

HUBUNGAN KOMUNIKASI ORANG TUA DAN ANAK DENGAN PEMBENTUKAN KONSEP DIRI ANAK REMAJA

ABSTRAK

Komunikasi sangatlah penting dalam hubungan orang tua dan anak. Kemerosotan kualitas komunikasi antara orang tua dan anak secara langsung akan memperburuk kehidupan seseorang khususnya remaja. Ini disebabkan karena keluarga adalah pilar bangunan yang utama bagi pembentukan kehidupan remaja. Dalam hal ini, keluarga memiliki peranan yang sangat penting dan tidak tergantikan dalam membantu remaja membentuk konsep dirinya.

Yorhans S. Lopis

Kepala Bidang Bimas Kristen Kanwil NTT

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Dalam masa tersebut terjadi proses kematangan baik itu kematangan fisik maupun psikis. Masa remaja ini terjadi pada rentang usia 12-21 tahun. Masa remaja di bagi menjadi tiga yaitu masa remaja awal (12-16 tahun), masa remaja pertengahan (17-18 tahun) dan masa remaja akhir (19-21) tahun.

Yulia Singgih D Gunarsa mengkategorikan masa remaja awal sebagai masa pubertas. Istilah “*Pubertas*” berasal dari Bahasa Latin yaitu “*Pubes*” yang berarti rambut-rambut kemaluan (2008 : 201). Masa pubertas yaitu masa di mana komposisi hormonal remaja berubah secara drastis menuju tingkat kedewasaan yang mengakibatkan terjadinya kematangan alat kelamin dan kemampuan bereproduksi (Heath, 2008 : 21). Oleh karenanya pada masa ini, remaja merasa cemas dengan perubahan bentuk tubuhnya yang drastis serta merasa malu dengan keinginan seksualnya yang mulai kuat.

Emosi remaja sangat labil dan perasaan mereka sulit dipahami. Secara psikososial mereka mulai mencari figur yang bisa ditiru dan lebih suka bergaul dengan teman sebaya yang sepeham. Di sini remaja mulai memahami tentang gengsi, penampilan, serta penerimaan sosial. Dan yang terjadi pada mereka yaitu kecenderungan untuk menyendiri, berselisih paham dengan orang tua, penuh gejolak emosi, kepekaan perasaan, kurang percaya diri dan sebagainya. Charlotte Buhler sebagaimana yang dikutip oleh Elizabeth Hurlock menyebutnya sebagai “*fase negatif*” bagi remaja pubertas (1980 : 205). James Dobson menyebutnya dengan istilah “*jurang kegelapan*” yang akan dilewati oleh setiap remaja awal (2000 : 10), sedangkan G. Stanley Hall berpendapat bahwa remaja merupakan masa “*Sturm und Drang*” yaitu periode yang berada dalam dua situasi antara keguncangan, penderitaan, asmara, dan pemberontakan terhadap otoritas orang dewasa (H. Syamsu Yusuf, 2009 : 185).

Masa remaja pertengahan atau masa remaja lanjut (16-18 tahun) yaitu masa peralihan dari masa pubertas ke masa adolescence. Pada masa ini pertumbuhan fisik dan seksualitas remaja sudah mulai matang, hanya saja kematangan psikologinya belum tercapai sepenuhnya. Dalam hal ini ada perbedaan antara remaja putra dan remaja putri yaitu proses kedewasaan remaja putri lebih cepat dibandingkan pada remaja putra. Proses kematangan psikis terus terjadi hingga masa ini. Jika proses kematangan psikis pada masa remaja awal berlangsung dengan baik, maka hal tersebut akan mempermudah proses selanjutnya pada masa remaja pertengahan dan pada masa remaja akhir.

Masa remaja akhir (19-21 tahun) disebut masa adolescence yaitu masa tercapainya perkembangan fisik dan kematangan seksualitas secara biologis (Gunarsa, 2008 : 202). Pada periode ini susunan kerangka dan otot mencapai pertumbuhan sepenuhnya. Daya tahan tubuh mencapai puncak kecepatan dan kemampuan gerak mencapai puncaknya (J. Omar Brubaker dan Robert E. Clark, 2008 : 98). Oleh sebab itu, pada masa ini seseorang lebih siap untuk hidup dalam setiap aktifitasnya dan hidup bermandiri

sepenuhnya. Pada masa ini remaja juga diharapkan telah menyelesaikan tugas perkembangan psikologinya yaitu remaja telah mengalami perkembangan dalam hubungan sosial, emosi, kemampuan dan keterampilan, serta pembentukan konsep diri.

Proses peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa ini merupakan hal yang tidak mudah. Tidak sedikit remaja yang merasa frustrasi bahkan gagal melewati masa remaja mereka dengan baik. Bagi mereka yang gagal, mereka akan masuk ke dalam masa dewasa dengan membawa masalah-masalah yang rumit. Oleh sebab itu, dalam masa yang kritis tersebut remaja perlu dibekali dan terus dibimbing untuk memperoleh konsep diri yang positif.

Konsep diri dapat didefenisikan secara umum sebagai keyakinan, pandangan atau penilaian seseorang tentang dirinya. Konsep diri secara langsung berdampak pada sikap dan perilaku seseorang. Konsep diri yang baik atau positif menghasilkan sikap dan perilaku yang positif. Sebaliknya konsep diri yang jelek atau negatif menghasilkan sikap dan perilaku yang negatif.

Kehidupan remaja rentan dengan masalah jika ia tidak memiliki konsep diri yang positif. Anak-anak remaja yang memasuki periode remaja awal tanpa memiliki pengenalan sama sekali tentang siapa dia kadangkala menjadi tidak berdaya untuk mengevaluasi masukan atau bujukan yang datang kepadanya dan cenderung mengikuti saja. Remaja yang demikian akan dengan mudah terjerumus dalam masalah-masalah remaja seperti kenakalan remaja, seks bebas, penyalahgunaan narkoba, hamil di luar nikah, pemberontakan terhadap orang tua dan lain sebagainya.

Bagi remaja, masa pencarian jati diri adalah masa yang sangat penting. Peran orang tua sangat penting membantu mereka menghadapi masa-masa ini. Orang tua dapat membantu mereka mengenali diri sendiri secara mendalam. Peran orang tua dalam membantu remaja dapat dilakukan dengan komunikasi yang baik di antara mereka.

Melihat fenomena yang terjadi dalam kehidupan remaja, maka sesungguhnya remaja membutuhkan komunikasi dan arahan yang baik atau positif dari orang-orang terdekatnya yang mengasahi serta memahami dia. Remaja membutuhkan bimbingan untuk membentuk konsep diri yang positif. Idealnya konsep diri yang positif itu datang dari komunikasi yang baik antara remaja dan orang tua.

B. Komunikasi

Secara etimologi kata “komunikasi” berasal dari Bahasa Latin yaitu “*communicatio*” yang berarti “bersama atau bersatu dengan”. Dalam perkembangannya, kata komunikasi mengalami peralihan etimologi ke Bahasa Inggris yaitu “*common*” yang berarti bersama dengan orang lain untuk membangun suatu kebersamaan. Jadi komunikasi adalah proses tukar-menukar pesan untuk membangun kebersamaan dalam suatu hubungan. Tingkatan hubungan dalam komunikasi yaitu komunikasi intrapersonal atau komunikasi dalam diri; komunikasi antarpersonal atau komunikasi antara dua orang atau lebih dalam suatu kelompok kecil; komunikasi massa atau komunikasi dalam kelompok besar. Proses komunikasi tersebut dapat dilakukan dengan metode komunikasi satu arah atau pun metode komunikasi dua arah atau yang disebut interaksi.

Ada enam unsur dalam komunikasi, unsur-unsur yang ada dalam proses komunikasi tersebut yaitu komunikator (pemberi pesan), komunikan (penerima pesan), pesan, media komunikasi, kegiatan encoding (perumusan pesan oleh komunikator sebelum disampaikan kepada komunikan), dan kegiatan decoding (penafsiran pesan oleh komunikan pada saat menerima pesan). Dengan unsur-unsur tersebut, maka proses komunikasi yang ideal adalah komunikator merumuskan pesan (encoding) kemudian menyampaikannya baik secara langsung atau melalui media komunikasi dan diterima serta diterjemahkan oleh komunikan (*decoding*).

Dalam proses komunikasi ada beberapa hal yang harus diperhatikan demi kelancaran proses komunikasi tersebut. Pada proses komunikasi, komunikator harus dapat menyampaikan pesan yang dapat dimengerti oleh komunikan demikian juga sebaliknya ketika komunikan memberikan tanggapan balik (*feedback*). Dalam hal ini komunikator perlu memperhatikan tingkat pendidikan, tingkat pemahaman, serta sistem sosial yang ada untuk menghindari terjadinya kesalahan komunikasi dengan komunikan. Selain itu jika menggunakan media komunikasi, maka media yang dipilih harus dapat berfungsi dengan

baik dalam menyampaikan pesan. Dalam menerima pesan dari komunikator, komunikan harus benar-benar memperhatikan pesan yang disampaikan sehingga maksud dari komunikator dapat dipahami dengan benar oleh komunikan.

Komunikasi dapat dilakukan dalam bentuk verbal maupun nonverbal. Komunikasi verbal yaitu penyampaian pesan menggunakan kata-kata sedangkan komunikasi nonverbal yaitu penyampaian pesan tanpa menggunakan kata-kata.

William I. Gordon (dalam Deddy Mulyana, 2005:5-30) mengkategorikan fungsi komunikasi menjadi empat yaitu:

1. Komunikasi sosial, komunikasi berfungsi untuk membangun konsep diri, aktualisasi diri, untuk kelangsungan hidup, untuk memperoleh kebahagiaan, terhindar dari tekanan dan ketegangan, komunikasi yang menghibur, dan memupuk hubungan dengan orang lain.
2. Komunikasi ekspresif, komunikasi berfungsi untuk menyampaikan perasaan melalui komunikasi nonverbal.
3. Komunikasi ritual, yaitu untuk menegaskan komitmen atau keyakinan.
4. Komunikasi instrumental komunikasi berfungsi untuk menginformasikan, mengajar, mendorong, mengubah sikap, menggerakkan tindakan, dan juga menghibur.

Orang-orang yang melakukan komunikasi secara efektif dapat melaksanakan kepemimpinan dengan baik, memberikan inspirasi kepada orang lain untuk bertindak, memperoleh kepercayaan dan rasa hormat, lebih mudah diterima, dan membuat orang lain lebih percaya diri (*Peter Urs Bender, Secrets of Face-to-Face Communication -2005 : 1-2*).

C. Peranan Komunikasi

Komunikasi antara orang tua dengan anak memiliki arti tersendiri bagi hubungan orang tua – anak. Komunikasi yang baik antara orang tua dan anak sebagai landasan yang kokoh bagi hubungan orang tua – anak. Komunikasi antara orang tua dan anak bersifat komprehensif. Komunikasi dalam keluarga mencakup faktor biologis, psikologis / emosional, religius, sosial, dan pendidikan. Komunikasi biologis di dalam keluarga yaitu komunikasi yang menyiratkan adanya hubungan atau pengaruh genetik yang tentu saja diperoleh dari peran orang tua terhadap remaja (Gunarsa, 2004 : 279). Komunikasi psikologis yaitu menyorot hubungan batin antara orang tua dan remaja sehingga menciptakan kejiwaan remaja yang sehat. Komunikasi emosional yaitu perhatian, perawatan, kasih sayang yang memadai dari orang tua sehingga memenuhi kebutuhan remaja akan penerimaan, persetujuan dan persahabatan. Komunikasi rohani yaitu bimbingan dan teladan bagi remaja yang membawanya untuk mengenal dan mendekat kepada Tuhannya. Komunikasi sosial yaitu pengawasan yang memadai atas pergaulan remaja dan mengkomunikasikan bagaimana cara bergaul yang baik dengan orang lain. Komunikasi pendidikan yaitu merangsang kemampuan otak remaja serta remaja dalam pendidikannya.

Komunikasi sangatlah penting dalam hubungan orang tua dan anak. Kemerosotan kualitas komunikasi antara orang tua dan anak secara langsung akan memperburuk kehidupan seseorang khususnya remaja. Ini disebabkan karena keluarga adalah pilar bangunan yang utama bagi pembentukan kehidupan remaja. Dalam hal ini, keluarga memiliki peranan yang sangat penting dan tidak tergantikan dalam membantu remaja membentuk konsep dirinya.

Rentang usia remaja merupakan waktu yang tepat bagi orang tua untuk terus mengikuti perkembangan remaja melalui proses komunikasi yang baik dengan remaja. Nilai-nilai yang dikomunikasikan orang tua kepada remaja itulah yang berperan sebagai dasar yang akan digunakan remaja dalam kehidupannya.

John MacArthur mengatakan bahwa keberhasilan dalam mendidik anak diukur dengan apa yang harus dilakukan orang tua dan apa yang dilakukan anak. Dalam proses komunikasi antara orang tua dengan anak pun, orang tua lah yang harus pertama-tama mengambil inisiatif dan lebih aktif untuk menjalin komunikasi yang baik dengan anak.

Berikut ini adalah metode komunikasi yang baik antara orang tua dengan anak yaitu komunikasi afirmasi-afirmasi positif, menjadi pendengar yang baik, peka terhadap perasaan remaja, posisikan diri sebagai sahabat dalam komunikasi dengan remaja, menjalin komunikasi yang terbuka dan jujur dengan remaja.

D. Konsep diri

Konsep diri melekat pada setiap individu. Konsep diri merupakan hal-hal yang berkaitan dengan ide, pikiran, kepercayaan serta keyakinan yang diketahui dan dipahami oleh individu mengenai dirinya. Konsep diri ini yang menjadi patokan dasar setiap individu dalam memperlakukan dirinya sendiri.

Bagi remaja, masa pencarian konsep atau identitas diri ini adalah masa yang sangat penting. J. Omar Brubaker mengatakan bahwa tanda utama pada tahap pertumbuhan remaja awal seiring dengan pertumbuhan fisiknya adalah mengembangkan konsepsi diri yang realistis tentang dirinya sendiri (Brubaker, 1972 : 9). Proses ini melibatkan banyak orang. Peran orang tua sebagai orang yang melahirkan dan membesarkan anak akan sangat penting dalam membantu mereka menghadapi masa-masa pencarian identitas diri ini. Konsep diri adalah hal-hal yang berkaitan dengan ide, pikiran, kepercayaan serta keyakinan yang diketahui dan dipahami oleh individu tentang dirinya secara utuh baik fisik, psikis / emosional, intelektual, sosial dan spiritual.

Hal ini akan mempengaruhi kemampuan individu dalam membina hubungan interpersonal. Stuart dan Sundeen membagi konsep diri itu sendiri atas beberapa bagian yaitu: gambaran diri (*body image*), ideal diri, harga diri, peran serta identitas.

Seseorang dikatakan mempunyai konsep diri negatif jika ia meyakini dan memandang bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak disukai, dan kehilangan daya tarik terhadap hidup. Sebaliknya seseorang dengan konsep diri positif akan terlihat lebih optimis, penuh percaya diri dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu juga terhadap kegagalan yang dialaminya.

E. Proses Pembentukan Konsep diri Pada Remaja

Konsep diri terbentuk melalui proses bukan faktor keturunan atau bawaan. Konsep diri remaja atau pendefinisian mengenai siapa dirinya merupakan faktor pembentukan dari pengalaman individu selama proses perkembangan dirinya menjadi dewasa. Burns mengatakan bahwa konsep diri terus berkembang sepanjang hidup manusia (dalam "*resume-perkembangan-konsep-diri-dan-kemandirian-remaja*") Namun pada tahap tertentu perkembangan konsep diri mulai berjalan dengan tempo yang lebih lambat. Secara bertahap, setiap individu mengalami sensasi dan badannya dan lingkungannya. Proses pembentukan konsep diri berkembang dengan pesat pada masa remaja awal. Ini sejalan dengan pertumbuhannya secara fisik.

Konsep diri terbentuk berdasarkan proses belajar tentang nilai-nilai, sikap, peran. Dan identitas dalam hubungan interaksi simbolis antara dirinya dan berbagai kelompok primer, khususnya keluarga. Hubungan tatap muka yang dibangun dalam komunikasi dengan kelompok primer tersebut mampu memberikan umpan balik kepada individu tentang bagaimana penilaian orang lain terhadap dirinya. Dari penilaian-penilaian tersebut, remaja menarik kesimpulan mengenai siapa dirinya. Ini terjadi karena seseorang belajar dari lingkungannya.

Perlu diketahui bahwa konsep diri primer remaja dibentuk oleh kelompok primer yaitu orang tua. Konsep diri primer mencakup citra fisik dan citra psikis, itu juga mencakup peranannya dalam hidup. Selanjutnya konsep sekunder diperoleh dari defenisi dari orang lain tentang dirinya. Namun pada dasarnya konsep diri primer yang sudah terbentuk dalam keluarga juga berperan dalam pembentukan konsep diri sekunder.

Dengan demikian bisa dikatakan bahwa proses pertumbuhan dan perkembangan individu menuju kedewasaan sangat dipengaruhi oleh lingkungan asuhnya karena seseorang belajar dari lingkungannya.

Proses pembentukan konsep diri ini tidak terjadi dalam waktu singkat melainkan melalui proses interaksi secara berkesinambungan dengan lingkungannya. Proses pembentukan konsep diri sudah dimulai saat anak berusia dua atau tiga tahun. Saat anak berusia dua atau tiga tahun, di mana anak sudah mulai mampu menggunakan bahasa yang memungkinkan mereka belajar lebih banyak tentang diri dan lingkungan.

Pada masa ini terbentuk pemahaman tentang diri meski masih dalam tahap yang bersifat egosentris (hanya berpusat pada diri sendiri). Bisa diartikan juga bahwa pada masa ini, anak-anak adalah individu yang terpisah dari lingkungannya.

Secara umum perkembangan konsep diri terjadi di usia sekitar tiga tahun. Anak memahami dirinya adalah individu yang bisa memiliki keinginan, memiliki identitas berupa nama, sehingga kelak di usia empat tahun anak sudah memahami jenis kelaminnya. Perkembangan identitas diri ini terus mengalami perkembangan hingga menjadi lebih kompleks dan berkaitan dengan kapasitas diri.

Masa remaja adalah masa untuk menempuh proses pencarian jati diri secara sadar. Pada masa ini remaja dituntut untuk memiliki rasa percaya diri baik dari lingkungan luar maupun dari dalam dirinya sendiri. Berbeda dengan masa kanak-kanak, di usia remaja pencarian identitas diri akan banyak melibatkan hubungan dengan orang lain. Pendapat orang lain merupakan acuan penting bagi remaja tentang bagaimana ia kelak akan melihat dirinya. Jika orang tua sebagai pihak primer selalu menyebut sang remaja bodoh, maka sesungguhnya yang terkonsep dalam pikirannya mengenai siapa dirinya ialah "saya bodoh". Pada dasarnya penilaian orang lain lebih khusus orang tua sebagai pilar utama sangatlah penting bagi anak untuk mendefinisikan siapa dirinya.

Dalam hal ini, orang tua yang harus berinisiatif lebih dulu untuk membantu remaja membentuk konsep diri yang positif di mulai dari dalam rumah. Orang tua bisa membantu mereka mengenali dirinya secara lebih mendalam. Sikap atau respon orang tua dan lingkungan akan menjadi bahan informasi untuk menilai dirinya sendiri.

Umumnya yang terjadi di masa ini adalah anak juga memperoleh pemahaman tentang siapa dirinya melalui aktifitas yang ia lakukan, prestasi yang ia capai, pengembangan diri yang ia lalui, hingga hubungan bersama orang lain yang berada di sekitarnya. Dalam proses ini peran orang tua dapat dilaksanakan dengan memberikan stimulus yang memadai, menemukan, serta mengenali bakat dan potensi anaknya.

Salah satu indikator dari kedewasaan dan kunci kesuksesan sejati seseorang adalah memiliki konsep diri yang positif. Ini merupakan satu mata rantai yang tidak dapat diputuskan. Konsep diri sebagai motor penggerak yang mempengaruhi mental dan konsep berpikir seseorang sehingga menghasilkan kepribadian dan karakter yang positif pula. Tindakan dan pembawaan diri merupakan cerminan dari konsep diri.

Dasar dari konsep diri yang positif adalah sebagai berikut optimis, penuh percaya diri atau tidak minder, bersikap positif terhadap segala sesuatu, mampu bertanggung jawab, mampu membangun hubungan pergaulan dengan baik. Sedangkan konsep diri yang negatif seperti pesimis, tidak percaya diri / minder, berpikir dan bersikap negatif, tidak mampu bertanggung jawab dan sulit menjalin hubungan pergaulan yang baik.

F. Kesimpulan

Hubungan Komunikasi yang dilakukan antara orang tua dan anak sangat mempengaruhi konsep diri remaja awal menjadi positif. Dalam komunikasi yang tercipta seluruh metode komunikasi seperti (komunikasikan afirmasi positif, menjadi pendengar yang baik, peka terhadap perasaan remaja, bersahabat dengan remaja, dan menjalin komunikasi yang jujur) tentu mengandung muatan fungsi orang tua yang baik (fungsi biologis, psikologis, emosional, religius, dan pendidikan).

Konsep diri merupakan hal-hal yang berkaitan dengan ide, pikiran, kepercayaan serta keyakinan yang diketahui dan dipahami oleh individu mengenai dirinya. Konsep diri ini yang menjadi patokan dasar setiap individu dalam memperlakukan dirinya sendiri. Untuk itu setiap anak remaja harus bersikap lebih terbuka untuk membangun hubungan dan komunikasi yang baik dengan orang tua.

Komunikasi yang baik dengan orang tua dapat menjadi pegangan yang kuat bagi remaja ketika menghadapi berbagai persoalan pada masa remajanya. Sedangkan orang tua tidak boleh bersikap otoriter dalam hubungannya dengan remaja, sebaliknya lebih bersahabat sehingga hubungan yang hangat dan komunikasi yang baik dapat dicapai. Dengan hubungan yang hangat dan komunikasi yang baik tersebut orang tua mempunyai kesempatan yang lebih banyak untuk menemani dan membimbing remaja agar dengan selamat dapat melewati berbagai "fase negatif".

DAFTAR PUSTAKA

- Brubaker, J. Omar dan Robert E. Clark. *Memahami Sesama Kita: Anak-Anak, Kaum Muda, Orang Dewasa*. Diterjemahkan oleh anonym. Malang: Gandum Mas, _____.
- Dobson, James. *Menjelang Masa Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2000
- Gunarsa, Yulia Singgih D. "Perkembangan Remaja," dalam *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Diedit oleh Singgih D. Gunarsa dan Yulia Singgih D. Gunarsa. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2008.
- Gunarsah, D Singgih. *Seri Psikologi: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan dari anak Sampai Usia Lanjut*. Cet.2-Jakarta: Gunung Mulia, 2006.
- Heath, W. Stanley. *Teologi Pendidikan Anak*. Bandung: Yayasan Kalan Hidup, 2005.
- Hurlock, Elizabeth. B. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga, 1980.
- Mulyana, Deddy. *Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar*. Bandung: Rosda, 2001
- Severe Sal,. *Bagaimana Bersikap Pada Anak Agar Anak Bersikap Baik*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama .2000
- Yusuf, Syamsu, *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009.