

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bentuk komunikasi interpersonal dapat terjalin dalam sebuah keluarga yang melibatkan interaksi antara orang tua dan anak. Komunikasi interpersonal dalam keluarga merupakan faktor yang sangat penting dalam menciptakan keharmonisan keluarga. Melalui komunikasi, seseorang dapat mengungkapkan isi hati, pendapat, ataupun gagasannya. Orang tua juga dapat memberikan dukungan dan bimbingan kepada anak melalui komunikasi, sehingga memunculkan motivasi dan rasa percaya diri dalam diri anak. Akan tetapi, dewasa ini peran orang tua sebagai pendidik pertama bagi anak-anaknya semakin terabaikan di masyarakat. Berbagai kesibukan orang tua, baik karena tuntutan ekonomi, profesionalisme, maupun hobi, sering kali menjadi penghalang kedekatan hubungan antara orang tua dan anak, sehingga interaksi dalam keluarga terganggu.

Dalam *The Interpersonal Communication Book*, DeVito (2019), komunikasi interpersonal yang buruk dalam keluarga dapat berdampak negatif pada perkembangan sosial dan emosional remaja. Ketika komunikasi dalam keluarga bersifat negatif dan penuh konflik, keluarga dapat menjadi lingkungan yang toksik. Keluarga toksik tidak hanya memengaruhi harga diri dan citra diri individu, tetapi juga pengalaman komunikasi remaja secara keseluruhan. Remaja yang tumbuh dalam keluarga toksik cenderung menginternalisasi pemikiran negatif tentang dirinya, menghadapi kesulitan dalam berinteraksi sosial, dan mengalami hambatan dalam membangun komunikasi yang sehat dengan orang lain, baik dalam lingkungan akademik, sosial, maupun profesional. Sebagai contoh, sebuah survei yang dilakukan oleh National Child Development Study (NCDS) menunjukkan bahwa 60% remaja yang tumbuh dalam keluarga dengan pola komunikasi negatif melaporkan rendahnya rasa percaya diri, sementara 45% di antaranya mengalami kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat.

Konsep diri merupakan aspek penting dalam perkembangan individu, terutama pada masa remaja dan awal dewasa. Masa ini adalah periode kritis di mana seseorang membentuk pemahaman dan pandangan tentang siapa dirinya serta

bagaimana ia berhubungan dengan lingkungan sekitar. Konsep diri mencakup persepsi individu terhadap karakter, kemampuan, dan citra dirinya, yang berpengaruh pada cara mereka memandang diri sendiri serta berperilaku dalam hubungan sosial. Data-data tersebut menguatkan bahwa dinamika komunikasi keluarga, baik positif maupun negatif, memainkan peran besar dalam pembentukan konsep diri remaja.

Konsep diri ialah aspek berarti dalam pertumbuhan orang, paling utama pada masa anak muda serta dini masa berusia. Masa ini merupakan periode kritis di mana orang membentuk pemikiran serta uraian tentang siapa diri mereka serta gimana mereka berhubungan dengan dunia dekat. Konsep diri mencakup anggapan orang tentang karakter, keahlian, dan citra diri yang pengaruhi gimana mereka memandang diri sendiri serta berperan dalam ikatan sosial.

Konsep diri didefinisikan sebagai semua pikiran, keyakinan dan kepercayaan yang membuat seseorang mengetahui tentang dirinya dan mempengaruhi hubungan dengan orang lain. Konsep diri seseorang tidak terbentuk sewaktu lahir tetapi dipelajari sebagai hasil dari pengalaman unik seseorang dalam dirinya sendiri dengan orang terdekat dan dengan realita dunia (Stuart & Sundeen, 2006). Batasan pengertian konsep diri dalam Kamus Psikologi adalah keseluruhan yang dirasa dan diyakini benar oleh seorang individu mengenai dirinya sendiri (Maria, 2007 dikutip dari Kartono & Gulo, 1987). Konsep diri yang terbentuk melalui pengalaman seseorang, baik dengan dirinya sendiri maupun orang lain, tentu dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pola hubungan dalam keluarga. Salah satu faktor yang sering memengaruhi pembentukan konsep diri adalah adanya keluarga toksik, yang menciptakan dinamika negatif dalam hubungan antaranggota keluarga.

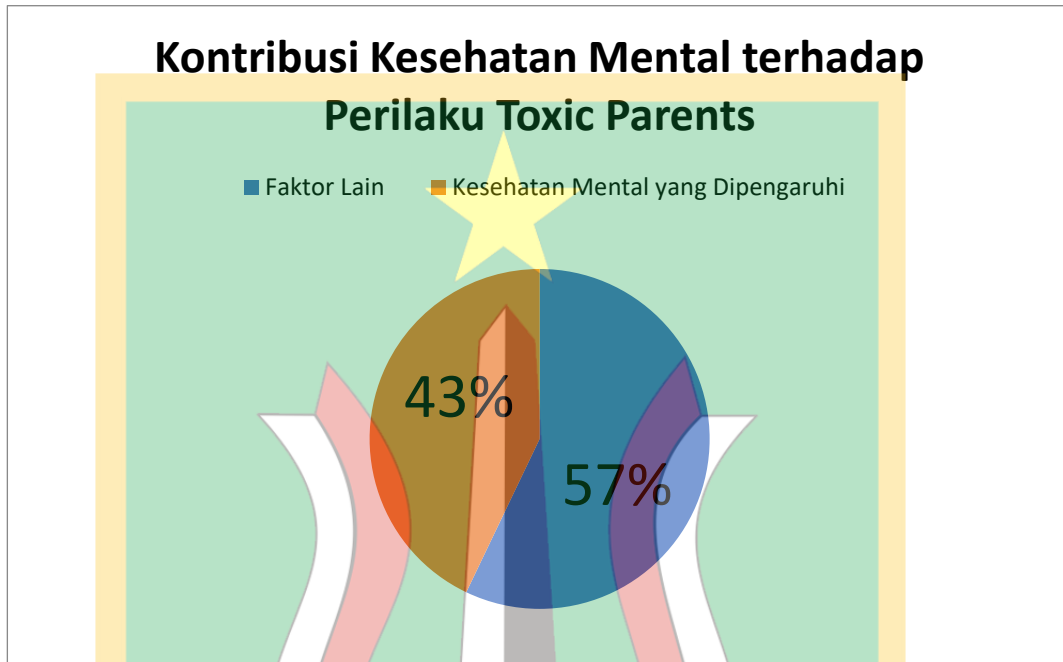
Keluarga toksik merupakan sebutan yang digunakan buat menggambarkan pola ikatan dalam keluarga yang diisyarati oleh kontrol emosional, manipulasi, kekerasan verbal, ataupun apalagi pengabaian. Orang tua yang membagikan kritik kelewatan, hukuman yang tidak sepadan, ataupun menampilkan minimnya sokongan emosional kerap kali membuat anak merasa tidak berharga. Perihal ini berakibat langsung pada gimana seseorang anak muda membangun konsep dirinya. Peran keluarga khususnya orang tua sangat penting dalam pembentukan karakter

anak, apalagi jika pembentukan karakter anak dimulai sejak usia dini. Komunikasi keluarga merupakan suatu cara anggota keluarga berinteraksi dengan anggota lainnya dan merupakan wadah pembentukan dan pengembangan nilai-nilai yang diperlukan sebagai pedoman hidup.

Dalam proses lingkungan sosial membentuk kepribadian anak, apabila dalam keluarga terdapat metode komunikasi keluarga dan perilaku orang tua yang toksik, maka mau tidak mau akan sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak bahkan kesehatan mental anak itu sendiri. Selain itu, Bowlby (1988) dalam Attachment Theory menegaskan bahwa pola keterikatan yang tidak aman dalam keluarga dapat menyebabkan anak mengalami ketergantungan emosional dan kesulitan dalam mengambil keputusan mandiri. Anak yang tidak mendapatkan dukungan emosional dari orang tua akan mengembangkan pola pikir bahwa mereka tidak cukup berharga atau layak untuk dicintai. Hal ini berdampak pada kesulitan dalam membangun identitas diri, rendahnya harga diri, serta hambatan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat. Dalam konteks akademik dan sosial, mahasiswa yang berasal dari keluarga dengan pola komunikasi toksik sering kali mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri di lingkungan perkuliahan, menarik diri dari interaksi sosial, dan mengalami kecemasan dalam situasi yang membutuhkan keterampilan komunikasi interpersonal. Mereka mungkin mengalami hambatan dalam berpartisipasi dalam diskusi kelas, merasa tidak nyaman dalam berinteraksi dengan teman sebaya, atau mengalami ketidakmampuan dalam mengelola konflik interpersonal. Keluarga merupakan media sosialisasi pertama bagi anak. Keluarga Intinya, ini adalah tempat pertama di mana anak-anak belajar dan menghadapi kehidupan mereka sendiri.

Murdock menjelaskan dalam Fikri dkk (2021) bahwa keluarga adalah suatu kelompok sosial yang bercirikan hidup bersama, kerjasama ekonomi, dan adanya proses reproduksi di dalamnya. Keluarga hendaknya dilandasi cinta kasih dan persatuan sehingga tercipta rasa nyaman atau kasih sayang yang selaras dengan fungsi keluarga. Peran keluarga khususnya orang tua sangat penting dalam pembentukan karakter anak, apalagi jika pembentukan karakter anak dimulai sejak usia dini. Komunikasi keluarga merupakan suatu cara anggota keluarga berinteraksi dengan anggota lainnya dan merupakan wadah pembentukan dan pengembangan

nilai-nilai yang diperlukan sebagai pedoman hidup. Dalam proses lingkungan sosial membentuk kepribadian anak, apabila dalam keluarga terdapat metode komunikasi keluarga dan perilaku orang tua yang toksik, maka mau tidak mau akan sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak bahkan kesehatan mental anak itu sendiri.



Gambar 1.1 Diagram Kontribusi Kesehatan Mental terhadap Perilaku Toxic Parents

Grafik diatas menunjukkan kontribusi kesehatan mental terhadap perilaku *toxic parents* yang diukur melalui korelasi positif dengan nilai R square sebesar 0,429 (42,9%). Artinya, sebesar 42,9% perilaku *toxic parents* dapat dijelaskan oleh faktor kesehatan mental. Sisanya, yaitu 57,1%, dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dijelaskan dalam penelitian ini, seperti kondisi sosial, budaya, pendidikan, atau pengalaman hidup sebelumnya. Hasil penelitian ini juga menunjukkan korelasi positif sebesar 0,655, yang mengindikasikan hubungan yang cukup kuat antara kesehatan mental dengan perilaku *toxic parents*. Semakin rendah kesehatan mental seseorang, semakin besar kemungkinan perilaku *toxic* muncul dalam interaksi dengan anggota keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2022) yang berjudul “Hubungan Antara *Toxic Parents* Terhadap Kondisi Kesehatan Mental Remaja” ini menyoroti pentingnya menjaga kesehatan mental, terutama bagi orang

tua, sebagai upaya untuk menciptakan lingkungan keluarga yang sehat dan mendukung perkembangan anak. Oleh karena itu, intervensi yang berfokus pada peningkatan kesehatan mental, seperti konseling atau edukasi parenting, dapat menjadi langkah preventif untuk mengurangi dampak negatif dalam keluarga.

Kondisi ini menjadi penting untuk diteliti karena komunikasi keluarga yang toksik sering kali tidak disadari oleh para anggotanya, sehingga dampaknya cenderung diabaikan. Lewat perspektif teori interaksionis simbolik, riset ini bertujuan untuk menguasi lebih dalam gimana anggapan mahasiswa terhadap konsep diri mereka dibangun oleh pola interaksi toxic dengan orang tua, serta gimana perihal ini mempengaruhi pengalaman komunikasi mereka dalam kehidupan sosial yang lebih luas. Dengan pendekatan fenomenologi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mendalam tentang pentingnya membangun komunikasi yang sehat dalam keluarga demi mendukung perkembangan individu secara optimal.

1.2 Rumusan Masalah

Dilihat dari latar belakang diatas pada penelitian ini, maka yang menjadi rumusan masalah dari penelitian ini adalah Bagaimana konsep diri dan pengalaman komunikasi remaja dalam keluarga toksik mahasiswa UNAS?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana konsep diri dan pengalaman komunikasi remaja dalam keluarga toksik terbentuk serta dampaknya terhadap kehidupan sosial mereka. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pola komunikasi yang terjadi dalam keluarga toksik dan bagaimana pola tersebut berpengaruh terhadap perkembangan konsep diri remaja. Selain itu, penelitian ini juga menganalisis pengalaman komunikasi remaja dalam keluarga toksik serta bagaimana pengalaman tersebut membentuk persepsi mereka terhadap diri sendiri dan orang lain. Lebih lanjut, penelitian ini mengeksplorasi dampak komunikasi dalam keluarga toksik terhadap interaksi sosial dan keterampilan komunikasi remaja dalam lingkungan akademik dan sosial. Terakhir,

penelitian ini juga berupaya menjelaskan bagaimana teori interaksionisme simbolik dapat digunakan untuk memahami pembentukan konsep diri remaja dalam konteks keluarga toksik. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya pola komunikasi keluarga yang sehat dalam membentuk konsep diri yang positif pada remaja.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dibagi menjadi dua, yakni manfaat teoretis dan manfaat praktis:

1. Manfaat Teoretis

- a. Menambah literatur dan pemahaman mengenai teori interaksionisme simbolik dalam konteks pola interaksi keluarga.
- b. Mengembangkan kajian tentang pengaruh pola komunikasi orang tua yang toxic terhadap konsep diri dan pengalaman komunikasi anak.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah literatur dan pemahaman terkait teori interaksionisme simbolik, khususnya dalam konteks pola interaksi yang terjadi di dalam keluarga.
- d. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian ilmiah yang berfokus pada pengaruh pola komunikasi orang tua yang bersifat toxic terhadap pembentukan konsep diri serta pengalaman komunikasi yang dialami oleh anak.

2. Manfaat Praktis

- a. Memberikan wawasan kepada orang tua tentang pentingnya pola komunikasi yang sehat dalam pembentukan konsep diri anak.
- b. Menjadi referensi bagi mahasiswa yang mengalami pola pola komunikasi konsep diri dan pengalaman komunikasi remaja dalam keluarga toksik untuk lebih memahami dampak hubungan tersebut terhadap perkembangan pribadi mereka.
- c. Dapat digunakan sebagai acuan bagi konselor atau psikolog dalam menangani masalah komunikasi antara orang tua dan anak.

1.5 Sistematika Penulisan

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisi latar belakang masalah, permasalahan, pembatasan masalah, tujuan dan manfaat penulisan, serta sistematika penulisan. Bab ini menguraikan fenomena yang melatarbelakangi penelitian. Dalam konteks ini, komunikasi dalam keluarga berperan penting dalam pembentukan konsep diri remaja. Namun, tidak semua keluarga memberikan lingkungan yang mendukung. Keluarga toksik dengan pola komunikasi negatif dapat memengaruhi kepercayaan diri, keterampilan komunikasi, dan interaksi sosial remaja. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memahami dampak komunikasi dalam keluarga toksik terhadap konsep diri dan pengalaman komunikasi remaja.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Dalam bab ini, penelitian sebelumnya disajikan melalui tabel dan kerangka konseptual dari buku-buku yang ditemukan oleh peneliti. Pada penelitian-penelitian sebelumnya, peneliti memaparkan beberapa penelitian sejenis yang sebelumnya sudah dilakukan sebagai perbandingan antara kelebihan, kebaruan, dan perbedaan dengan penelitian sebelumnya, lalu konsepnya yang dapat membantu peneliti untuk penyajian datanya.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

Bab ini menjelaskan pendekatan, jenis, serta metode yang digunakan dalam penelitian ini untuk memahami konsep diri dan pengalaman komunikasi remaja dalam keluarga toksik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, yang bertujuan untuk menggali pengalaman subjektif mahasiswa yang berasal dari keluarga toksik. Lokasi penelitian dilakukan di Universitas Nasional, dengan subjek penelitian adalah mahasiswa yang mengalami pola komunikasi toksik dalam keluarga mereka.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini mencakup:

1. Wawancara mendalam (in-depth interview) untuk memperoleh pemahaman lebih dalam mengenai pengalaman komunikasi informan.
2. Observasi partisipan, di mana peneliti mengamati bagaimana subjek berkomunikasi dalam interaksi sosial mereka.
3. Dokumentasi, yang mencakup catatan atau materi lain yang mendukung penelitian.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi **hasil penelitian** yang diperoleh dari wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap mahasiswa yang mengalami komunikasi dalam keluarga toksik. Selain itu, bab ini juga menyajikan **analisis temuan** dengan mengacu pada teori interaksionisme simbolik serta konsep-konsep yang relevan dalam ilmu komunikasi. Bagian ini juga menjelaskan karakteristik informan yang menjadi subjek penelitian, termasuk latar belakang keluarga mereka, pengalaman hidup, serta kondisi komunikasi dalam keluarga masing-masing. Profil informan disusun untuk memberikan gambaran tentang bagaimana mereka mengalami dan merespons komunikasi dalam lingkungan keluarga toksik.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini menyajikan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan serta memberikan saran bagi berbagai pihak terkait. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi dalam keluarga toksik, seperti kritik berlebihan, manipulasi psikologis, dan pengabaian emosional, berdampak negatif terhadap konsep diri remaja. Remaja yang tumbuh dalam lingkungan ini cenderung memiliki rasa percaya diri yang rendah, kesulitan dalam mengekspresikan diri, serta hambatan dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Teori interaksionisme simbolik relevan dalam menjelaskan bagaimana individu menginternalisasi pola komunikasi dalam keluarga, yang kemudian memengaruhi interaksi sosial mereka. Berdasarkan temuan tersebut, beberapa saran diberikan. Orang tua perlu meningkatkan kesadaran tentang pentingnya komunikasi yang sehat serta menciptakan lingkungan yang lebih suportif bagi anak. Remaja disarankan untuk mencari dukungan sosial

dan mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal guna membangun konsep diri yang lebih positif. Institusi pendidikan juga berperan dalam menyediakan layanan konseling serta edukasi mengenai komunikasi keluarga yang sehat.

