

**PERANAN KOMUNIKASI KELUARGA DALAM
KESEMBUHAN MENTAL ANAK USIA REMAJA
(KASUS PADA 16-24 TAHUN)**



SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom)

Oleh:

HANA SETIAN MONIHARAPON

190906935

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

PERANAN KOMUNIKASI KELUARGA DALAM KESEMBUHAN MENTAL ANAK USIA REMAJA (KASUS PADA 16-24 TAHUN)

SKRIPSI

Disusun Guna Melengkapi Tugas Akhir Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh
Gelar

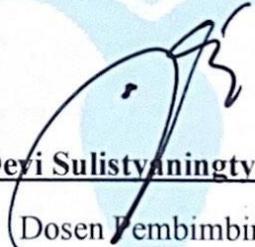
Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom)

Disusun oleh :

HANA SETIAN MONIHARAPON

190906935

Disetujui oleh :


Ike Devi Sulistyningtyas, M.Si.

Dosen Pembimbing

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Peranan Komunikasi Keluarga Dalam Kesembuhan Mental Anak Usia Remaja (Kasus Pada 16-24 Tahun)

Penyusun : Hana Setian Moniharapon

NPM : 190906935

Telah diuji dan dipertahankan pada Sidang Ujian Skripsi yang diselenggarakan pada

Hari / Tanggal : Selasa, 04 April 2023

Pukul : 11.00 WIB

Tempat : Ruang Ujian FISIP UAJY

TIM PENGUJI

Ike Devi Sulistyaningtyas, M.Si.

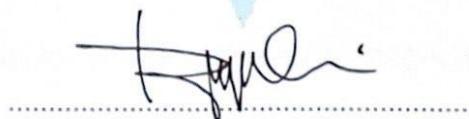
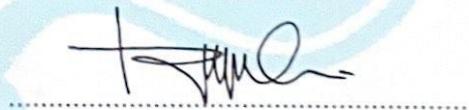
Penguji Utama

Dr.Phil Y. Bambang Wiratmojo, MA.

Penguji I

Ranggabumi Nuswantoro, MA.

Penguji II



Ranggabumi Nuswantoro, MA.

Ketua Program Studi S1 Ilmu Komunikasi

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hana Setian Moniharapon

NPM : 190906935

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Judul Skripsi : Peranan Komunikasi Keluarga Dalam Kesembuhan Mental Anak Usia Remaja (Kasus Pada 16-24 Tahun)

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini benar-benar hasil karya dan kerja saya sendiri. Skripsi ini bukan merupakan plagiasi, duplikasi maupun pencurian hasil karya orang lain.

Bila di kemudian hari diduga ada ketidaksesuaian antara fakta dengan pernyataan ini, saya bersedia untuk diproses oleh tim fakultas yang dibentuk untuk melakukan verifikasi. Bila terbukti bahwa terdapat plagiasi maupun bentuk ketidakjujuran lain, saya siap dan bersedia menerima sanksi berupa pencabutan keserjanaan saya.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran sendiri dan tanpa tekanan maupun paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 13 Maret 2023

Saya yang menyatakan,



Hana Setian Moniharapon

HALAMAN PERSEMBAHAN

Untuk kedua orang tuaku, papa dan mama yang selalu menyayangi dan mengasihi peneliti.

Untuk kedua kakak tersayang, Rivflia dan Egsel Fresly yang selalu menjadi sahabat dan pendengar yang baik dalam keadaan apapun.

Ulangan 31: 6

Kuatkanlah dan teguhkanlah hatimu, janganlah takut dan jangan gemetar karena mereka, sebab TUHAN, Allahmu, Dialah yang berjalan menyertai engkau; Ia tidak akan membiarkan engkau dan tidak akan meninggalkan engkau.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus karena berkat, kasih sayang, penyertaan, perlindungan dan kekuatan yang diberikan oleh-Nya, sehingga peneliti mampu untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peranan Komunikasi Keluarga Dalam Kesembuhan Mental Anak” guna memenuhi tugas akhir untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom) di Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu peneliti dari awal hingga akhir proses pengerjaan skripsi ini, terima kasih bagi seluruh pihak yang pernah membantu peneliti melalui pengetahuan, waktu, nasihat dan saran bagi peneliti. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus yang selalu memberikan kekuatan, penghiburan, dan berkat kepada peneliti.
2. Papa, Mama, saudara perempuan peneliti Rivflia, saudara laki-laki peneliti Egsel Fresly, keponakan tersayang Mairano Jofalio, Junelsgio, dan Frinsel yang selalu menjadi tempat ternyaman untuk peneliti menceritakan semua perasaan yang peneliti rasakan selama menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih juga atas semua doa, materi, dukungan, kekuatan, dan penghiburan yang senantiasa diberikan kepada peneliti.
3. Kepada Ibu Ike Sulistyaningtyas, M.Si sebagai dosen pembimbing dalam skripsi ini. Terima kasih karena telah meluangkan waktu, pengetahuan, dukungan, tenaga, kritikan, saran, dan kesabaran untuk membimbing peneliti dari awal mengerjakan skripsi hingga skripsi ini dapat selesai tepat pada waktunya.
4. Kedua narasumber yang telah bersedia menjadi informan peneliti dalam penelitian ini dan terima kasih telah mau membagikan seluruh pengalaman hidup yang tidak mudah untuk diceritakan kepada orang lain. Selama proses penelitian, peneliti ingin berterima kasih juga atas kepercayaan yang telah

diberikan, semoga selalu diberkati dan semakin sehat baik secara fisik dan psikis.

5. Kumpulan teman “Baku Sayang”. *You know me so well*, terima kasih untuk seluruh hiburan yang telah diberikan kepada peneliti sehingga peneliti tidak merasakan kesendirian dan terima kasih telah meluangkan waktu untuk mendengarkan, terima kasih atas seluruh saran dan dukungan yang diberikan. Semoga kita semua kuat sampai tamat.
6. Kepada dua sahabat terkasih, Tirza Kakisina dan Friendly Chantika Bakker yang selalu memberikan semangat, dorongan dan waktu untuk mendengarkan seluruh cerita peneliti selama mengerjakan skripsi.
7. H. Princesaputri Jenifer yang telah menemani peneliti dari awal hingga akhir skripsi ini. Terima kasih atas semua motivasi, saran, teguran, nasihat, perhatian yang “mama ani” berikan, dan terima kasih tidak bosan dalam mendengarkan cerita peneliti.
8. Jecia idong yang telah meluangkan waktu untuk menghibur peneliti saat menyusun skripsi. Terima kasih atas semua dukungan, dorongan, motivasi, dan terima kasih telah mendengarkan seluruh cerita peneliti. Semoga semakin diberikan kekuatan dalam menghadapi aci.
9. Sriani Magdalena Sihombing telah menjadi sahabat seperjuangan terbaik sejak semester 1, terima kasih atas semua pengorbanan materi, waktu, tenaga, pikiran, dan pengetahuan yang telah diberikan kepada peneliti, sekali lagi terima kasih sahabat terbaikku dan maaf atas kesalahan yang pernah ada. Semoga berkah Edak.
10. Kepada teman-teman seperjuangan kelas C Ilmu Komunikasi angkatan 2019 yang sama-sama berjuang meraih gelar Sarjana Ilmu Komunikasi, semoga kita kuat sampai tamat.
11. Kepada ibu dan bapak kost tercinta yang selalu memberikan hiburan kepada peneliti, terima kasih atas semua sifat lucu dan perhatian dari ibu dan bapak telah membuat peneliti semakin semangat menyusun skripsi.
12. Keiland Boi terima kasih atas seluruh musik keren yang anda ciptakan sangat menghibur peneliti saat menyusun skripsi. Terima kasih atas ciptaan

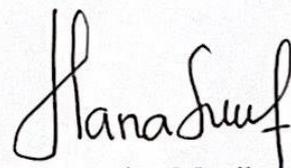
lagu “Sudut Kota” dan “4 My Sosa” telah membakar semangat peneliti dikala jenuh dan buntu.

13. Seluruh pihak yang langsung maupun tidak langsung yang telah membantu dan memberikan dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi.
14. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, I wanna thank me for always being a giver and tryna give more than I receive, I wanna thank me for tryna do more right than wrong, I wanna thank me for just being me at all times.*

Peneliti menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam skripsi ini, maka dari itu peneliti sangat menerima apabila ada masukan dan saran dari pembaca. Akhir kata, semoga penelitian dengan judul “Peranan Komunikasi Keluarga Dalam Kesembuhan Mental Anak” dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan, terutama bagi anak maupun keluarga yang telah mau berjuang dalam menghadapi sakit mental.

Yogyakarta, 13 Maret 2023

Peneliti



Hana Setian Moniharapon

HANA SETIAN MONIHARAPON

No. Mh : 190906935 / KOM

Peranan Komunikasi Keluarga Dalam Kesembuhan Mental Anak Usia Remaja (Kasus Pada 16-24 Tahun)

ABSTRAK

Peranan komunikasi keluarga adalah sikap dan karakter orang tua dalam melakukan segala sesuatu untuk tetap terhubung dalam komunikasi untuk menyampaikan pesan kepada anak-anaknya agar tidak terputusnya hubungan dalam keluarga, namun saling terhubung antara orang tua dengan anak. Saat ini sakit mental semakin meningkat untuk setiap hari dan membutuhkan peranan orang yang lebih profesional dan ahli untuk terlibat dalam kesembuhan mental anak. Kesembuhan mental yaitu kondisi mental yang mendorong diri untuk melakukan suatu tindakan ataupun aktivitas yang menghasilkan pencapaian kesembuhan.

Penelitian ini ingin melihat peranan komunikasi keluarga yang dilakukan untuk kesembuhan mental anak. Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu kualitatif dengan menggunakan metode studi kasus untuk lebih fokus kepada narasumber dan mendapatkan informasi yang lebih akurat dan terpercaya. Untuk teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara kepada dua anak yang pernah mengalami sakit mental. Penelitian ini menggunakan teori komunikasi keluarga untuk membantu peneliti menyelesaikan penelitian.

Hasil dari adanya penelitian ini bukanlah hal yang mudah bagi kedua anak yang pernah mengalami sakit mental dan bersedia menceritakan pengalamannya untuk diteliti. Hasilnya yaitu ketika ada peranan komunikasi keluarga yang dibangun dan dilakukan secara terus-menerus, maka anak akan lebih terbuka, anak dapat menerima diri sendiri, dapat merasakan cinta, kasih sayang dan perhatian dari keluarga, dan anak dapat mengontrol emosi dimana dan kapanpun. Dengan demikian, adanya peranan komunikasi keluarga dapat menolong anak dari sakit mental yang sedang dialami.

Kata Kunci: Peranan Komunikasi keluarga, Kesembuhan mental, Keluarga

DAFTAR ISI

Halaman Persetujuan	i
Halaman Pengesahan	ii
Halaman Pernyataan	iii
Halaman Persembahan	iv
Kata Pengantar	v
Abstrak	viii
Daftar Isi	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Kerangka Teori.....	9
F. Kerangka Konsep.....	29
G. Metodologi Penelitian	34
1. Jenis Penelitian.....	34
2. Sifat Penelitian	34
3. Metode Penelitian	35
4. Subjek dan Objek Penelitian	36
5. Jenis Data	37
6. Teknik Pengumpulan Data.....	37
7. Teknik Analisis Data.....	39
8. Triangulasi Data.....	40
BAB II DESKRIPSI OBYEK PENELITIAN	42
BAB III TEMUAN DAN ANALISIS DATA	45
A. Temuan Data	45
B. Validitas Data	76
C. Analisis Data	80
BAB IV PENUTUP	107
A. Kesimpulan.....	107
B. Saran.....	107
1. Saran Akademis.	108
2. Saran Praktis.	109
Daftar Pustaka	110
Lampiran	114

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak merupakan manusia kecil yang masih berada dalam fase tahapan pertumbuhan dan perkembangan. Setiap anak memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan yang berbeda-beda dimulai dari pemikiran, komunikasi, kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional, kecerdasan spiritual (Sustrisno, Yudistira, & Alfarisi, 2021:2). Proses tumbuh dan kembangnya seorang anak harus dilatih, dididik, diperhatikan, dibimbing, dan dibina karena anak belum menemukan jati dirinya yang sesungguhnya dan belum memiliki pendirian dan mental yang kuat, sehingga peluang untuk mengalami sakit mental sangatlah besar.

Hasto Wardoyo selaku Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) menjelaskan berdasarkan hasil dari Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesda) tahun 2018 menyatakan bahwa semakin banyak anak yang mengalami sakit mental terdapat 9,8% anak-anak Indonesia yang mengalami gangguan kesehatan jiwa atau sakit mental (Suarasurabaya.net, 2022). Sakit mental terhadap anak biasanya ditandai dengan keadaan anak yang mengalami gangguan pada suasana hati, kemampuan berpikir dan kendali emosi yang mengarah pada perilaku yang buruk (promkes.kemkes.go.id, 2018). Sakit mental ini dapat merusak aktivitas seorang anak apabila ingin berinteraksi ataupun menjalani

hubungan dengan orang lain, selain itu prestasi dan produktivitas dapat menurun secara drastis.

Menurut *World Health Organization* (WHO), kesehatan mental merupakan suatu keadaan dari kesejahteraan yang dialami oleh individu, yang di dalam kesadaran tersebut terdapat upaya untuk mengatur stress kehidupan yang wajar (Merdeka.com, 2021). Sedangkan, menurut Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, kesehatan mental yang dapat dikategorikan baik ketika kondisi batin individu berada dalam keadaan yang baik, tenang, dan tentram, hingga akhirnya kondisi tersebut dapat membuat individu menikmati kehidupan sehari-harinya dan menghargai individu lain yang berada di sekitarnya (promkes.kemkes.go.id, 2018). Kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting bagi kesehatan dan kesejahteraan tiap anak. Dengan demikian, seorang dapat melakukan aktivitas dan bekerja secara efektif dan produktif dalam lingkungannya. Namun, apabila anak telah mengalami sakit mental maka hal ini akan berbanding terbalik dengan kondisi kesehatan mental anak.

Terdapat beberapa jenis sakit mental yang dialami oleh seorang anak, yakni stress, gangguan kecemasan dan depresi (promkes.kemkes.go.id, 2018). Kurang lebih dalam satu tahun ini, gangguan kesehatan mental terhadap anak di Indonesia semakin meningkat. Berdasarkan hasil survei *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) (Dataindonesia, 2022) gangguan cemas terhadap anak

mencapai 3,7%, depresi berat 1%, gangguan perilaku 0,9%, stress pasca trauma 0,5%, dan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas pada anak mencapai 0,5%.

Adanya hal ini tentu saja anak semakin sulit untuk sembuh dari sakit mental. Anak menjalani komunikasi untuk pertama kalinya dalam lingkungan keluarga. Helmawati (Adison & Suryadi, 2020:1131) menjelaskan bahwa keluarga merupakan ruang pertama bagi setiap anak untuk berkomunikasi dan berinteraksi. Selain itu, Kurniadi (dalam Sumakul, 2015:2) menjelaskan bahwa keluarga merupakan kelompok pertama yang hadir dalam kehidupan manusia yang mana dalam kelompok tersebut manusia atau seorang anak belajar, mengetahui identitas diri, menyatakan keberadaan dirinya sebagai makhluk sosial, dan melakukan interaksi dengan kelompok pertamanya yaitu keluarga. Maka dari itu, karakter, sikap, dan pengetahuan seorang anak dilatih dan dibina dari lingkup keluarga yang mana keluarga harus memperkuat ikatan antar anggota keluarga dan membuat keharmonisan dalam keluarga untuk menciptakan rasa saling membutuhkan antara anggota yang satu dengan yang lainnya. Namun terkadang peranan orang tua hilang dalam mendorong kesehatan mental anak. Seharusnya dalam hal ini orang tua memiliki peranan yang penting dalam upaya untuk mendorong dan mendukung kesembuhan mental setiap anaknya (Unicef.org, 2020).

Sebelumnya, peneliti pernah mengalami masalah yang sama terkait dengan sakit mental. Sakit mental ini berawal dari salah satu masalah yang

tidak bisa ditangani oleh peneliti dan menyebabkan trauma yang cukup besar dalam kehidupan peneliti. Dalam seminggu peneliti menerima masalah tersebut dan menyebabkan depresi yang tidak terkontrol hingga menimbulkan rasa ingin bunuh diri tepat pada bulan Mei 2022. Percobaan bunuh diri ini tidak hanya terjadi sekali, melainkan berulang kali sehingga peneliti membutuhkan penanganan yang lebih khusus oleh psikiater.

Namun, peneliti juga membutuhkan peranan komunikasi keluarga khususnya orang tua dalam membantu proses penyembuhan sakit mental yang dialami. Walaupun, penyebab utama sakit mental yang menimpa peneliti bukanlah dari faktor internal yaitu keluarga melainkan faktor eksternal yaitu dari lingkungan sosial khususnya teman sebaya. Tetapi, peneliti menyadari bahwa peranan komunikasi keluarga sangat mempengaruhi cepat atau lambatnya proses penyembuhan sakit mental, karena dengan adanya komunikasi yang dibangun oleh orang tua secara intens dengan peneliti maka dapat membantu peneliti untuk lebih terbuka mengenai perasaan dan pengalaman buruk yang telah terjadi hingga menyebabkan mental peneliti terganggu.

Peneliti dinyatakan telah sembuh setelah melewati berbagai komunikasi secara terbuka dengan orang tua dan mengkonsumsi obat dari psikiater selama kurang lebih lima bulan tepatnya pada akhir bulan Oktober 2022 dan dalam kurun waktu ini orang tua peneliti tidak putus komunikasi dengan peneliti, sehingga sangat membantu dan menolong untuk keluar dari zona yang tidak nyaman yaitu sakit mental.

Dengan demikian, keluarga khususnya orang tua memiliki peranan yang cukup penting dalam membantu kesembuhan mental anak. Keluarga memiliki peranan yang sangat penting untuk menolong dan mendukung kesembuhan orang yang sedang mengalami sakit mental, keluarga memiliki dua peranan utama yaitu sebagai *caregiver* (pendamping atau perawat) dan sebagai edukator terhadap masyarakat di lingkungan sekitar untuk menciptakan lingkungan yang positif agar mendukung kesembuhan mental anak (KOMPAS.com, 2020). Menurut Supratman & Mahardian (2018:152) definisi komunikasi keluarga adalah proses komunikasi yang dilakukan oleh seluruh anggota keluarga dan memiliki fungsi sebagai salah satu cara untuk menghubungkan seluruh anggota keluarga.

Peranan komunikasi keluarga khususnya orang tua sangatlah penting untuk mengajar, melatih, dan membangun karakter dan pola pikir seorang anak (Sambuaga, 2014:8). Kurangnya komunikasi keluarga dapat menyebabkan anak menjadi tertutup terhadap apapun yang dialami dan dirasakan oleh anak secara pribadi. Selain itu, orang tua memiliki peran untuk mengasuh dan merawat anaknya dengan penuh kasih sayang untuk membangun landasan yang kuat agar anaknya dapat berkembang dan hidup dengan menampilkan keterampilan sosial dan emosional yang seimbang diperlukan oleh anak untuk hidup sejahtera, bahagia, sehat dan damai. Dengan orang tua menemani, memberikan *support system* dan membantu anak mengembangkan rasa kepercayaan diri, harga diri, dan persepsi emosional yang baik, sehat dan seimbang mengenai kehidupan. Maka dari

itu peranan komunikasi keluarga khususnya orang tua menjadi titik kunci dalam kesembuhan mental seorang anak karena itu perlu adanya pendekatan yang lebih berfokus oleh keluarga terhadap anak sebagai salah satu upaya dalam penanganan kesehatan mental anak, sebab tenaga dari psikiater cukup terbatas. Dengan demikian, keluarga memiliki peranan yang sangat strategis dalam peningkatan kesehatan mental karena setiap anak berada dalam komunikasi keluarga (Yuliansyah, 2019:109).

Untuk mendukung proses penelitian ini diperlukan adanya referensi dari penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan topik penelitian ini, diantaranya: (1) Penelitian yang ditulis oleh Nadia Nabila pada tahun 202 dalam artikel jurnal skripsi berjudul “Peranan Komunikasi Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Anak Remaja di Masa Pandemi COVID-19” dengan menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Hasil dari penelitian tersebut yakni orang tua memiliki peranan yang penting dalam mendidik anak remaja dengan cara menghadirkan aktivitas baru yang melatih kreativitas anak agar anak tidak merasa bosan apabila berada di rumah dalam kurun waktu yang lama. Selain itu, orang tua memiliki peranan yang penting dalam memotivasi dan mengawasi anak remaja di masa pandemi COVID-19 agar kesehatan mental anak tetap terjaga dan terlindungi dari adanya dampak COVID-19. Keterkaitan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu adanya kesamaan dalam peranan keluarga terkhususnya orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak, dan penelitian ini tertuju kepada anak dengan

menggunakan metode penelitian kualitatif; (2) Penelitian yang ditulis oleh I Putu Adi Saskara dan Ulio dalam artikel jurnal penelitian yang berjudul “Peran Komunikasi Keluarga dalam Mengatasi “Toxic Parents” Bagi Kesehatan Mental Anak” yang dilakukan pada tahun 2020. Penelitian tersebut mengemukakan bahwa peran keluarga terutama orang tua sangatlah penting dalam pembentukan karakter anak dimulai dari usia dini. Komunikasi keluarga akan memberikan dampak baik maupun buruk terhadap kondisi mental anak. Dengan demikian, orang tua harus memberikan contoh yang baik kepada anaknya, walaupun anak memiliki orang tua yang toxic, namun orang tua harus tetap menyadari keberadaan anak dan menghindari perkataan yang tidak layak didengarkan. Komunikasi keluarga yang berkualitas terhadap anak dapat membuat anak membedakan yang benar dan salah, memudahkan anak melihat akar masalah, dan mengajarkan anak untuk melihat mana yang penting untuk dilakukan. Dalam penelitian ini terdapat keterkaitan terhadap komunikasi keluarga sebagai jalan keluar untuk masalah yang dihadapi oleh anak, salah satunya yaitu sakitnya mental anak dengan adanya peranan komunikasi keluarga diharapkan dapat menghasilkan kesembuhan mental anak. Dengan menggunakan teori komunikasi keluarga dapat menyesuaikan dengan persoalan yang terjadi dilapangan dan menjawab penelitian ini. Dengan demikian, dua penelitian sebelumnya ini dapat membantu peneliti dalam menjalankan dan menyelesaikan penelitian ini.

Berdasarkan paparan sebelumnya, peneliti ingin mengetahui informasi mengenai peranan komunikasi keluarga dalam kesembuhan mental anak usia remaja (kasus pada 16-24 tahun) dengan menggunakan teori komunikasi keluarga karena peneliti berdasarkan pengalaman pribadi menyadari bahwa pentingnya kesadaran peranan orang tua dalam kesembuhan mental anak mereka.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini, yakni:

“Bagaimana peranan komunikasi keluarga dalam kesembuhan mental anak usia remaja (Kasus pada 16-24 Tahun)?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peranan komunikasi keluarga dalam kesembuhan mental anak usia remaja (Kasus pada 16-24 tahun).

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari adanya penelitian ini yakni:

1. Secara Akademis.

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang ilmu komunikasi dengan menggunakan teori komunikasi keluarga untuk mengetahui bagaimana peranan komunikasi keluarga khususnya orang tua dalam kesembuhan mental anak.

2. Secara Praktis.

Dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan media referensi bagi keluarga khususnya bagi orang tua dan anak sehingga nantinya dapat mengerti mengenai bagaimana peranan komunikasi keluarga dalam kesembuhan mental anak.

E. Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan suatu rangkaian penjelasan yang terdiri dari beberapa teori yang nantinya akan digunakan dan dijalani oleh peneliti untuk menjawab permasalahan dan pertanyaan penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dan menerapkan teori komunikasi keluarga sebagai salah satu acuan yang peneliti gunakan untuk menyelesaikan penelitian ini yang berjudul peranan komunikasi keluarga dalam kesembuhan mental anak.

1. Komunikasi Keluarga.

a. Pengertian Keluarga.

Keluarga menurut De Vito (2013:212) menjelaskan bahwa secara tradisional keluarga terdiri atas pasangan suami, istri, dan anak-anak kandung. Sedangkan, Suciarti (2015:95-97) menjelaskan bahwa keluarga merupakan suatu sistem yang saling berhubungan, terdiri atas tiap anggota keluarga yang melakukan interaksi dan sosialisasi serta saling mengatur. Selain itu, Galvin dan Bromel (dalam Budyatna, 2011:169-172) juga memaparkan argumen mereka bahwa keluarga adalah

sekelompok manusia yang mempunyai kedekatan yang sangat akrab yang memiliki rasa berumah tangga dan identitas kelompok, memiliki ikatan yang kuat dalam kesetiaan dan mengontrol emosi, memiliki sejarah dan mempunyai masa depan. Dengan adanya keluarga, maka anak akan merasa aman, nyaman dan terlindungi, karena adanya kelompok kecil dan pertama yang memberikan rasa akrab, kesetiaan dan mengajarkan anak untuk mengontrol emosi dan lingkungan sosial.

b. Ciri-ciri Keluarga.

Terdapat ciri-ciri keluarga yang diungkapkan oleh De Vito (2004:295-298), adapun ciri-cirinya sebagai berikut:

- 1) Memiliki perannya masing-masing dalam tiap anggota keluarga.
- 2) Setiap anggota keluarga memiliki masa lalu dan membagikan masa lalu serta masa depan, hal ini dikarenakan adanya interaksi dari komunikasi yang dibangun dan dijalani di antara seluruh anggota keluarga, baik dari orang tua dan anak untuk saling mengerti antara satu dengan yang lainnya, saling mengasihi, menyayangi, serta menerima seluruh cerita dan memberikan solusi untuk mengatasi persoalan yang ada, sehingga anak jadi mengerti dan dapat mengatasi

kejadian yang sama ketika masalah yang sama terjadi di masa depan.

- 3) Saling memberikan tempat untuk tinggal untuk seluruh anggota keluarga di lokasi yang sama.
- 4) Memiliki aturan yang diterapkan.

c. Fungsi Keluarga.

Dalam keluarga selain memiliki ciri-ciri yang melekat pada kelompok pertama tersebut, adapun fungsi keluarga yang sangat penting yaitu melakukan perawatan dan melakukan sosialisasi dengan setiap anaknya. Dengan adanya proses perawatan maka anak akan merasakan bahwa ada orang yang peduli terhadapnya, anak merasakan aman, nyaman dan tenang apabila berada dalam lingkup keluarga, anak akan menjadi sering berinteraksi secara jujur dan terbuka dengan orang tua mengenai kehidupannya secara pribadi. Selain itu, anak membutuhkan sosialisasi dalam keluarga karena dengan adanya sosialisasi maka anak mendapatkan keyakinan mengenai sesuatu, nilai-nilai, dan sikap yang perlu dipuji dan diperhatikan oleh keluarga, khususnya orang tua.

Penelitian ini lebih fokus pada komunikasi orang tua dengan anak. Maka, komunikasi yang dijalani oleh orang tua dan anak merupakan komunikasi dua arah, yang seharusnya orang tua dan anak memiliki hak untuk menyampaikan informasi, persepsi dan

nasehat. Seperti yang dijelaskan diatas bahwa keluarga memiliki fungsi untuk merawat dan sosialisasi, namun dalam Undang-Undang Nomor 10 tahun 1992 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga Sejahtera (dalam Ali, 2006:12-15) memaparkan terdapat 8 fungsi dari keluarga, yakni:

1) Keagamaan.

Keluarga memiliki fungsi dalam mengembangkan keagamaan terdapat lima bagian, yakni (1) mengajarkan norma atau ajaran agama untuk menjadi landasan dan tujuan hidup setiap anggota keluarga; (2) memberikan pengertian mengenai ajaran agama terhadap sikap dan perilaku untuk setiap harinya terhadap seluruh anggota keluarga; (3) memberikan contoh yang nyata dan sesuai dengan ajaran agama; (4) membantu dan menambahkan ilmu keagamaan terhadap anak apabila anak merasa kurang mengenai pelajaran agama yang diajarkan di lingkup sekolah atau masyarakat; (5) mengajarkan rasa, sikap, dan praktik kehidupan yang taat terhadap agama.

2) Budaya.

Keluarga harus melaksanakan tugas keluarga sebagai (1) salah satu sarana untuk melanjutkan norma budaya masyarakat dan bangsa yang harus dipertahankan oleh

setiap anggota keluarga; (2) menyaring seluruh budaya luar yang tidak sesuai dengan budaya negara; (3) membina tujuan keluarga untuk menjadi sarana terhadap anggota keluarganya dalam menyelesaikan masalah dari berbagai pengaruh negatif globalisasi dunia; (4) sebagai sarana untuk membuat kompromi atau adaptasi dan praktek yang positif dan kehidupan globalisasi dunia; (5) membangun budaya keluarga yang sesuai, terarah, terstruktur, selaras, dan seimbang dengan budaya masyarakat dan bangsa untuk menghasilkan keluarga yang bahagia, aman, dan damai.

3) Cinta kasih.

Fungsi cinta kasih dalam keluarga dapat ditandakan dengan 4 bagian, yakni; (1) membangkitkan cinta dan kasih sayang yang nyata kepada seluruh anggota keluarga, misalnya seperti sikap dan perilaku yang menandakan kasih sayang; (2) mengatur sikap, perbuatan, dan karakter yang saling menyayangi antara satu dengan yang lainnya; (3) membangun sikap yang nyata dalam mencintai lingkungan sekitar terutama dalam keluarga misalnya menjaga hubungan keluarga untuk tetap kompak, saling membutuhkan dan seimbang; (4) membangun karakter dan pemikiran anak yang

menerima dan memberikan kasih sayang sebagai salah satu tanda pola hidup yang ideal untuk menggapai keluarga yang harmonis;

4) Perlindungan.

Keluarga memiliki fungsi untuk memberikan perlindungan dari berbagai hal, yakni; (1) memberikan rasa aman dan nyaman untuk seluruh anggota keluarga; (2) mengajarkan arti keamanan keluarga baik dari segi fisik dan psikis dari segala bentuk ancaman dan tantangan yang datang dalam kehidupan seluruh anggota keluarga; (3) menjadikan keamanan sebagai salah satu poin utama untuk menerapkan keluarga yang harmonis dan bahagia.

5) Reproduksi.

Keluarga harus menjadi tempat untuk anak belajar mengenai reproduksi yang sehat dan baik, usia, kedewasaan fisik dan mental, kelahiran, jarak umur anak, jumlah anggota keluarga yang ideal, serta kematian.

6) Sosialisasi.

Keluarga menjadi tempat pertama dan terutama untuk anak bersosialisasi dan merasa diterima. Kedua, menjadi tempat terutama untuk anak mencari solusi jalan keluar dari berbagai masalah yang dialami oleh anak baik

diluar keluarga maupun di dalam keluarga, kemudian melatih mental anak untuk bisa beradaptasi dan bersosialisasi di luar keluarga dan memberikan pengertian yang baik terhadap mereka mengenai dunia sosial. Ketiga, membina sosialisasi yang baik dalam keluarga sehingga bukan hanya anak yang merasa diterima dalam keluarga melainkan orang tua pun merasakan hal yang sama.

7) Ekonomi.

Disini keluarga memiliki fungsi sebagai penopang perkembangan dan biaya hidup keluarga, keluarga khususnya orang tua harus mampu mengatur dan mengelola keuangan sehingga keadaan ekonomi keluarga dapat selamat dan seimbang antara pemasukan dan pengeluaran.

8) Pelestarian Budaya.

Dalam hal ini keluarga khususnya orang tua harus bisa membina dan membangun kesadaran serta memberikan contoh yang nyata dalam pelestarian lingkungan internal keluarga, misalnya seperti mengajarkan mengenai kesadaran, sikap, dan praktek mengenai lingkungan sosial di luar keluarga. Sehingga, keutuhan dan keharmonisan tidak hanya tercipta dan

terjadi di dalam keluarga, melainkan lingkungan sosial seimbang seperti apa yang terjadi dalam keluarga.

d. Pengertian Komunikasi Keluarga.

Menurut Supratman & Mahardian (2018:152) menjelaskan bahwa definisi komunikasi keluarga adalah proses komunikasi yang dilakukan oleh seluruh anggota keluarga dan memiliki fungsi sebagai salah satu cara untuk menghubungkan seluruh anggota keluarga. Proses komunikasi keluarga akan dilakukan dengan cara penyampaian pesan dan penukaran pesan yang dilakukan oleh pasangan suami, istri dan anak-anaknya. Dalam keluarga akan terus terjalin proses komunikasi keluarga, sehingga akan menghasilkan ikatan dan relasi dalam keluarga, misalnya seperti komunikasi antar orang tua dengan anak. Dalam penelitian ini, peneliti akan fokus pada peranan komunikasi keluarga khususnya orang tua dan anak.

e. Tujuan Komunikasi Keluarga.

Dalam komunikasi keluarga terdapat tujuan yang sangat penting untuk keseimbangan seluruh anggota keluarga. Menurut De Vito (dalam Hamid,. & Budianto, 2011:482) memaparkan bahwa tujuan dari adanya komunikasi keluarga yang dijalankan oleh orang tua dan anak yaitu saling mengingatkan tanggung jawab, saling berbagi cerita dalam setiap kehidupan yang terjadi

di masa lalu dan masa kini, saling bertukar pikiran mengenai masa yang akan datang, dan saling berbagi ruang hidup.

Sedangkan, menurut Suciati (2015:97) menyatakan bahwa dalam komunikasi keluarga terdapat tiga tujuan utama yang harus dicapai oleh seluruh anggota keluarganya, yakni:

1) Dedikasi dalam pembentukan konsep diri.

Keluarga akan menyampaikan pesan melalui komunikasi verbal dan non verbal untuk membentuk konsep diri setiap anggota keluarga. Keluarga merupakan kelompok *significant others* yang artinya orang-orang yang memiliki peran penting dalam hidup kita. Orang-orang yang dimaksudkan yaitu orang yang menemani kita dari kecil hingga saat ini, misalnya orang tua yang tinggal bersama dengan kita.

2) Perlu adanya *support* dan pengakuan.

Keluarga merupakan wadah untuk seluruh anggota keluarganya menyampaikan seluruh curahan hati yang sedang dirasakan. Apabila salah satu anggota keluarga mengalami masalah dan merasa dirugikan oleh kelompok sosial lainnya maka keluarga merupakan solusi terbaik untuk memberikan arahan dan pembelaan nama baik. Setiap pesan yang disampaikan oleh orang tua dapat menolong dan menguatkan mental dan karakter

setiap anaknya dalam menghadapi permasalahan yang sedang dihadapi.

3) Menciptakan model-model.

Dalam keluarga orang tua diharapkan bisa memberikan pengaruh dan dampak yang positif terhadap anaknya, terutama dalam menyelesaikan masalah. Orang tua dapat membangun kemistri dan keharmonisan keluarga dalam hal-hal kecil, misalnya seperti diskusi, mengingatkan, menyampaikan pesan dengan penuh perasaan, memberikan banyak pandangan dan pertimbangan, sehingga seluruh anggota keluarga memiliki hubungan yang seimbang dan saling membutuhkan antara satu dengan lainnya.

f. Peranan Komunikasi Keluarga.

Peranan menurut Soerjon Soekantor merupakan suatu aspek yang sifatnya dinamis dari adanya status, apabila seseorang menjalani hak dan kewajibannya yang sesuai dengan statusnya maka dirinya sedang melakukan suatu peranan (Sambuaga, 2014:4). Sedangkan, komunikasi keluarga menurut Supratman & Mahardian (2018:152) adalah proses komunikasi yang dilakukan oleh seluruh anggota keluarga dan memiliki fungsi sebagai salah satu cara untuk menghubungkan seluruh anggota keluarga. Peranan komunikasi keluarga adalah sikap dan

karakter orang tua dalam melakukan segala sesuatu untuk tetap terhubung dalam komunikasi untuk menyampaikan pesan kepada anak-anaknya agar tidak terputusnya hubungan dalam keluarga, namun saling terhubung antara orang tua dengan anak (Sambuaga, 2014:8).

Peranan komunikasi keluarga sangatlah dibutuhkan dan diperlukan dalam keluarga untuk memberikan perhatian, menerapkan adanya ikatan yang kuat dan menerapkan rasa saling membutuhkan antara satu dengan yang lain. Dari adanya komunikasi keluarga maka orang tua harus menerapkan peran yang mendukung setiap anaknya, misalnya seperti perkataan yang dikeluarkan, gerak tubuh, intonasi nada atau perkataan, dan aksi yang dilakukan oleh setiap anggota keluarga memiliki makna untuk mengajarkan, mempengaruhi, dan turut memberikan perhatian kepada seluruh anggota keluarga. Selain itu, peranan komunikasi keluarga diharapkan dapat membicarakan seluruh permasalahan yang ada dan diharapkan dapat menyelesaikan masalah-masalah yang sedang dialami, hal ini tentunya diperlukan adanya kejujuran dan keterbukaan dalam keluarga (Sumakul, 2015:2).

Menurut Onong Uchjana Effendy (dalam Anggelica, & Siahaan, 2021:122), terdapat beberapa peranan komunikasi

keluarga dapat menciptakan dampak positif, diantaranya sebagai berikut:

1) Membagi Informasi.

Dalam memberikan informasi tentunya manusia membutuhkan komunikasi yang baik agar informasi yang ingin disampaikan dapat dibagikan dan diterima dengan baik.

2) Mendidik.

Dengan adanya komunikasi keluarga maka secara khusus orang tua dapat mendidik anaknya sesuai dengan arahan mereka dan harapan mereka untuk setiap anggota keluarga. Komunikasi yang baik dapat membuahkan hasil didikan yang baik dan bermanfaat bagi setiap anaknya.

3) Menghibur.

Peran komunikasi keluarga adalah sebagai penghibur untuk setiap anggota keluarganya, karena dengan adanya komunikasi keluarga maka setiap anggota dapat merasa nyaman, terlindungi, dan terhibur sehingga mereka dapat saling menguntungkan.

4) Mempengaruhi

Dengan adanya peranan komunikasi keluarga maka akan mempengaruhi antara satu dengan yang lain dalam

anggota keluarga, karena adanya komunikasi dapat mempengaruhi pandangan dan opini anggota keluarga mengenai suatu masalah, persoalan, ataupun suatu kejadian yang sedang dialami.

Namun, apabila peranan komunikasi keluarga tidak dapat dijalankan dan dilakukan dengan benar, maka dapat menghasilkan dampak yang berbalik dari dampak positif yang telah dijelaskan sebelumnya.

2. Orang Tua

Orang tua merupakan kelompok yang lebih tertua dalam keluarga, dalam hal ini orang tua terdiri dari ayah dan ibu. Keduanya memiliki ikatan suci dalam perkawinan dan menghasilkan anak sehingga kelompok kecil ini dapat disebut sebagai keluarga. Selain itu, orang tua dalam keluarga merupakan kelompok sosial pertama yang dimiliki dan diterima oleh anak, sehingga dalam keluarga orang tua harus bisa memerankan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik agar anak merasakan adanya hubungan dan ikatan khusus dalam kelompok pertama tersebut. Dalam lingkup orang tua, anak akan mengalami pembentukan dan perkembangan tahapan awal mengenai pengetahuan, keterampilan, minat, bakat, sifat, dan karakteristik dalam kehidupan (Ruli, 2020:144).

Dalam penelitian ini, peneliti akan memilih sepasang orang tua yaitu ayah dan ibu yang masih memiliki status dalam perkawinan dan memiliki anak dari hasil perkawinan mereka.

3. Anak

Anak merupakan manusia kecil yang tumbuh dan kembangnya harus dilatih dan diperhatikan karena anak masih belum menemukan jati diri yang sesungguhnya dan potensi yang dimiliki oleh anak masih harus dikembangkan dan anak akan menjadi generasi penerus bangsa. Dalam Undang-Undang Nomor 04 Tahun 1979 pasal 1 ayat 2 mengenai Kesejahteraan Anak (dalam Fitri., Riana., & Ferdiansyah, 2015:46) menegaskan bahwa anak merupakan seseorang yang usianya belum mencapai 21 tahun dan belum pernah kawin. Namun, penelitian ini akan berfokus pada anak yang berusia 16-24 tahun karena berdasarkan data dari riset tim Divisi Psikiatri Anak dan Remaja, Fakultas Kesehatan di Universitas Indonesia tercatat bahwa sebanyak 95,4% anak mengalami kecemasan, 88% mengalami depresi, 96,4% mengalami stress. Dinyatakan krisis karena rata-rata anak lebih memilih menyelesaikan masalah dengan cara bercerita ke orang terdekat dan teman sebanyak 98,7%, menyakiti diri sendiri sebanyak 51,4%, dan ingin mengakhiri hidup 57,8% (Theconversation.com, 2021).

Anak memiliki emosi yang belum stabil dan belum menetap, mereka masih mencari jati diri mereka yang sebenarnya sehingga

banyak hal yang mereka coba untuk mendapatkan pelajaran mengenai hal-hal yang baru, sehingga tak sedikit dari mereka yang menerima pengaruh positif maupun negatif dari segala sesuatu yang mereka coba. Hal ini dapat mempengaruhi kondisi mental anak karena anak belum bisa mengontrol emosional dan menempatkan diri dengan baik dan benar.

Dengan demikian, dalam penelitian ini, peneliti akan memilih anak berusia 16-24 tahun yang sebelumnya pernah mengalami sakit mental secara krisis.

4. Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan suatu istilah yang dianut dari mental *hygiene*. Untuk kata mental sendiri ini berasal dari bahasa Yunani yang artinya sama dengan kata “*psyche*” dalam bahasa Latin yang memiliki arti “*psikis*, jiwa atau kejiwaan”. Jadi, arti dari istilah “mental *hygiene*” dapat diartikan sebagai kesehatan mental atau kejiwaan yang dinamis dan tidak statis, dikatakan demikian karena adanya usaha peningkatan dalam kejiwaan (Ariadi, 2013:119).

Kesehatan mental adalah suatu kondisi seseorang yang sadar akan keberadaan dirinya dan menyadari bakat dan kemampuan yang dimiliki. Seseorang yang memiliki kesehatan mental dapat mengatasi tekanan dari berbagai situasi kehidupan, dapat bekerja secara produktif dan membawakan hasil yang baik, serta dapat ikut serta dalam lingkup sosial (yankes.kemkes.go.id, 2022). *World*

Health Organization (WHO) (dalam Anggelica, & Siahaan, 2021:123) menjelaskan bahwa kesehatan mental adalah suatu kondisi dan situasi yang membahas mengenai kesejahteraan yang dialami oleh tiap individu secara sadar. Arti dari penjelasan WHO adalah setiap manusia memiliki kesadaran akan dirinya sendiri, manusia dapat mengontrol diri, dapat mengatur setiap perasaan pada dirinya, dan dapat mengatasi dirinya dalam lingkungan yang akan memberikan dampak yang buruk agar tidak terjadi keadaan yang tidak diinginkan.

a. Ciri-Ciri Mental Sehat

Untuk melihat ciri-ciri mental manusia yang sehat biasanya dapat dilihat melalui faktor internal dan eksternal. Internal biasanya berasal dari dalam diri manusia misalnya seperti karakteristik, kemampuan, keturunan dan lainnya. Berbeda dengan eksternal yaitu pengaruh yang berasal dari luar manusia misalnya lingkungan sosial dan keluarga. Namun, ada juga faktor luar lainnya meliputi dunia hukum, politik, sosial budaya (sosbud), agama, pekerjaan, pendidikan, dan lainnya. Dalam hal ini, faktor eksternal yang baik akan mendukung dan memberikan pengaruh yang baik bagi seseorang sehingga tidak ada peluang untuk menyebabkan seseorang mengalami sakit mental.

Ciri-ciri seseorang memiliki mental yang sehat menurut Zakiyah Dadarjat (dalam Ariadi, 2013:119), yakni:

1) Manusia Tidak Mengalami Gangguan Jiwa.

Hal ini ditandai dengan keadaan manusia yang dapat merasakan dan mengatasi masalah yang dihadapi oleh dirinya. Selain itu, manusia masih menyadari akan keberadaan dirinya, dalam kehidupan manusia tidak terlalu berlebihan dalam ekspektasinya dan masih menyadari hal yang nyata di depannya.

2) Manusia Dapat Menyesuaikan Diri.

Dalam hal ini manusia bisa memposisikan dirinya sesuai dengan keadaan dan situasi yang sedang dialami olehnya, misalnya manusia dapat memenuhi keperluan diri sendiri, menangani stress, masalah, pemikiran berlebihan, dan masalah lingkungan disekitar. Manusia harus bisa menangani dirinya sendiri dan mengatasi seluruh persoalan dan masalah yang dihadapi oleh dirinya tanpa menimbulkan kerugian bagi diri orang lain dan lingkungan disekitarnya sesuai dengan norma yang berlaku.

3) Manusia Memaksimalkan Potensi yang Dimiliki.

Manusia dapat dikatakan mentalnya sehat apabila dirinya bisa memaksimalkan seluruh potensi dan bakat yang ada di dalam dirinya dan menuangkan seluruh potensi tersebut ke dalam hal-hal yang positif dan

menguntungkan untuk mengembangkan dirinya yang lebih produktif.

- 4) Manusia Dapat Mencapai Kebahagiaan Dirinya dan Orang di Sekitarnya.

Disini manusia harus bisa menerapkan perilaku yang sopan dan menghargai lingkungan sosialnya, sehingga tidak memberikan kerugian bagi orang lain melainkan manusia memberikan dampak yang positif apabila orang lain bersosialisasi atau berkomunikasi dengannya. Simpulkan saja bahwa manusia tidak hanya mencari keuntungan untuk dirinya sendiri, melainkan manusia bisa memberikan keuntungan yang sama untuk orang lain untuk segala aktivitas yang dijalani secara bersama.

b. Ciri-Ciri Sakit Mental

Mental yang sakit merupakan kebalikan dari mental manusia yang sehat yang telah dijelaskan sebelumnya. Manusia yang mengalami sakit mental biasanya memiliki perilaku yang menyimpang dari norma-norma yang telah berlaku di masyarakat. Dengan demikian, ciri-ciri manusia yang memiliki mental sakit menurut Zakiyah Dadarjat (dalam Ariadi, 2013:119), yakni:

- 1) Memiliki perasaan yang selalu tidak nyaman.
- 2) Memiliki perasaan yang tidak aman atau khawatir berlebihan.
- 3) Tidak memiliki rasa percaya diri.
- 4) Tidak memahami diri sendiri.
- 5) Tidak menerima kepuasan dalam lingkungan sosial yang dimiliki.
- 6) Tidak dewasa dalam mengontrol emosional.
- 7) Memiliki kepribadian yang terganggu.

A.Scot (dalam Ariadi, 2013:122) juga menjelaskan mengenai ciri-ciri seseorang mengalami sakit mental ditandai dengan beberapa hal, yakni:

- 1) Merasa salah menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya dan lingkungannya memiliki perilaku yang cukup berbeda dan bertentangan dengan perilaku yang dimiliki olehnya.
- 2) Manusia tidak merasakan kebahagiaan secara subjektif.
- 3) Gagal ketika berelasi dengan lingkungan disekitar.
- 4) Manusia membutuhkan penanganan dan pengobatan dari orang yang lebih ahli misalnya seperti dokter atau psikiater.

5. Cara Komunikasi Keluarga dalam Menyembuhkan Kesehatan Mental Anak.

Terdapat beberapa cara yang dapat diterapkan dalam komunikasi keluarga khususnya orang tua untuk menunjang kesembuhan mental anak, yakni (yankes.kemkes.go.id, 2022):

- a. Tampilkan rasa cinta, kasih sayang dan kepedulian terhadap anak.
- b. Tampilkan ekspresi yang sesuai dan rasa tertarik dengan apa yang diceritakan oleh anak, berikan apresiasi terhadap anak sesuai dengan apa yang telah dijalani oleh anak.
- c. Berusaha menikmati dan menghabiskan waktu dengan anak agar anak merasakan ada yang peduli terhadapnya yaitu keluarganya.
- d. Ajarkan anak untuk selalu jujur terhadap perasaannya, berikan pengertian bahwa tidak semua hal harus dijalani sendiri, ajarkan anak bahwa keluarga khususnya orang tua dapat menuangkan ide, pendapat, dan solusi untuk menemukan jalan keluar mengenai masalah yang sedang dihadapi anak.
- e. Segera tangani setiap masalah anak, sehingga masalah anak tidak bertumpuk menjadi satu dan merusak mentalnya.
- f. Ajarkan anak apabila membutuhkan bantuan yang lebih banyak harus langsung berani untuk berbicara. Mungkin anak membutuhkan bantuan dokter umum atau orang yang lebih

profesional mengenai kesehatan untuk menyelesaikan masalahnya agar tidak mengganggu kondisi mental anak.

Anak memerlukan peranan komunikasi keluarga dalam kesembuhan mental tidak hanya dilihat dari faktor psikis, melainkan kesehatan fisik juga diperlukan dalam komunikasi keluarga untuk mendorong kesembuhan mental seorang anak, yakni (yankes.kemkes.go.id, 2022):

- a. Harus aktif menjaga kebugaran fisik anak, hal ini dapat menjadi salah satu upaya untuk membuat tubuh anak tetap sehat, memiliki banyak energi, mengembangkan kepercayaan diri, dan mengelola stress.
- b. Dorong anak dengan kebiasaan makan makanan yang sehat.
- c. Perhatikan jam tidur anak, apabila anak memiliki waktu tidur yang cukup maka hal ini dapat membantu pola pikir anak agar stress mereka berkurang.
- d. Jauhi anak dari alkohol dan obat-obatan yang berbahaya yang dapat merusak tubuh anak.

F. Kerangka Konsep

Penelitian ini akan menggunakan teori komunikasi yaitu teori komunikasi keluarga sebagai acuan dan arahan untuk penulis dalam meneliti penelitian ini. Dengan adanya teori tersebut maka diperlukan adanya penjelasan lebih lengkap dan detail dalam kerangka konsep yang

dapat menggambarkan hasil akhir dari tujuan penelitian ini. Dengan demikian, adapun kerangka konsep dalam penelitian ini seperti berikut:

1. Peranan Komunikasi Keluarga

Peranan komunikasi keluarga adalah sikap dan karakter orang tua dalam melakukan segala sesuatu untuk tetap terhubung dalam komunikasi untuk menyampaikan pesan kepada anak-anaknya agar tidak terputusnya hubungan dalam keluarga, namun saling terhubung antara orang tua dengan anak (Sambuaga, 2014:8). Peranan komunikasi keluarga dilakukan oleh orang tua dengan anaknya secara terus menerus yang akan membuat komunikasi menjadi efektif dan efisien dalam membentuk sifat, karakteristik dan perilaku anak. Dengan adanya peranan komunikasi keluarga maka akan menghadirkan rasa keakraban, keterbukaan, perhatian dan rasa saling peduli terhadap seluruh anggota keluarga, sehingga pada akhirnya orang tua akan melihat dan mengetahui perkembangan anaknya secara fisik dan psikis (Sabarua, & Mornene, 2020:83).

Komunikasi keluarga khususnya orang tua memiliki peranan yang sangat penting untuk menghadirkan kerja sama, keterbukaan, kejujuran, dan pemberian kasih sayang sehingga anak menerimanya dan merasakannya. Namun, akan berbanding terbalik apabila orang tua tidak memberikannya. Sabarua & Mornene (2020:84) menjelaskan bahwa keluarga merupakan pendidikan utama dan pertama untuk anak, apabila peran orang tua diabaikan maka hal ini

tentunya akan mempengaruhi karakter seorang anak. Maka dari itu peranan komunikasi keluarga khususnya orang tua sangatlah besar untuk bertanggung jawab dalam mengawasi, memberikan arahan dan membimbing karakter anak agar kehidupan mereka. Selain itu, keluarga dapat menerapkan fungsi komunikasi dalam keluarga yang dikemukakan oleh Deddy Mulyana yaitu menginformasikan, mendidik, menghibur, dan mempengaruhi (Sabarua, & Mornene, 2020:83). Dengan adanya fungsi ini maka penerapan komunikasi keluarga akan semakin menunjang kesembuhan mental anak.

Dengan demikian, subjek dari penelitian yang akan diteliti yaitu keluarga yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak. Peneliti akan mencari tahu dan meneliti lebih dalam mengenai bagaimana peranan komunikasi keluarga dalam kesembuhan mental anak (usia 16-24 tahun) yang diterapkan dalam keluarga.

2. Kesembuhan mental.

Menurut Chaplin (dalam Ayamah, Puspita, & Betty, 2021:64) kesembuhan merupakan suatu keadaan pulihnya seseorang ke keadaan normal setelah mengalami suatu penyakit, baik secara fisik maupun mental. Sedangkan, kesembuhan mental merupakan suatu kondisi mental yang mendorong diri untuk melakukan suatu tindakan ataupun aktivitas yang menghasilkan pencapaian kesembuhan. Manusia yang memiliki mental yang sehat dapat mengontrol dirinya untuk melaksanakan tindakan yang lebih positif,

lebih baik, lebih terarah, lebih bahagia, dan mampu menguasai diri apabila berada di lingkup sosial.

Dengan demikian, adapun ciri-ciri manusia yang telah mengalami kesembuhan dari sakit mentalnya setelah melewati dan merasakan beberapa hal, yakni: (Yankes.kemkes.go.id, 2022):

a. Bisa mencintai dan menyayangi diri sendiri.

Mencintai diri sendiri ditandakan dengan manusia dapat lebih mengutamakan dirinya, mentalnya pemikirannya, dan lebih peduli dengan dirinya sendiri baru peduli terhadap orang lain.

b. Bisa bertanggung jawab.

Apapun yang ditugaskan dan diwajibkan bagi setiap manusia haruslah dikerjakan atau dilaksanakan, hal ini menandakan bahwa manusia memiliki rasa tanggung jawab dalam dirinya untuk menyelesaikan segala sesuatu yang telah dikerjakan atau dijalani olehnya.

c. Bisa hidup mandiri.

Mandiri dalam artian manusia dapat bekerja sendiri, menjalani aktivitasnya sendiri tanpa dampingan orang tua atau orang terdekatnya, dapat mengambil keputusan sendiri atau simpulkan saja bahwa manusia melakukan segala sesuatu sendiri dan dapat diselesaikan sendiri.

d. Dapat mengendalikan emosi.

Menurut Hurlock (dalam Priatmoko, 2011:20), menjelaskan bahwa pengendalian emosi adalah salah satu bentuk usaha yang fokusnya pada reaksi manusia terhadap sesuatu yang dilihatnya yang dapat menghadirkan emosi, dan mengarahkan energi emosi tersebut terhadap bentuk ekspresi yang memiliki manfaat dan dapat diterima oleh lingkungan disekitarnya. Pengendalian emosi yang baik biasanya ditandai dengan adanya sifat dan karakter yang tenang dalam menjalankan dan menyelesaikan sesuatu, menghadapi segala sesuatu dengan penuh senyuman, tidak berpihak pada satu pihak.

e. Mempunyai Tujuan Hidup

Manusia yang memiliki mental yang sehat tentunya akan memiliki tujuan hidup untuk saat ini dan untuk saat yang akan datang. Manusia akan menentukan kemana arah hidupnya, dengan siapa dia akan bekerja, dimana dia akan berelasi dan bekerja, serta bagaimana kehidupannya di kemudian hari nanti.

Hal ini ditandakan sebagai tanda-tanda manusia telah mengalami kesembuhan mental. Manusia harus bisa memiliki lima ciri-ciri mental yang sehat seperti yang telah dijelaskan di atas baru bisa ditandakan bahwa manusia telah sehat dari sakit mentalnya.

3. Anak.

Anak merupakan salah satu karunia dari Tuhan Yang Maha Esa yang harusnya dijaga, dididik, dibina dengan arahan yang baik, diberikan kasih sayang, dan dilindungi karena anak juga memiliki hak dan martabat yang seharusnya dijaga dan diutamakan, tujuannya agar dimasa depan nanti anak tersebut nantinya akan berguna dan bermanfaat bagi orang disekitar dirinya (Tamba, 2016:1). Anak memiliki emosional yang sebenarnya belum stabil dan belum tetap, maka dari itu anak memiliki sifat yang rentan sehingga gampang mengalami sakit mental.

G. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif. Menurut Rukin (2019:6) menyatakan bahwa penelitian kualitatif merupakan suatu proses penelitian yang lebih menekankan pada makna, penalaran, definisi suatu situasi tertentu (dalam konteks tertentu), dan lebih sering meneliti mengenai hal-hal yang memiliki hubungannya dengan kehidupan sehari-hari manusia. Adapun definisi penelitian kualitatif menurut Zuchri Abdussamad (2021:80) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif digunakan untuk menerima data secara mendalam yang mengandung makna. Makna tersebut merupakan data itu yang sebenarnya, data yang memiliki suatu nilai di

balik data yang tampak, maka dari itu penelitian kualitatif sangat menekankan makna dalam suatu penelitian.

2. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat studi kasus yang nantinya peneliti akan menggali dan menjelaskan mengenai suatu kejadian tertentu (kasus) dalam suatu waktu, kegiatan dan menggabungkan informasi secara detail dan mendalam dengan memakai beberapa teknik pengumpulan data (Wahyuningsih, 2013:3). Dengan demikian, dalam penelitian ini peneliti berusaha untuk menjelaskan informasi secara sistematis dan mendalam berdasarkan fakta-fakta yang diperoleh dari data yang ditemukan oleh penulis di lapangan.

3. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan saat ini oleh peneliti yaitu metode studi kasus. Groat & Wang (dalam Nur'aini, 2020:93) menjelaskan bahwa metode penelitian studi kasus akan membuat peneliti menjadi lebih fokus terhadap satu atau dua kasus tertentu yang sesuai dengan subjek penelitiannya, menjelaskan hubungan dari sebab akibat, lebih detail dalam mengembangkan teori yang digunakan dan bergantung terhadap fakta yang ditemukan di lapangan. Selain itu, menurut Yin (dalam Nur'aini, 2020:93) menjelaskan bahwa dengan menggunakan metode penelitian studi kasus kualitatif merupakan strategi yang tepat dalam mengenakan pertanyaan penelitian mengenai bagaimana dan kenapa, sehingga peneliti lebih fokus terhadap penelitian yang diteliti.

Dengan demikian, penelitian kualitatif dengan sifat penelitian studi kasus ini akan membuat peneliti ini lebih memfokuskan diri terhadap objek dan subjek penelitian dan akan mempelajari fenomena dalam penelitian ini, sehingga hasil dari penelitian dapat dijelaskan secara sistematis dan mendalam untuk menjawab permasalahan utama dalam penelitian ini.

4. Subjek dan Objek Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti memilih subjek penelitian yakni keluarga yang anaknya pernah mengalami sakit mental. Peneliti memilih subjek anak dengan rentang usia 16-24 tahun dan masalah kesehatan mental yang dimiliki tidak spesifik ke jenis masalah kesehatan mental tertentu. Peneliti meneliti anak dengan rentang usia tersebut yang memasuki kategori remaja pertengahan hingga remaja akhir yaitu 16-24 tahun (KOMPAS.com, 2022). Memilih rentang usia tersebut karena sangat krisis dalam menerima sakit mental, tercatat bahwa sebanyak 95,4% anak mengalami kecemasan, 88% mengalami depresi, 96,4% mengalami stress berdasarkan data terakhir dari riset tim Divisi Psikiatri Anak dan Remaja, Fakultas Kesehatan di Universitas Indonesia (Theconversation.com, 2021). Dinyatakan krisis karena rata-rata anak lebih memilih menyelesaikan masalah dengan cara bercerita ke orang terdekat dan teman sebanyak 98,7%, menyakiti diri sendiri sebanyak 51,4%, dan ingin mengakhiri hidup 57,8%. Anak yang akan diteliti oleh peneliti yaitu anak yang berada dalam lingkungan keluarga,

karena pada dasarnya ketika anak berada dalam lingkungan keluarga maka anak tersebut akan tetap disebut sebagai anak.

Sedangkan, objek penelitian yang digunakan oleh peneliti yakni peranan komunikasi keluarga dengan anak terhadap kesembuhan mental anak. Peneliti menggunakan objek penelitian ini karena berdasarkan latar belakang di atas bahwa apabila anak mengalami masalah pada kesehatan mentalnya maka akan mempengaruhi interaksi anak dengan orang lain, tidak fokus, kurang motivasi dan akan berujung pada sifat dan perilaku yang negatif. Maka dari itu, perlu adanya peranan komunikasi keluarga yang baik dengan anak sehingga dapat menyembuhkan anak dari masalah kesehatan mental.

5. Jenis Data

Untuk melengkapi bahan atau data yang diperlukan, maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua sumber data, yakni:

a. Data Primer

Data primer merupakan data utama yang akan digunakan oleh peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini yaitu dengan cara wawancara secara mendalam secara langsung dengan narasumber yang ingin dituju.

b. Data Sekunder

Data sekunder sebagai data penunjang peneliti, data ini dapat diperoleh secara tidak langsung dengan adanya media perantara

yang digunakan oleh peneliti, seperti dokumentasi tindakan awal yang dilakukan oleh narasumber ketika mengalami sakit mental.

6. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan cara wawancara. Menurut Singh (dalam Hakim, 2013:167) menjelaskan bahwa wawancara merupakan suatu keadaan yang menghadapkan pewawancara dengan narasumber yang tujuannya untuk mencari dan menggali informasi yang diinginkan dan memiliki tujuan lainnya untuk memperoleh data mengenai narasumber. Selain itu, Steward dan Cash (dalam Hakim, 2013:167) menjelaskan wawancara merupakan suatu proses komunikasi secara interpersonal dengan adanya tujuan yang telah dirancang sebelumnya, bersifat serius yang dibuat oleh peneliti untuk menciptakan interaksi yang melibatkan aktivitas tanya jawab. Dengan adanya wawancara, maka seorang narasumber menjawab dengan cara mengidentifikasi dirinya sendiri mengenai permasalahan dalam penelitian ini.

Peneliti melakukan pengumpulan data berdasarkan kriteria berikut:

- a. Berusia 16-24 tahun (karena tercatat sebanyak 95,4% anak mengalami kecemasan, 88% mengalami depresi, 96,4% mengalami stress dan dinyatakan krisis karena rata-rata anak lebih memilih menyelesaikan masalah dengan cara bercerita ke orang terdekat dan teman sebanyak 98,7%, menyakiti diri

sendiri sebanyak 51,4%, dan ingin mengakhiri hidup 57,8% (Theconversation.com, 2021).

- b. Pernah mengalami sakit mental secara krisis dan telah dinyatakan sembuh pada bulan Januari 2023.

Kriteria narasumber seperti ini yang akan dipilih oleh peneliti untuk memperoleh data dalam menyelesaikan penelitian ini dalam menjawab bagaimana peranan komunikasi keluarga dalam kesembuhan mental anak.

7. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (dalam Nabila, 2022:26) menjelaskan bahwa teknik analisis data adalah suatu usaha dan tahapan dalam pencarian dan penyusunan data yang telah didapatkan oleh peneliti dari adanya proses wawancara agar dapat dimengerti dan dapat dijelaskan kepada orang lain yang mendengar mengenai penelitian ini. Dengan demikian, proses analisis data yang akan digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini terdapat beberapa langkah, yakni:

- a. Reduksi Data.

Reduksi data merupakan proses merangkum, memilah hal-hal yang penting untuk diangkat dalam penelitian, lebih memfokuskan pada hal-hal yang pokok yang disesuaikan dengan tema dan topik penelitian, sedangkan data yang tidak sesuai atau tidak relevan akan dibuang (Abdussamad, 2021:161). Dengan begitu, data yang telah direduksi nantinya akan menghasilkan

ilustrasi yang lebih detail dan dapat mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.

b. Interpretasi Data

Menurut Abror (dalam Nabila, 2022:26) menegaskan bahwa interpretasi data adalah suatu tahapan dalam meninjau data yang telah didapatkan melalui beberapa tahapan yang sebelumnya telah dilakukan, sehingga data tersebut nantinya dapat dihubungkan dengan fenomena penelitian secara mendalam.

c. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan yang ditarik pada bagian ini masih bersifat sementara dan tentunya dapat berubah apabila selama menjalani penelitian tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat untuk mendukung pengumpulan data selanjutnya. Namun, apabila kesimpulan yang dikemukakan pada bagian ini hingga akhir didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat terjun ke lapangan maka kesimpulan ini merupakan kesimpulan yang kredibel (Abdussamad, 2021:162). Pada bagian ini dapat dilakukan setelah seluruh data terkumpul, dipilih dan disajikan secara tersusun sesuai dengan topik penelitian.

8. Triangulasi Data.

Triangulasi data merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang akan menggabungkan seluruh data yang telah ditemukan. Data yang ditemukan dari triangulasi data berbeda dari teknik pengumpulan

data sebelumnya. Tujuan dari adanya triangulasi data yaitu untuk menguji kredibilitas data dan memperoleh pemahaman mengenai penelitian yang dilakukan dengan berbagai teknik pengumpulan data serta berbagai sumber data yang digunakan oleh peneliti (Sugiyono, 2017:242).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan triangulasi sumber dengan menggunakan data berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa narasumber yang memiliki kedekatan secara khusus dengan narasumber yang akan dituju. Untuk validitas data terhadap informan 1, peneliti mendapat data dari pihak ketiga yaitu saudara laki-laki dari informan 1 yang tinggal bersama-sama dengan informan 1 dan keluarganya. Sedangkan, untuk validitas data terhadap informan 2 peneliti menemukan data dari pihak ketiga yaitu sahabat sejak Sekolah Dasar (SD) namun tinggal bersama informan 2 dan keluarganya. Informasi data yang diperoleh dari peneliti telah mendapatkan persetujuan untuk diwawancarai diawal penelitian, namun identitas dari pihak ketiga tidak akan dilampirkan dalam hasil penelitian.