

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Manusia selalu memiliki tugas-tugas kompleks pada setiap tahap perkembangan siklus hidupnya yang selalu menuntut untuk diselesaikan. Peningkatan dan persaingan antar individu pada lingkungannya yang semakin kompleks ini, membuat individu dipaksa untuk mematuhi tuntutan yang ada di masyarakat agar dapat bertahan hidup dengan lebih baik. Dalam setiap siklus perkembangan, individu memiliki karakteristik dan tugas perkembangan yang berbeda-beda, mulai dari bayi, anak, remaja, dewasa, dan usia lanjut (Soetjiningsih, 2018). Pada remaja dalam masa transisi menuju dewasa, individu menghadapi tahapan kehidupan yang penuh kejutan, ketidakpastian, dan banyaknya perubahan yang dirasakan dalam kehidupan. Sebuah periode persimpangan intens, pengambilan keputusan, dan pilihan. Pada fase ini, individu masih merasakan euforia masa remaja, namun di sisi lain individu juga menemukan tantangan dan tanggung jawab baru yang harus diselesaikan (Putri, 2019). Menurut Arnett dalam (Santrock, 2011) dewasa muda didefinisikan sebagai peralihan pada remaja dalam masa transisi menuju dewasa (*emerging adulthood*) yang terjadi pada rentang usia 18-25 tahun. Kemudian, Arnett mengusulkan tahap perkembangan baru dengan istilah *emerging adulthood* sebagai fase transisi remaja yang diperpanjang, mulai dari usia 18-29 tahun.

Turbulensi kehidupan dalam masa transisi dapat membuat individu menjadi lebih dewasa. Hal ini didukung oleh dorongan dalam diri dan tekanan sosial yang bertubi-tubi, sehingga membuat individu akan mengenal dirinya lebih baik lagi pada setiap tahap kehidupannya. Namun, bukan berarti masa transisi tersebut berjalan dengan mulus-mulus saja, pada kenyataannya sebagian besar terjadi justru sebaliknya. (Wibowo, 2017). Dalam (Karpika & Segel, 2021) menjelaskan bahwa pada remaja dalam masa transisi menuju dewasa individu sering kali mengalami periode kegalauan tanpa akhir, kurangnya motivasi yang kuat, keraguan dalam mengambil keputusan, kecemasan akan masa depan, serta ketakutan dalam menentukan pilihan.

Menurut Putri (2019), peningkatan standar hidup di masyarakat telah membawa banyak kebutuhan hidup yang harus dipenuhi. Dengan persaingan antar individu yang semakin meningkat pada lingkungannya, membuat individu yang

berada di fase ini terpaksa untuk mematuhi tuntutan dalam masyarakat. Meskipun tuntutan-tuntutannya adalah kebalikan dari apa yang ingin individu capai. Banyaknya tuntutan membuat individu merasa bingung ketika memilih apa yang harus dilakukan. Juga untuk bertahan hidup, individu harus mampu bersaing dengan lebih baik. Ketidakselarasan antara diri yang ideal dan yang nyata dalam diri individu ketika berada pada fase ini dapat menyebabkan individu mengalami stres dan merasa kewalahan. Tekanan ini mengarah pada sebuah fenomena yang dikenal sebagai “*quarter-life crisis*”.

Alexandra Robbins dan Abby Wilner pada tahun 2001 melakukan penelitian pada pemuda Amerika yang memasuki abad ke-20, pada saat yang sama istilah *quarter-life crisis* pertama kali dicetuskan oleh Robbins dan Wilner. Mereka menjuluki kaum dewasa muda sebagai “*twentysomethings*”, yaitu individu yang baru saja meninggalkan ketenangan pikiran pada kehidupannya sebagai seorang mahasiswa di kampus, namun harus tetap melanjutkan tugasnya kembali pada kehidupan nyata dengan tuntutan yang lebih besar seperti mencari pekerjaan atau menikah (Habib, 2020). *Quarter-life crisis* ini merupakan proses pencarian jati diri yang disebut juga sebagai tahap pendewasaan, ujian hidup dan kesulitan individu saat membuat keputusan karir, keuangan, pengaturan hidup, bahkan hubungan percintaan yang memicu individu sering kali merasa stres, depresi, dan kesepian. *Quarter-life crisis* pada intinya merupakan krisis identitas, hal tersebut dapat menyebabkan kebingungan pada usia dua puluhan dengan cara yang berbeda. Terkadang individu yang berada pada fase ini menjadi panik dengan rasa kehilangan dan ketidakpastian, banyak orang pada usia ini menyadari bahwa ada sesuatu yang hilang dalam kehidupan mereka (Robbins & Wilner, 2001).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Meilia Ayu Puspita Sari (2021) mengenai *quarter-life crisis* pada kaum millennial menggambarkan bahwa fase ini juga ditimbulkan karena adanya tekanan yang datang dari lingkungan keluarga dan takut mengecewakan orang tua, sehingga sering muncul perasaan khawatir tentang kehidupannya di masa depan. Dalam penelitiannya Sari (2021) mengungkapkan bahwa keluarga merupakan salah satu faktor dari luar diri seseorang yang berada pada fase *quarter-life crisis*. Keluarga sering ingin ikut campur dalam urusan anak-anaknya. Mereka ada dan peduli, tetapi terkadang juga memperkeruh suasana. Dan tidak jarang juga, kehidupan orang tua pada zaman dahulu dibandingkan kembali dengan

kehidupan anak saat ini. Tidak hanya itu, mereka juga kerap menuntut hal-hal seperti pekerjaan yang layak, gaji besar, rumah, mobil, perhiasan, dan dihantui berbagai pertanyaan yang kerap kali muncul (Putri, 2019). Gambaran tersebut memiliki pengaruh terhadap perkembangan normatif perjalanan *emerging adulthood* dengan cara yang juga berdampak pada pengalaman *quarter-life crisis*. Hal ini didukung oleh Robbins & Wilner (2001), dalam bukunya yang berjudul *Quarter-life Crisis "The Unique Challenges of Life in Your Twenties"* bahwa dukungan yang diberikan oleh keluarga memiliki pengaruh yang besar dalam menentukan pekerjaan dan pola hidup anak dengan arahan yang lebih jelas, dibandingkan pada anak yang mengerjakan sesuatu tanpa adanya dukungan tersebut. Karena pada saat ini, remaja dalam masa transisi menuju dewasa kerap kali dihadapkan pada hal-hal yang jauh berbeda dengan kehidupan orang tuanya.

Quarter-life crisis merupakan titik perubahan bagi individu dalam merancang mimpinya, menemukan *passion* dan *skill* serta menjadi mandiri dalam setiap keputusan hidup yang akan diambil. Tentu tidak mudah ketika individu berada di masa tersebut, sehingga dukungan keluarga berpengaruh bagi individu untuk dapat berjalan beriringan dalam melewati fase *quarter-life crisis*. Menurut Arnett dalam (Wibowo, 2017) terdapat lima ciri utama ketika individu sedang berada di fase transisi menuju kematangan diri atau *emerging adulthood* yaitu, *identity explorations, instability, self-focus, feeling in-between, dan possibilities*. *Quarter-life crisis* muncul karena adanya berbagai tekanan atau paksaan dari masyarakat dan lingkungan sekitar. Tekanan dan paksaan tersebut seringkali dikaitkan dengan pencapaian dan tujuan hidup seseorang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh seorang Dosen Psikologi, Dr. Oliver Robinson dari *University of Greenwich* di London mengatakan bahwa 86% dari 1.100 orang dewasa muda berusia 20-30 tahun mengalami *quarter-life crisis* dalam hidupnya (Putri, 2019).

Indrieanie (2020) menyatakan bahwa tentu tidak mudah ketika berada di fase dewasa muda, dimana individu sedang menjalani kehidupan sebenarnya yang dipaksa untuk bertindak dewasa namun di sisi lain masih dianggap terlalu muda yang dihadapkan dengan berbagai tantangan yang harus diterima serta diselesaikan dengan penuh komitmen. Setiap orang tua menginginkan yang terbaik untuk anaknya, serta keinginan tersebut menghasilkan pola asuh yang ditanamkan orang tua pada anaknya. Menurut Diana Baumrind (dalam Muallifah, 2009) menjelaskan pola asuh pada

dasarnya merupakan sebuah *parental control*, yaitu bagaimana orang tua dapat mengontrol, membimbing serta mendampingi anaknya dalam setiap tugas perkembangan hingga menuju fase dewasa.

Menurut Yusnadewi (2013), seiring berjalannya waktu anak berkembang sesuai dengan perkembangan zaman. Tidak hanya dari segi usia, pemikiran pun perlahan berkembang. Sayangnya, masih banyak orang tua yang kurang memahami mengenai setiap fase perkembangan yang dialami oleh anak. Situasi ini menjadi semakin sulit karena orang tua tidak lagi membimbing dan mendidik anak pada usia kanak-kanak atau remaja lagi, tetapi orang tua dihadapkan pada anak yang sedang menginjak usia dewasa muda atau peralihan dari remaja dalam masa transisi menuju dewasa. Menurut Santrock (dalam Dariyo, 2008) pada remaja dalam transisi menuju dewasa, orang tua memiliki tugas dan peran baru sejalan dengan perubahan kebutuhan anak saat ini. Perubahan yang terjadi pada fase ini adalah perubahan fisik, kognitif, dan sosial. Anak akan mulai melepaskan diri dari ketergantungan pada keluarga, terutama orang tuanya (A. F. Putri, 2018). Yang menjadi tantangan bagi orang tua adalah bagaimana mencapai keseimbangan antara memelihara ikatan keluarga dengan anak usia remaja dalam masa transisi menuju dewasa.

Menurut Psikolog Anak dan Remaja Novita Tandry menjelaskan bahwa menghadapi anak yang sudah memasuki usia dewasa muda, dalam hal ini pada remaja dalam masa transisi menuju dewasa juga membutuhkan peran orang tua untuk lebih banyak mendengarkan dan mendalami karakter anak (Permana, 2019). Penyesuaian ini berpotensi menempatkan orang tua berada dalam keadaan yang rentan secara emosional, dan dewasa muda sering kali menjadi korban kurangnya pemahaman orang tua tentang cara mendidik anak-anak dengan benar. Kesalahan dalam membimbing serta mendidik anak akan menyebabkan anak mulai menganalisis kejadian yang ditemui di sekitar mereka, sehingga menciptakan perspektif dari pandangan mereka sendiri, hal tersebut akan berdampak pada kehidupan masa depannya (Elmira, 2019). Oleh karena itu, peran orang tua dinilai memiliki pengaruh yang signifikan bagi individu dalam menghadapi *quarter-life crisis*. Pendampingan oleh orang tua sangat diperlukan untuk membimbing remaja dalam masa transisi menuju dewasa dalam menjalankan dan memenuhi tugas perkembangannya secara optimal untuk memiliki kehidupan yang lebih baik di masa depan.

Dalam perspektif komunikasi keluarga, orang tua merupakan lingkungan utama dalam mengembangkan keterampilan sosial anak. Menurut Sukarelawati (2019) menyatakan bahwa karena peranannya yang begitu penting, orang tua yang baik harus memiliki pola asuh yang tepat ketika mendidik dan membesarkan anak-anaknya. Pada prinsipnya, pola asuh dapat diartikan sebagai seluruh perilaku yang diberikan oleh orang tua yang diterapkan pada anak (Muslima, 2015). Pola asuh merupakan bagian dari proses komunikasi keluarga dimana pola asuh melibatkan interaksi anak dengan orang tuanya dalam mendorong tumbuh kembang anak sejak anak masih kecil. Dengan demikian, pola asuh adalah model pengasuhan dengan cara mendidik, mengasuh, mendukung perkembangan fisik, emosional, dan sosial anak secara utuh.

Pada setiap keluarga memiliki pola komunikasi masing-masing yang berlaku untuk anak-anaknya dan dibangun oleh orang tua dengan baik. Pola komunikasi ini juga mempengaruhi perkembangan anak (Ayun, 2017). Namun dalam penerapannya masih banyak anak yang luput dari perhatian orang tuanya. Dan seiring bertambahnya usia pada fase remaja dalam masa transisi menuju dewasa, sebagian orang tua berpikir bahwa anak mereka kini sudah bisa lepas dari pengawasan mereka dan bebas untuk melakukan hal apa saja yang disukainya, sehingga sebagian orang tua beranggapan bahwa tidak masalah jika mereka menghabiskan lebih banyak waktu untuk berkarir dengan pekerjaannya atau menghabiskan waktu mereka sendiri (*me-time*). Namun demikian, peran orang tua sangat krusial pada setiap fase perkembangan anak. Berapapun usia anak, perhatian dan kasih sayang yang diberikan oleh orang tua sangat dibutuhkan, baik itu untuk memenuhi kebutuhan anak, mengajari anak berbagai hal, atau sekedar memberikannya nasihat hidup (Trifiana, 2020). Termasuk pada usia remaja dalam masa transisi menuju dewasa yang masih begitu membutuhkan peran dan perhatian orang tuanya, terutama untuk perkembangan kepribadiannya dalam menghadapi kebingungan akan menentukan arah hidup dan merasa cemas ketika menghadapi masa depan karena sedang dihadapkan pada sebuah fase yang bernama *quarter-life crisis*. Pada usia remaja dalam masa transisi menuju dewasa ini, peran orang tua sangat diharapkan oleh anak untuk dapat membimbing dan mengenalkan pada hal-hal baru di kehidupan sesungguhnya.

Menurut data yang didapat dari Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan pada tahun 2018 menyebutkan terdapat lebih dari 12 juta orang berusia di atas 15 tahun mengalami

depresi, dan lebih dari 19 juta orang berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional (Rokom, 2021). Dr. Celestinus Eigya Munthe selaku Direktur Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan Napza menjelaskan masalah kesehatan jiwa di Indonesia terkait dengan masalah tingginya prevalensi penderita gangguan jiwa “untuk saat ini Indonesia memiliki prevalensi penderita gangguan jiwa sekitar satu dari lima penduduk, artinya sekitar 20% penduduk di Indonesia memiliki potensi gangguan jiwa, ini merupakan masalah yang sangat tinggi karena 20% dari 250 juta penduduk secara keseluruhan berpotensi mengalami gangguan kesehatan jiwa”. Didukung oleh survei yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik Jawa Barat, tingginya tingkat kecemasan di Jawa Barat terjadi pada masa remaja akhir yaitu pada remaja dalam masa transisi menuju dewasa atau pada tingkat perguruan tinggi yang umumnya dialami oleh sebagian besar mahasiswa. Ketakutan dan kekhawatiran merupakan indeks dominan yang sering dialami oleh mahasiswa, dengan presentase sebesar 62,5% (Apsarini & Rina, 2022).

Dilanjutkan oleh Dr. Teddy Hidayat, Sp.KJ(K) selaku Ketua Perhimpunan Psikiatri Indonesia mengatakan bahwa orang dengan usia dewasa muda cenderung memiliki potensi bunuh diri yang lebih tinggi dan minimnya pemahaman yang dimiliki oleh individu menjadi salah satu pendorong mereka untuk memilih mengakhiri hidupnya. Dalam Sosialisasi Pencegahan Mahasiswa Bunuh Diri di Rumah Sakit Melinda 2 Bandung, Dr. Teddy mengatakan bahwa tidak semua orang bunuh diri disebabkan oleh gangguan jiwa tetapi 80% bunuh diri itu berhubungan dengan berbagai permasalahan gangguan jiwa terutama depresi. Dan keluarga merupakan *problem* yang sering kali menjadi pencetus seseorang memiliki gangguan jiwa, depresi, hingga melakukan upaya bunuh diri. Tentu saja, berdasarkan prospek data yang didapatkan tersebut akan berdampak negatif bagi pembangunan Indonesia dalam jangka panjang.

Selanjutnya, hal tersebut didukung dengan salah satu artikel laman berita daring Liputan 6 yang berjudul “Sebagian Mahasiswa Bandung Rentan Depresi dan Bunuh Diri” yang diunggah oleh Arie Nugraha pada 9 Desember 2019. Dalam (Nugraha, 2019) Elvine Gunawan selaku tim psikiater RS Melinda menganalisis data kunjungan pasien yang datang ke Poliklinik Jiwa RS Melinda dan menunjukkan angka yang signifikan yaitu 741 mahasiswa per bulan atau rata-rata 30 orang per hari datang dengan berbagai kondisi psikologis yang berbeda-beda, mulai dari *konseling* biasa,

stres, depresi hingga mencoba untuk melakukan bunuh diri. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa Indonesia, khususnya yang tinggal di Bandung, menghadapi masalah serius. Pemicunya sangat beragam dan berkisar dari masalah dalam keluarga, pekerjaan atau tugas, hubungan persahabatan hingga masalah di lingkungan sosial lainnya.

Oleh karena itu, peneliti melihat adanya kondisi serius dimana individu merasa khawatir dan cemas tentang masa depan dan mulai mempertanyakan apa tujuan hidup mereka sebagai peralihan pada remaja dalam masa transisi menuju dewasa sebagai bentuk sebuah fenomena *quarter-life crisis* yang dihadapinya. Dr. Fidiansyah, SpKJ, MPH selaku Direktur Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan Napza (Dit P2MKJN), mengemukakan bahwa kesehatan jiwa sebagai bagian penting dalam menciptakan sumber daya manusia yang produktif di Indonesia dan aset nasional yang berharga di masa depan. Untuk itu, menjaga kesehatan jiwa seluruh rakyat Indonesia menjadi kewajiban semua pihak (Rokom, 2021). Keluarga sebagai unit terkecil masyarakat harus mampu menjadi yang terdepan dalam menjaga kesehatan jiwa anggota keluarga dan menjadi pihak yang memberikan pertolongan pertama secara psikologis jika muncul gejala-gejala awal yang mengarah pada gangguan kesehatan jiwa.

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 52 Tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, keluarga adalah unit terkecil dalam kehidupan masyarakat yang terdiri dari suami istri, atau suami, istri dan anak, atau ayah dan anak, atau ibu dan anak. Enjang & Dulwahab (2018) dalam bukunya yang berjudul “Komunikasi Keluarga Perspektif Islam” menjelaskan bahwa keluarga merupakan tumpuan harapan seseorang ketika menghadapi masalah dalam hidup, dan menjadi tempat untuk bercerita ketika menghadapi masalah. Keluarga dipandang sebagai tempat yang paling tepat untuk mendapatkan nasihat, bahkan solusi dan uluran tangan dalam memecahkan masalah. Artinya, keluarga adalah sesuatu yang begitu penting keberadaannya. Lebih dari itu, keluarga memiliki nilai tersendiri bagi seseorang yang membuatnya rela berkorban apapun untuk keluarganya.

Komunikasi dalam sebuah keluarga harus terjalin dengan baik oleh para anggotanya agar tercipta hubungan yang baik. Rae Sedwig dalam (Sumakul, 2015) menjelaskan komunikasi keluarga merupakan suatu organisasi yang menggunakan bahasa, gerak tubuh, intonasi, dan tindakan untuk menciptakan harapan,

mengungkapkan perasaan, dan saling memberi perhatian. Artinya, setiap kata, sikap, nada, dan tindakan dirancang untuk memberi pengertian, pengajaran, dan dampak yang dirasakannya. Interaksi antara anggota keluarga dengan anggota keluarga lainnya dalam menciptakan komunikasi yang efektif adalah tujuan utama dari komunikasi keluarga.

Komunikasi keluarga efektif dan baik akan menciptakan keluarga yang harmonis dan juga menciptakan konsep diri bagi anak, sehingga dapat mempengaruhi cara mereka berbicara dan berperilaku di sekitar mereka. Namun yang sering terjadi saat ini adalah adanya hambatan komunikasi antara orang tua dan anak. Ada banyak alasan untuk hal tersebut, seperti ibu dan ayah yang tidak memiliki banyak waktu bersama karena pekerjaan, orang tua yang terlalu tertutup, bahkan anak-anak yang tumbuh di lingkungan rumah yang buruk dapat menjadi faktor penghambat komunikasi antara orang tua dan anak. Dalam jurnal penelitian Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak dengan Yayasan Melati tahun 2016, menyebutkan beberapa konsep untuk membangun komunikasi yang efektif dalam keluarga dan perlakuan orang tua yang diharapkan dari anak, dikategorikan menjadi beberapa poin antara lain: a) memberi perhatian dan dukungan b) mau mendengarkan dan berempati dengan anak c) cinta dan perasaan positif d) menerima dan menghormati anak-anak e) kepercayaan yang diberikan (Asaari et al, 2016).

Fitzpatrick & Ritchie (dalam Puspitawati, 2021) menjelaskan komunikasi keluarga sendiri dapat dibagi menjadi dua orientasi, yaitu orientasi percakapan (*conversation orientation*) dan orientasi kepatuhan (*conformity orientation*). Orientasi percakapan berfokus pada percakapan dan interaksi di antara anggota keluarga, atau kebebasan untuk mengungkapkan pendapat. Karena setiap anggota keluarga mempunyai hak dan bebas menyampaikan pendapat dan perbedaan pendapat ketika memiliki argumentasi untuk diperdebatkan, anggota keluarga dengan kecenderungan ini tidak perlu lagi khawatir akan perbedaan pendapat. Sedangkan pada orientasi konformitas, anggota keluarga cenderung diarahkan untuk menyelaraskan suara atau pendapat mereka dengan anggota keluarga lainnya, menciptakan suasana aman, menekan perbedaan pendapat, dan jarang mendiskusikan perselisihan atau hal-hal yang memicu konflik. Oleh karena itu, anggota keluarga dengan orientasi ini sering kali kurang melakukan aktivitas dalam berkomunikasi dengan anggota keluarga lainnya. Konsep orientasi percakapan dan orientasi konformitas diuraikan lebih lanjut

oleh Koerner dan Fitzpatrick yang melibatkan hubungan antar anggota keluarga. Dalam keluarga yang berorientasi pada kepatuhan, komunikasi keluarga seringkali bersifat tertutup. Sedangkan pada keluarga yang berorientasi pada percakapan cenderung memiliki suasana terbuka karena memungkinkan terjadinya berbagai interaksi (Wardyaningrum, 2013).

Masalah komunikasi merupakan masalah yang sangat mengganggu kesejahteraan keluarga, dan melihat penyebab dari masalah komunikasi tersebut, setiap anggota keluarga harus mencari cara untuk meningkatkan komunikasinya. Cara seseorang berkomunikasi itulah yang mempengaruhi dan menentukan berhasil tidaknya suatu hubungan. Menurut (Supratman & Mahadian, 2016) menjelaskan bahwa komunikasi keluarga dapat diartikan sebagai kesediaan untuk berbicara secara terbuka tentang segala sesuatu dalam keluarga, baik percakapan yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan, kesediaan untuk menyelesaikan masalah keluarga melalui dialog yang sabar, jujur, dan terbuka. Komunikasi ini berfungsi untuk mengawasi dan memelihara interaksi antara satu anggota keluarga dengan anggota keluarga lainnya, sehingga tercipta komunikasi yang efektif.

Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Gratiwi & Christin (2021), mengenai Peran Komunikasi Antarpribadi Teman Sebaya Dalam Menghadapi *Quarter-Life Crisis* di Kabupaten Sumedang. Temuan menunjukkan bahwa empati dari teman sebaya dapat membuat orang yang mengalami *quarter-life crisis* merasa dipahami. Empati dianggap sebagai bentuk penghargaan terhadap teman sebaya untuk mengontrol apa yang akan dikatakan agar tidak menyakiti orang lain. Ketika individu berada dalam *quarter-life crisis*, mereka membutuhkan dukungan dan sikap positif yang diberikan dari orang lain, terutama orang-orang terdekatnya. Pola komunikasi dalam pengasuhan dan latar belakang keluarga merupakan faktor utama dalam individu yang mengalami fase *quarter-life crisis*, dan ketika peran keluarga tidak terlalu mendukung, individu memilih untuk memberi tahu teman sebayanya mengenai permasalahan yang sedang dihadapinya. Kurangnya keterbukaan, dukungan dan sikap positif serta banyaknya perbedaan pendapat dalam keluarga membuat individu yang berada pada fase ini tidak memiliki konsep diri yang jelas akan hidupnya sehingga membuat individu merasa bingung dan kehilangan arah. Hal tersebut menyebabkan individu dengan rentang usia masa dewasa awal mengalami fase *quarter-life crisis*. Keluarga merupakan unit sosial terkecil dari seorang individu, sehingga ketika peran

keluarga tidak terlalu mendukung, individu memilih tempat lain untuk menceritakan masalahnya. Seperti kepada kepada teman sebayanya, karena mereka dianggap lebih bisa memahami dan tidak menghakimi atas apa yang dialami dan dirasakan individu.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh Gratiwi & Christin (2021), yang memaparkan bahwa dalam proses pencarian jati diri anak, ketiadaan keluarga membuat individu merasa tidak aman dan sering kali menganggapnya merasa tidak diakui, sehingga banyak individu yang mencari fungsi tersebut di luar lingkungan keluarga seperti teman sebayanya. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti, peneliti mengambil konteks komunikasi keluarga sebagai upaya kebaruan dari penelitian sebelumnya agar dapat menemukan model komunikasi seperti apa yang mampu mengatasi *quarter-life crisis* yang dihadapi oleh remaja dalam masa transisi menuju dewasa sebagai upaya pendampingan *quarter-life crisis* yang dilakukan oleh orang tua.

Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wijaya & Saprowi (2022), yang memaparkan bahwa dukungan sosial berkorelasi dengan *quarter-life crisis* dengan aspek tertinggi adalah dukungan keluarga sebesar 11%. Dukungan yang diberikan dari anggota keluarga memiliki peran yang lebih besar dibandingkan dengan dukungan yang diberikan oleh teman dan orang terdekat lainnya (*significant others*). Pada fase *quarter-life crisis*, orang tua perlu mengembangkan hubungan timbal balik yang baik dimana terjadi interaksi dengan anak-anaknya. Saat individu membutuhkan dukungan dan uluran tangan yang diberikan orang tua ketika menghadapi suatu permasalahan, diharapkan orang tua tidak hanya sekedar memahaminya, melainkan juga mampu menentukan sikap yang bijak dalam menempatkan dirinya ditengah-tengah pergolakan hidup yang dialami anak, serta memberikan solusi terbaik yang memberikan kenyamanan bagi anak dalam menjalani hidupnya. Oleh sebab itu, peran dan fungsi keluarga sangatlah penting, baik bagi anggota keluarga maupun lingkungannya untuk membantu proses pendewasaan diri pada fase *quarter-life crisis* agar berhasil dilewati dan menerima layaknya sebagai sebuah tantangan untuk tumbuh menjadi pribadi yang terbaik. Dengan komunikasi keluarga dapat membantu individu dalam kesendirian dan meningkatkan kemampuan mereka untuk mendiskusikan hal-hal sensitif dengan orang tuanya sehingga anak tidak kehilangan arah.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih subjek penelitian yaitu orang tua yang termasuk kedalam kategori Generasi X (42 – 57 tahun) yang lahir pada tahun 1965-

1980 dan memiliki anak dengan kategori Generasi Y akhir yang lahir pada tahun 1977 - 1994 dan Generasi Z yang lahir pada tahun 1995-2010. Dalam masa transisi tersebut peneliti memfokuskan pada orang tua yang memiliki anak dengan rentang usia 18 - 29 tahun (*emerging adulthood*) yang mengalami masalah dalam hidupnya mengenai *quarter-life crisis*, karena pada rentang usia tersebut individu sedang mengeksplorasi dirinya dan mengalami pergolakan juga ketidakstabilan emosi. Orang tua dan anak remaja dalam masa transisi menuju dewasa muda dijadikan sebagai subjek utama dan subjek pendukung karena peneliti menganggap bahwa pertanyaan penelitian akan mampu dijawab oleh keduanya karena merupakan subjek sekaligus objek penelitian. Oleh sebab itu, peran dan fungsi keluarga sangatlah penting, baik bagi anggota keluarga maupun lingkungannya untuk membantu proses pendewasaan diri pada fase *quarter-life crisis* agar berhasil dilewati dan menerima layaknya sebagai sebuah tantangan untuk tumbuh menjadi pribadi yang terbaik.

Lokasi penelitian yang dipilih oleh peneliti adalah Kabupaten Bandung. Peneliti memilih Kabupaten Bandung sebagai lokasi penelitian karena berdasarkan pada hasil riset yang menunjukkan bahwa terdapat permasalahan serius yang dihadapi oleh dewasa muda yang rentan terkena depresi dan melakukan bunuh diri. Pemicunya sangat beragam dan berkisar dari masalah dalam keluarga, pekerjaan atau tugas, hubungan persahabatan hingga masalah di lingkungan sosial lainnya.

Peneliti telah melakukan pra penelitian kepada informan mengenai pendampingan *quarter-life crisis* oleh orang tua pada remaja dalam masa transisi menuju dewasa. Wawancara dilakukan pada 17 Juni 2022 pada pukul 15.30 - 17.00 WIB. Fenomena yang peneliti temukan adalah mengenai problematika seorang anak yang sedang mengalami fase *quarter-life crisis* dalam hidupnya dengan inisial nama AM. AM merupakan anak pertama dari Ibu ET, ia memiliki saudara laki-laki yang kini berusia 16 tahun. Informan AM berusia 22 tahun, ia seorang *fresh graduates* yang baru saja mendapatkan gelar Sarjana Sosial. Kini AM tengah sibuk mencari lowongan pekerjaan dan mengembangkan dirinya melalui organisasi-organisasi eksternal. Sejak tahun 2012, orang tua AM bercerai dan AM juga adiknya ikut tinggal bersama Ibu ET. Ibu ET menghidupi anaknya dengan bekerja sebagai pegawai di PT Perkebunan Nusantara. Ibu ET menjelaskan berulang kali kepada peneliti bahwa ia merasa berada pada posisi khawatir berlebihan ketika memiliki anak usia dewasa, terutama mengenai pergaulan. Ibu ET mengetahui bahwa anaknya dengan inisial AM sedang mengalami

sebuah fase bernama “*quarter-life crisis*” dalam hidupnya. Sebagai orang tua, Ibu ET sering kali melihat anaknya merasa galau, gelisah, sedih, panik, stres, hingga sibuk mencari pekerjaan yang belum kunjung selesai.

Mengenai permasalahan *quarter-life crisis* yang sedang dihadapi informan AM, peneliti dapat menyimpulkan permasalahan serius yang kini dihadapinya adalah informan AM merasa dirinya seperti dalam persimpangan “*feeling in between*”, terombang-ambing akan ketidakpastian dalam kehidupan. AM menjelaskan bahwa sering kali mengalami pergolakan emosi dan menjadi tidak stabil, namun sebenarnya AM bisa menahan emosi nya sendiri. Namun, ketidakpastian dalam hidup yang ia jalankan saat inilah yang dapat membuat *mood* nya menjadi semakin goyah. Kemudian, peneliti juga melakukan wawancara dengan informan AM yang merasa bahwa peran orang tua dalam pendampingan *quarter-life crisis* sangat penting, ia berpendapat bahwa jika orang tua turut mendampinginya akan memudahkan jalan dalam melewati fase tersebut dengan lebih baik. Meskipun, situasi orang tua yang masih kurang dalam memahami permasalahan dan memberikan nasihat pada anak. AM merasa dirinya akan senang jika orang tua dapat menarik diri melalui celah permasalahan *quarter-life crisis* yang dialami oleh AM saat ini agar dapat lebih dekat dengan anak dan memahami situasi yang tengah dihadapinya.

Melihat fenomena *quarter-life crisis* yang terjadi pada keluarga Ibu ET dan anaknya AM yang mengalami fase *quarter-life crisis* dalam hidupnya, tentu saja membutuhkan bantuan dan pendampingan dari orang terdekatnya. Orang tua memiliki tanggung jawab sebagai orang terdekat dan awal pembentukan karakter anak untuk memastikan bahwa anak telah mencapai tahap tugas perkembangan pada usianya dan siap untuk beradaptasi kembali dengan lingkungan barunya. Pada saat pengungkapan permasalahan pribadi AM kepada orang tuanya, maka terjadi pula proses komunikasi didalam keluarga.

Berdasarkan fenomena yang dijelaskan sebelumnya, peneliti tertarik untuk mempelajari lebih lanjut pola komunikasi yang terjadi dalam keluarga oleh orang tua dengan remaja dalam masa transisi menuju dewasa, karena komitmen dan keintiman keluarga memiliki porsi besar yang dimiliki bersama dalam interaksi keluarga pada setiap fase perkembangan anak terutama dalam pendampingan *quarter-life crisis*. Maka dari itu berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pola Komunikasi Keluarga Oleh Orang Tua Pada Remaja Dalam Masa

Transisi Menuju Dewasa (Studi Fenomenologi Dalam Pendampingan *Quarter-Life Crisis*).

1.2 Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian yang telah diuraikan, tujuan adanya penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengalaman sadar pendampingan *quarter-life crisis* yang dilakukan oleh orang tua ketika mendampingi anak-anaknya yang berada dalam masa transisi remaja menuju dewasa, mengetahui bagaimana perasaan pendampingan yang dilakukan orang tua kepada anak mengenai pengalaman *quarter-life crisis* dan mengetahui bagaimana tindak dan pemaknaan pendampingan *quarter-life crisis* oleh orang tua yang diterima anak.

1.3 Pertanyaan Penelitian

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

- 1) Bagaimana pengalaman sadar pendampingan *quarter-life crisis* yang dilakukan oleh orang tua ketika mendampingi anak-anaknya yang berada dalam masa transisi remaja menuju dewasa?
- 2) Bagaimana perasaan pendampingan yang dilakukan orang tua kepada anak mengenai pengalaman *quarter-life crisis* nya?
- 3) Bagaimana tindak dan pemaknaan pendampingan *quarter-life crisis* oleh orang tua yang diterima anak?

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a) Penelitian ini diharapkan dapat memperluas dan dijadikan sebagai bahan referensi, bahan penelitian, serta sumber bacaan yang berkaitan dengan komunikasi keluarga.
- b) Menjadi bahan rujukan dan referensi dalam melakukan pengajaran maupun penelitian pada bidang kajian psikologi komunikasi keluarga.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a) Bagi peneliti, penelitian ini mampu memberikan pemahaman serta pengetahuan lebih jauh dan mendalam mengenai pola komunikasi keluarga

oleh orang tua pada remaja dalam masa transisi menuju dewasa sebagai upaya dalam pendampingan di masa *quarter-life Crisis*.

- b) Peneliti berharap dengan adanya penelitian ini dapat membantu orang tua yang mempunyai anak remaja dalam masa transisi menuju dewasa dan mengalami *quarter-life crisis* agar mampu membimbing permasalahan anak hingga anak dapat berhasil melewati fase tersebut dengan baik.

1.5 Waktu dan Lokasi Penelitian

1.5.1 Waktu Penelitian

Waktu penelitian merupakan rangkaian kegiatan penelitian mulai dari penelitian pendahuluan, seminar judul, penyusunan proposal, seminar proposal, pengumpulan data, pengolahan dan analisis data, dan ujian skripsi. Rangkaian kegiatan penelitian tersusun dalam tabel berikut :

TABEL 1. 1 WAKTU PENELITIAN

No	JENIS KEGIATAN	2022										2023	
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	
1	Penelitian Pendahuluan												
2	Seminar Judul												
3	Penyusunan Proposal												
4	Seminar Proposal												
5	Pengumpulan Data												
6	Pengolahan dan Analisis Data												
7	Ujian Skripsi												

Sumber: Olahan Peneliti, 2022

1.5.2 Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini melibatkan informan yang memenuhi persyaratan penelitian serta bersedia, yaitu orang tua dan anak remaja dalam masa transisi menuju dewasa yang mengalami permasalahan *quarter-life crisis* di Kabupaten Bandung.