbagai pengertian kesehatan mental yang diberikan oleh

beberapa ahli, penulis dapat memberikan pengertian kesehatan mental tersendiri, yaitu ketahanan diri dalam menghadapi segala tuntutan dan tantangan kehidupan, baik secara fisik maupun psikis. Individu siap dalam menghadapi semua yang dialami maupun yang dihadapi, dan tidak mengakibatkan lemahnya daya fisik dan psikis.

a) Kriteria Kesehatan Mental

Sangat sulit untuk menetapkan satu ukuran dalam menentukan dan menafsirkan kesehatan mental. Menurut Karl Menninger (Semiun, 2006:52-55), individu yang sehat mentalnya adalah mereka yang memiliki kemampuan untuk menahan diri, menunjukkan kecerdasan, berperilaku dengan menenggang perasaan orang lain, serta memiliki sikap hidup yang bahagia. Saat ini, individu yang sehat mental dapat dapat didefinisikan dalam dua sisi, secara negatif dengan absennya gangguan mental dan secara positif yaitu ketika hadirnya karakteristik individu sehat mental. Adapun karakteristik individu sehat mental mengacu pada kondisi atau sifat-sifat positif, seperti: kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang positif, karakter yang kuat serta sifat-sifat baik/ kebajikan (*virtues*). Kriteria jiwa yang sehat menurut WHO (2014) adalah:

- a) Mampu belajar dari pengalaman
- b) Mudah beradaptasi
- c) Lebih senang memberi daripada menerima
- d) Lebih senang menolong daripada ditolong
- e) Mempunyai rasa kasih sayang

- f) Memperoleh kesenangan dari hasil usahanya
- g) Menerima kekecewaan untuk dipakai sebagai pengalaman
- h) *Positive thinking*

Sedangkan ciri orang yang sehat mental menurut Siti Meichati (1971:71) dalam bukunya Kesehatan Mental mengemukakan bahwa orang yang sehat mentalnya adalah sebagai berikut :

- a) Memiliki pandangan sehat terhadap kenyataan (diri dan sekitarnya)
- b) Memiliki kecakapan menyesuaikan diri pada segala kemungkinan dan kemampuan mengatasi persoalan yang dapat dibatasi.
- c) Mencapai kepuasan pribadi, ketenangan hidup tanpa merugikan oranglain.

b) Ciri – ciri orang yang tidak sehat mental.

Secara umum orang yang tidak sehat mentalnya adalah orang yang tidak memiliki kriteria sehat mentalnya (Suranto, 2009: 34), lebih jelasnya ciri-ciri orang yang tidak sehat mentalnya adalah sebagai berikut:

- a) Tidak adanya keserasian antara fungsi-fungsi jiwa sehingga tidak mampu mengatasi goncangan-goncangan.
- b) Orang yang gagal dalam mengadakan penyesuaian (*maladjusted*).
- c) Tidak dapat menerima kenyataan dirinya ataupun orang lain.
- d) Banyak menggantungkan diri pada orang lain.
- e) Tidak bertanggung jawab.
- f) Merasa tidak bebas / merdeka.
- g) Merasa tidak bahagia dalam hidupnya.

- h) Banyak dikuasai oleh emosinya (emosional).
- i) Tidak dapat menatap masa depan dengan baik.

Mengacu pada ciri-ciri tidak sehat mental secara umum diatas, maka menurut *Centers for Disease Control and Prevention* ketidaksehatan mental di kalangan anak-anak digambarkan sebagai perubahan serius dalam cara anak-anak biasanya belajar, berperilaku, atau menangani emosi mereka, yang menyebabkan kesusahan dan masalah dalam menjalani hari. Banyak anak kadang-kadang mengalami ketakutan dan kekhawatiran atau menunjukkan perilaku yang mengganggu. Jika gejalanya serius dan terus-menerus serta mengganggu aktivitas sekolah, rumah, atau bermain, anak tersebut dapat didiagnosis dengan gangguan mental.

Mengutip dari Hello Sehat (<https://hellosehat.com/>) penyakit mental pada anak adalah keterlambatan atau gangguan dalam perkembangannya. Hal ini meliputi pemikiran, perilaku, keterampilan sosial, hingga mengatur emosi. Kondisi ini dapat mengakibatkan stres karena ia merasa tidak berperilaku dengan baik.

Berikut adalah beberapa gejala atau tanda penyakit mental yang mungkin terjadi pada anak (Klitzing. 2015);

- a) Perubahan perilaku, seperti ketika anak menjadi lebih sering bertengkar, cenderung kasar, hingga berkata kasar yang menyakitkan orang lain, padahal sebelumnya mereka tidak pernah melakukan hal seperti itu.
- b) Perubahan mood, atau perubahan suasana hati yang berubah

secara tiba-tiba. Kondisi ini bisa berlangsung sebentar hingga jangka waktu yang tidak menentu.

- c) Kesulitan berkonsentrasi, Anak-anak yang menderita gangguan mental cenderung sulit fokus atau memperhatikan dalam waktu yang lama.
- d) Penurunan berat badan, Gangguan makan, stres, hingga depresi dapat menjadi penyebab anak kehilangan nafsu makan, mual, dan muntah yang berkelanjutan.
- e) Menyakiti diri sendiri, saat anak sering mengalami kekhawatiran serta rasa takut berlebih. Perasaan ini dapat berujung pada keinginannya untuk menyakiti diri sendiri.
- f) Muncul berbagai masalah kesehatan, Penyakit atau gangguan mental juga dapat ditandai dengan masalah pada kesehatannya, misal anak mengalami sakit kepala dan sakit perut yang berkelanjutan. Kemungkinan, ini menjadi tanda gangguan mental saat anak mengalami depresi karena ia kesepian serta sulit mengenali rasa sedih.
- g) Perasaan yang intens, Tanda gangguan mental pada anak ini seperti menangis, berteriak atau mual disertai dengan perasaan sangat intens. Perasaan ini pun dapat menyebabkan efek seperti kesulitan bernapas, jantung berdebar atau bernapas dengan cepat, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari.

Kesehatan mental bukan hanya tidak adanya gangguan mental. Anak-

anak yang tidak memiliki gangguan mental mungkin berbeda dalam seberapa baik mereka melakukannya, dan anak-anak yang memiliki diagnosis gangguan mental yang sama mungkin berbeda dalam kekuatan dan kelemahan mereka dalam bagaimana mereka berkembang dan mengatasi, dan dalam kualitas hidup mereka. Kesehatan mental sebagai kontinum dan identifikasi gangguan mental tertentu adalah dua cara untuk memahami seberapa baik anak-anak melakukannya.

a. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental (antara lain sebagai berikut (Suranto, 2009: 35):

1) Faktor yang berasal dari dalam diri

Dari faktor yang berasal dari diri sendiri dapat dibedakan menjadi dua yaitu jasmani dan rohani, kondisi jasmani dan rohani sangat mempengaruhi mental seseorang. Fisik yang cacat mempengaruhi mental, begitu juga kondisi rohani yang jauh dari pelaksanaan ajaran agama akan mengalami kegersangan sehingga berpengaruh terhadap mental.

Remaja merupakan masa yang sangat penting dalam mempelajari teknik-teknik kehidupan yang sehat, masa ini mulai pada usia 12 tahun dan berakhir sekitar usia 17 atau 18 tahun (Yustinus, 2006:299). Masa remaja mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis. Perubahan-perubahan itu akan membawa dampak bagi mental

remaja, sehingga perlu mendapat perhatian dan pendampingan yang serius supaya tidak mengalami hal-hal yang negatif dalam diri remaja tersebut.

Salah satu perubahan yang perlu diperhatikan adalah perubahan psikologis remaja, sebab perubahan ini membawa dampak bagi mental remaja. Perubahan-perubahan tersebut adalah; emosi yang tidak stabil, perasaan kosong, masalah otonomi dan disiplin.

2) Faktor yang berasal dari luar individu

Faktor dari luar individu diantaranya adalah berasal dari keluarga, masyarakat, dan sekolah. Kondisi keluarga yang tidak harmonis, *broken home*, akan berpengaruh besar terhadap kondisi mental seseorang terlebih anak. Kebanyakan remaja yang mengalami gangguan kenakalan atau gangguan kepribadian disebabkan oleh faktor keluarga yang tidak harmonis.

Kondisi masyarakat juga sangat mempengaruhi mental seseorang, terlebih anak dan remaja, sebab anak dan khususnya remaja lebih banyak terpengaruh oleh kondisi lingkungan yang ada, mereka hidup dan bergaul dalam masyarakat. Pengaruh yang lebih kuat pada diri remaja berasal dari lingkungan masyarakat terutama teman pergaulan. Untuk itu kondisi teman yang baik akan membawa pengaruh yang baik pula bagi mental remaja, sebaliknya teman yang kurang baik membawa pengaruh negatif kepada sikap dan kepribadian remaja.

Kondisi sekolah juga berpengaruh terhadap mental remaja. Kondisi sekolah meliputi kultur, tata tertib, teman. Suasana sekolah yang kondusif tentunya membawa rasa nyaman bagi para siswa, kebiasaan saling menyapa, menghormati, toleransi, dan saling tanggungjawab akan membawa pengaruh yang baik terhadap psikis terlebih lagi dengan adanya tata tertib yang baik semakin membawa kesejukan dalam kehidupan di sekolah.

B. Kajian Teori

1. Teori Hubungan Manusia

a. Teori *Self Disclosure*

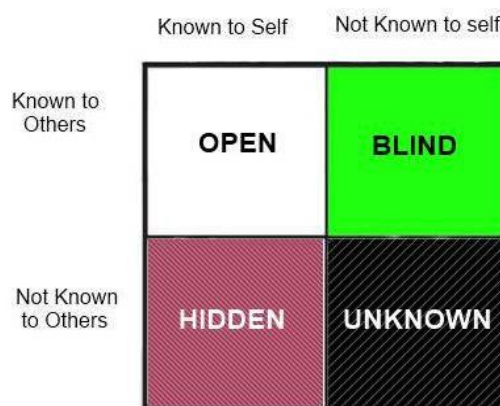
Self Disclosure biasa disebut pengungkapan diri. Pengungkapan diri adalah cara individu berkomunikasi dengan individu yang lainnya untuk memberi tahu informasi tentang dirinya yang biasanya tidak diketahui individu lain kecuali dirinya sendiri (Devito. 2011:211).

Secara bahasa, self berarti diri sendiri, dan disclosure dari kata closure yang diartikan sebagai penutupan, pengakhiran, sehingga disclosure berarti terbuka atau keterbukaan. Menurut Leary, McDonald dan Tangney (2003) dalam (Agus, 2013:46) self adalah: “Kelengkapan psikologis yang memungkinkan refleksi diri berpengaruh terhadap pengalaman kesadaran, yang mendasari semua jenis persepsi, kepercayaan dan perasaan tentang diri sendiri serta yang memungkinkan seseorang meregulasi tentang perilakunya sendiri.” (DeVito, 1997:40) menjelaskan self disclosure sebagai salah satu tipe komunikasi ketika informasi tentang diri yang biasa dirahasiakan kemudian diberitahu kepada orang lain. Ada dua hal penting yang harus diperhatikan, yaitu informasi yang diutarakan tersebut harus informasi yang biasanya disimpan atau dirahasiakan dan informasi tersebut harus diceritakan kepada orang lain baik secara tertulis dan lisan. Definisi lain mengenai self disclosure menurut Johnson (1981) dalam (Supratiknya, 1995:14), menjelaskan bahwa: Pengungkapan diri atau *self disclosure*

adalah mengungkapkan reaksi atau tanggapan kita terhadap situasi yang sedang kita hadapi serta memberikan informasi tentang.

Teori yang menggambarkan tentang *self disclosure* salah satunya adalah teori yang dikemukakan oleh Joseph Luft dan Harry Ingham yang disebut dengan Teori “Jouhari Windows”. Dalam Johari Windows diungkapkan tingkat keterbukaan dan kesadaran tentang diri yang dibagi dalam empat kuadran.

Teori self-disclosure yang dikemukakan oleh Joseph Luft dan Harry Ingham didasari pada model interaksi manusia. Lalu opini inilah yang membuat Joseph Luft dan Harry Ingham akhirnya menciptakan suatu teori atau model penelitian sebagai salah satu cara untuk melihat ilustrasi kesadaran diri manusia dan juga berfungsi untuk meningkatkan hubungan antar kelompok dan menggambarkan proses memberi dan menerima feedback (Rakhmat.2005:108)



Gambar 2.1 Jendela Johari atau *Johari Window*

Kuadran pertama menunjukkan bagian dari kepribadian kita yang diketahui oleh orang lain, kuadran kedua menunjukkan bagian dari diri kita yang tidak kita ketahui, tetapi diketahui oleh orang lain, kuadran ketiga merupakan bagian pada diri kita yang kita ketahui, akan tetapi tidak diketahui oleh orang lain, bagian ini merupakan bagian yang tersembunyi dari diri kita, sedangkan kuadran keempat biasa pula disebut dengan daerah yang tidak disadari, dimana kita dan orang lain tidak mengetahuinya. Seseorang yang melakukan *self disclosure* maka kuadran pertamanya akan membesar dari kuadran yang lain, hal ini menunjukkan semakin besarnya hal-hal yang diketahui oleh kedua belah pihak, semakin besar keterbukaan kita terhadap lawan komunikasi kita.

Dari penjelasan di atas merupakan salah satu teori yang diintegrasikan dengan temuan peneliti, dimana dalam proses komunikasi orang tua dan anak terjadi adanya pengungkapan diri atau *self disclosure* yang dilakukan para orang tua pekerja dengan mengungkapkan bahwa mereka harus bekerja agar bisa memenuhi kebutuhan dalam rumah tangga tersebut sehingga terkadang anak menjadi korbannya. Akan tetapi pengungkapan diri hanya terhenti disitu, orang tua tidak mengungkapkan hal yang lebih pribadi kepada anaknya karena menurutnya anak mereka belum pantas untuk mendengarkan hal pribadi yang terjadi pada orang tua.

b. Teori Atribusi

Atribusi adalah upaya kita untuk memahami penyebab di balik perilaku orang lain, dan dalam beberapa kasus juga penyebab di balik perilaku kita sendiri. Dengan kata lain kita tidak hanya sekedar ingin tahu bagaimana seseorang berbuat, lebih jauh kita ingin tahu mengapa mereka berbuat demikian (Baron, Bryne. 2003:49).

Teori atribusi mencoba menggambarkan komunikasi seseorang yang berusaha meneliti; menilai dan menyimpulkan sebab-sebab dari suatu tindakan atau tingkah-laku yang dilakukan orang lain. Dengan kata lain teori ini mencoba menjelaskan proses kognitif yang dilakukan seseorang untuk menjelaskan sebab-sebab dari suatu tindakan. Selain itu, teori atribusi menjelaskan kepada kita bagaimana cara membuat sebuah keputusan tentang seseorang. Dalam buku *Handbook of Human Resource Management Practice* oleh Michael Armstrong pada tahun 2009, Heider (1958) berpendapat bahwa, “dalam kehidupan sehari-hari kita membentuk ide tentang orang lain dan tentang situasi sosial. Kita menginterpretasikan perilaku orang lain dan memprediksikan apa yang akan mereka lakukan apabila menghadapi sebuah situasi tertentu”. Teori Atribusi mengasumsikan bahwa orang mencoba untuk menentukan mengapa orang melakukan apa yang mereka lakukan. Seseorang berusaha untuk memahami mengapa orang lain melakukan sesuatu yang mungkin satu atau lebih atribut menyebabkan perilaku itu.

Teori Harold Kelley merupakan perkembangan dari Heider. Fokus teori ini, apakah tindakan tertentu disebabkan oleh daya-daya internal atau daya-daya eksternal. Kelley berpandangan bahwa suatu tindakan merupakan suatu akibat atau efek yang terjadi karena adanya sebab. Oleh karena itu, Kelley mengajukan suatu cara untuk mengetahui ada atau tidaknya hal-hal yang menunjuk pada penyebab tindakan, apakah daya internal atau daya eksternal.

Proses atribusi telah menarik perhatian para pakar psikologi sosial dan telah menjadi objek penelitian yang cukup intensif dalam beberapa dekade terakhir. Cikal bakal teori atribusi berkembang dari tulisan Fritz Heider (1958) yang berjudul "Psychology of Interpersonal relations". Dalam tulisan tersebut Heider menggambarkan apa yang disebutnya "naïve theory of action" yaitu kerangka kerja konseptual yang digunakan orang untuk menafsirkan, menjelaskan dan meramalkan tingkah laku seseorang. Dalam kerangka kerja ini, konsep intensional (seperti keyakinan, hasrat, niat, keinginan untuk mencoba dan tujuan) memainkan peran penting.

Menurut Heider ada dua sumber atribusi terhadap tingkah laku: (1) Atribusi internal atau atribusi disposisional, (2) atribusi eksternal atau atribusi lingkungan. Pada atribusi internal kita menyimpulkan bahwa tingkah laku seseorang disebabkan oleh sifat-sifat atau disposisi (unsur psikologis yang mendahului tingkah laku). Pada atribusi eksternal kita menyimpulkan bahwa tingkah laku seseorang disebabkan oleh situasi tempat atau lingkungan orang itu berada.

Contoh dari teori atribusi dapat kita ambil dari sejarah teori atribusi. Haider mengemukakan bahwa teori atribusi muncul dari usaha seseorang untuk mencari sebab orang lain bertingkah laku tertentu. Misalkan kita melihat ada seseorang melakukan pencurian. Sebagai manusia kita ingin mengetahui penyebab kenapa dia sampai berbuat demikian. Dua focus perhatian di dalam mencari penyebab suatu kejadian, yakni sesuatu didalam diri (kepribadian) atau sesuatu di luar diri (situasi). Apakah orang tersebut melakukan pencurian karena sifat dirinya yang memang suka mencuri, atautkah karena faktor diluar dirinya, dia mencuri karena dipaksa situasi, misalnya karena dia harus punya uang untuk membiayai pengobatan anaknya yang sakit keras. Bila kita (individu) melihat/menyimpulkan bahwa seseorang itu melakukan suatu tindakan karena sifat-sifat kepribadiannya (suka mencuri) maka kita (individu) tersebut melakukan atribusi internal (internal attribution). Tetapi jika kita (individu) melihat atau menyimpulkan bahwa tindakan yang dilakukan oleh seseorang dikarenakan oleh tekanan situasi tertentu (misalnya mencuri untuk beli obat) maka kita melakukan atribusi eksternal (external attribution).

c. Teori Analisis Transaksi

Teori analisis transaksional merupakan karya besar Eric Berne (1964), yang ditulisnya dalam buku *Games People Play*. Berne adalah seorang ahli ilmu jiwa terkenal dari kelompok Humanisme. Teori analisis transaksional merupakan teori terapi yang sangat populer dan digunakan dalam konsultasi pada hampir semua bidang ilmu-ilmu perilaku. Teori analisis

transaksional telah menjadi salah satu teori komunikasi antar pribadi yang mendasar.

Kata transaksi selalu mengacu pada proses pertukaran dalam suatu hubungan. Dalam komunikasi antarpribadi pun dikenal transaksi. Yang dipertukarkan adalah pesan-pesan baik verbal maupun nonverbal. Analisis transaksional sebenarnya bertujuan untuk mengkaji secara mendalam proses transaksi (siapa-siapa yang terlibat di dalamnya dan pesan apa yang dipertukarkan).

Analisis Transaksional (AT) adalah salah satu pendekatan Psychotherapy yang menekankan pada hubungan interaksional. Transaksional maksudnya ialah hubungan komunikasi antara seseorang dengan orang lain. Adapun hal yang dianalisis yaitu meliputi bagaimana bentuk cara dan isi dari komunikasi mereka. Dari hasil analisis dapat ditarik kesimpulan apakah transaksi yang terjadi berlangsung secara tepat, benar dan wajar. Bentuk, cara dan isi komunikasi dapat menggambarkan apakah seseorang tersebut sedang mengalami masalah atau tidak. Analisis transaksional terdiri dari dua kata, analisis berarti pengujian secara detail agar lebih memahami atau agar dapat menarik kesimpulan dari bahasa pengujian tersebut, sedangkan transaksional atau transaksi adalah unit pokok dari sebuah hubungan sosial. Dengan demikian, analisis transaksional adalah metode yang digunakan untuk mempelajari interaksi antar individu dan pengaruh yang bersifat timbal balik yang merupakan gambaran kepribadian seseorang.

Struktur kepribadian Ketika Berne menghadapi klien, ia menemukan bahwa kliennya kadang-kadang berfikir, berperasaan dan berperilaku seperti anak-anak, tapi di lain kesempatan terlihat seperti orang tua atau orang dewasa. Berdasarkan pengalamannya dengan klien itu, Berne berkesimpulan bahwa manusia memiliki berbagai bentuk kondisi ego, atau disebutnya dengan ego states yaitu unsur-unsur kepribadian yang terstruktur dan itu merupakan satu kesatuan yang utuh. Adapun struktur kepribadian itu terdiri dari 3 status ego yaitu ; ego orang tua, ego dewasa dan ego anak.

- 1) Status Ego orang tua. (*Ego State Parent*) Yaitu bagian dari kepribadian yg menunjukkan sifat-sifat orang tua, berisi perintah (harus & semestinya). Jika individu merasa dan bertindak laku sebagaimana orang tuanya dahulu, maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut dalam status ego orang tua. Status ego orang tua merupakan suatu kumpulan perasaan, sikap, pola-pola tingkah laku yang mirip dengan bagaimana orang tua individu merasa dan bertindak laku terhadap dirinya.
- 2) Status Ego dewasa (*Ego State Adult*) Yaitu bagian dari kepribadian yg objektif, stabil, tidak emosional, rasional, logis, tidak menghakimi, berkerja dengan fakta dan kenyataan-kenyataan, selalu berusaha untuk menggunakan informasi yang tersedia untuk menghasilkan pemecahan yang terbaik dalam pemecahan berbagai masalah. Dalam status orang dewasa selalu akan berisi hal-hal yang produktif, objektif,

tegas, dan efektif dan bertanggung jawab dalam menghadapi kehidupan. Jika individu bertingkah laku sesuai dengan yang telah disebutkan tadi, maka individu tersebut dikatakan dalam status ego dewasa.

- 3) Status ego anak (*Ego State Child*) Yaitu bagian dari kepribadian yang menunjukkan ketidakstabilan, reaktif, humor, kreatif, serta inisiatif, masih dalam perkembangan, berubah-ubah, ingin tahu dan sebagainya. Status ego anak berisi perasaan, tingkah laku dan bagaimana berpikir ketika masih kanak-kanak dan berkembang bersama dengan pengalaman semasa kanak-kanak.

C. Tinjauan Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu dapat dijadikan sebagai referensi atau rujukan kajian teoritis bagi peneliti selanjutnya. Penelitian terdahulu dapat dicari dari beberapa sumber, seperti jurnal penelitian, disertasi, tesis, skripsi, dan terbitan resmi dari lembaga penelitian. Pada penjelasan ini, peneliti akan menjelaskan hasil penelitian, metode yang digunakan oleh peneliti sebelumnya, untuk memperdalam kajian tema penelitian peneliti. Selain sebagai sumber rujukan, penelitian terdahulu juga berfungsi untuk menghindari kesamaan penelitian agar tidak terjadi pengulangan. Adapun beberapa penelitian terdahulu yang relevan dari penelitian peneliti yaitu sebagai berikut.

**1. Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Anak Di
Tengah Pandemi Covid-19.** Chaerunnisa Djayadin, Erni Munastiwi
2020.

Penelitian ini membahas secara mendalam penerapan pola komunikasi keluarga terhadap kesehatan mental anak di tengah pandemi covid-19. Penelitian ini, mengambil metode kualitatif deskriptif dengan desain studi kasus tunggal karena sasaran yang diambil mempunyai karakteristik yang sama yaitu keluarga Sulawesi. Analisis data yang digunakan yaitu model analisis interaktif yang terdiri dari komponen pokok yaitu reduksi data, sajian data, dan penarikan kesimpulan sebab tiga komponen analisis tersebut saling berkaitan dan berinteraksi. Validitas data dilakukan dengan teknik triangulasi sumber. Secara umum temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pola komunikasi yang diterapkan dalam keluarga yaitu pola komunikasi demokratis, pola otoriter dan pola otoriter-demokratis. Pemahaman dan kesadaran keluarga mengenai pentingnya komunikasi keluarga dan pengaruhnya terhadap kesehatan mental anak pada keluarga Sulawesi tergolong sangat baik. Hal ini dapat dilihat dari keluarga yang memiliki pemahaman yang benar tentang hubungan antara pola komunikasi keluarga dengan kesehatan mental anak. Selanjutnya, penerapan pola komunikasi keluarga terhadap kesehatan mental anak di tengah pandemi covid-19 sangatlah berpengaruh, dalam hal ini pola komunikasi otoriter-demokratis menjadi pola yang sangat berpengaruh sebab mampu membuat anak lebih terbuka dan bebas mengekspresikan

perasaan yang mereka alami, sehingga mental anak pun terlindungi dari keadaan stress dan kecemasan yang berlebihan.

Penelitian ini berfokus pada mental anak dimasa pandemi covid-19 sementara penulis akan meneliti secara umum, tidak hanya pada masa pandemi, juga fokus pada orang tua pekerja dalam hal ini pegawai negeri sipil.

2. Pola Komunikasi Orang Tua Kandung Terhadap Anak Remaja Yang Mengalami Depresi. Saifudin Zuhri, 2012.

Penelitian ini mengidentifikasi pola komunikasi orang tua dan anak remaja yang mengalami depresi serta mencari solusi yang paling tepat untuk mengatasi permasalahan. Menggunakan metode kualitatif bertujuan untuk menggali ataupun menjelaskan makna dari realita yang sedang terjadi. Dalam hal ini pola komunikasi orang tua dengan anak yang mengalami depresi. Setelah diperoleh seluruh data dari hasil interview maka peneliti akan menggunakan teknik analisis data yang bersifat deskriptif yang ingin menggambarkan data tersebut secara detail berdasarkan dengan pola komunikasi yang ada untuk mengetahui bagaimana pola komunikasi orang tua dengan anak remaja yang mengalami depresi.

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kebanyakan para orang tua yang memiliki anak yang mengalami depresi menganut pola komunikasi authoritarian (otoriter) dan juga menganut pola komunikasi permissive (membebaskan).

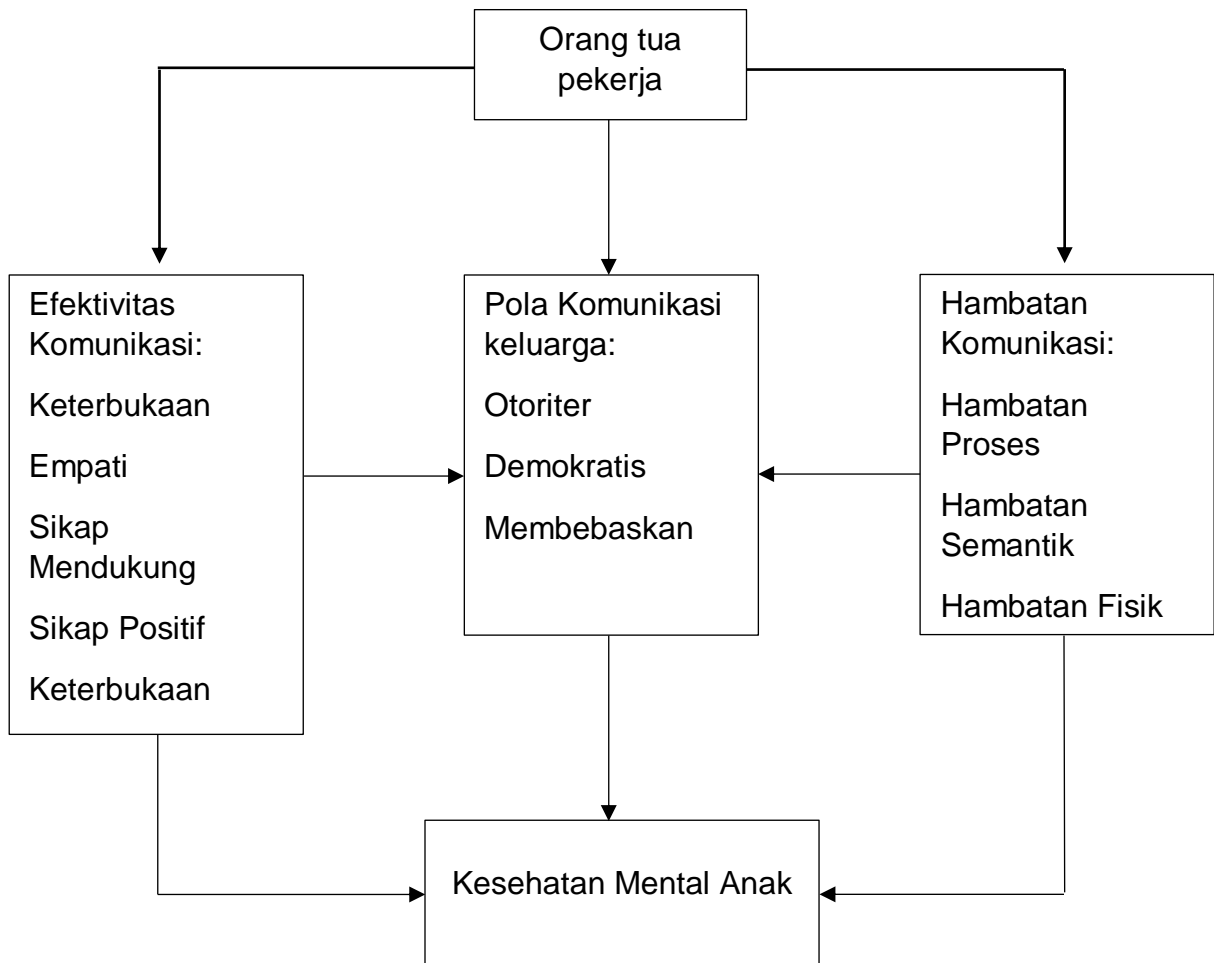
3. Pola Komunikasi Keluarga dan Perkembangan Emosi Anak (Studi Kasus Penerapan Pola Komunikasi Keluarga dan Pengaruhnya terhadap Perkembangan Emosi Anak pada Keluarga Jawa). Yuli Setyowati, 2005.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pola komunikasi terjadi di lingkungan keluarga Jawa di Kabupaten Sleman dan Kota Jogjakarta. Juga untuk mengetahui sejauh mana keluarga Jawa memahami dan menyadari pentingnya komunikasi keluarga dan perkembangan emosi anak, serta dampak komunikasi keluarga terhadap perkembangan emosi anak. Penelitian ini adalah menggunakan metode deskriptif-kualitatif dan berbasis simbolik teori interaksionisme. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik observasi pasif dan wawancara mendalam dengan 18 informan. Informan diambil dengan menggunakan purposive sampling dan dipilih berdasarkan aksesibilitasnya terhadap masalah yang diteliti. Data dianalisis menggunakan model analisis interaktif. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa pola komunikasi yang demokratis dan interaktif secara kultural pada akhirnya akan menentukan keberhasilan proses sosialisasi pada anak. Proses sosialisasi menjadi penting karena dalam proses tersebut akan terjadi transmisi sistem nilai yang positif kepada anak. Sistem nilai dalam budaya Jawa yang disosialisasikan kepada anak, banyak memberikan pengaruh positif terhadap pembentukan dan perkembangan emosi anak. Dalam hal ini adalah sistem nilai yang berhubungan dengan kualitas-kualitas emosi anak, antara lain nilai-nilai tentang sikap hormat,

tata krama atau sopan-santun, kesabaran dalam menyelesaikan masalah masalah, serta toleransi yang menjadi dasar terbentuknya sikap empati anak. Dengan demikian, anak-anak akan tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang cerdas, baik secara intelektual maupun emosional, yang akhirnya menjadi dasar bagi kecerdasan yang lain, yaitu kecerdasan sosial, moral, dan spiritual.

D. Kerangka Pemikiran

Alur kerangka pemikiran penelitian ini digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2.2 Metode Kerangka Pemikiran Peneliti

(Sumber: Peneliti, 2022)