

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Insecure merupakan fenomena yang sering terjadi di kalangan remaja pada saat ini. Perasaan *insecure* ditandai dengan ketakutan ataupun kecemasan terhadap lingkungan sekitar yang dapat timbul dari ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Hal dapat diartikan sebagai perasaan tidak aman. *Insecure* merupakan kondisi mental yang menyebabkan seseorang merasa tidak aman, cemas, dan takut secara berlebihan, yang dapat terjadi dalam berbagai situasi Rahmah (2019). Perasaan tidak aman dan cemas yang berlebihan ini kemudian akan menimbulkan kurangnya rasa percaya diri. Komunikasi dalam keluarga biasanya menjadi salah satu faktor yang memengaruhi timbulnya perasaan *insecure*. Salah satu contohnya ketika orangtua secara sengaja mengucapkan kata-kata kasar, menghina fisik, dan tidak pernah mengapresiasi pencapaian sang anak. Pentingnya komunikasi keluarga yang baik dalam meningkatkan kesejahteraan mental remaja, remaja yang tingkat komunikasi keluarganya rendah cenderung memiliki tingkat *insecure* yang lebih tinggi (Fitriani & Wijaya, 2018).

Istilah *insecure* mengacu pada ketidaksamaan atau kecemasan terhadap diri sendiri yang timbul dari perasaan tidak puas (Mu'awwanah, 2017). Ini merupakan perasaan takut serta kecemasan terhadap lingkungan sekitar yang bersumber dari ketidakpuasan diri. Selaras dengan penelitian yang di lakukan oleh Rahmah (2019), "*insecure*" adalah kondisi mental yang membuat seseorang merasa tidak aman, cemas, dan takut berlebihan, yang dapat berdampak pada berbagai aspek kehidupan. Menurut Abraham Maslow (1942), seorang psikolog Amerika, dalam karyanya yang berjudul "The Dynamics of Psychological Security", *insecure* merujuk pada keadaan di mana individu mengalami perasaan ketidakamanan, melihat dunia sebagai lingkungan yang menakutkan, serta percaya bahwa mayoritas manusia bersifat jahat dan egois. Individu yang mengalami perasaan tidak aman sering mengalami kesepian, penolakan, kegelisahan, kesedihan, rasa bersalah, ketidaksamaan, dan egoisme. Dalam pandangan mereka, upaya dilakukan untuk mengembalikan perasaan aman tersebut. Seorang psikolog klinis, Melanie Greenberg, yang dikutip dalam Psychology Today, menyatakan bahwa terdapat tiga faktor yang dapat menjadi penyebab individu

mengalami perasaan insecure, yaitu kegagalan atau penolakan, kecemasan sosial, dan dorongan untuk mencapai standar yang sempurna.

Menurut Hurlock (2011) mengategorikan pertumbuhan remaja menjadi tiga tahap: masa remaja awal, yang berlangsung antara usia 12-15 tahun; remaja pertengahan, yang terjadi antara usia 15-18 tahun; dan remaja akhir, yang berjalan antara usia 19-21 tahun. Pada tahap ini, individu dianggap telah mencapai kematangan dan memiliki pemahaman yang jelas mengenai arah dan tujuan hidup mereka. Dengan belajar dari berbagai pengalaman pada periode tersebut, mereka membentuk pandangan hidup yang baru dengan pola pikir yang matang. Selain perubahan fisik, fase ini juga menandai perkembangan emosional dan perilaku yang signifikan. Oleh karena itu, sering kali masa remaja dianggap sebagai masa pencarian identitas diri bagi individu.

Perkembangan emosional pada remaja, sebagaimana dijelaskan oleh Santrock (2017), merupakan fase transisi yang kompleks dari masa kanak-kanak menuju dewasa, di mana terjadi perubahan yang signifikan dalam aspek sosial, emosional, dan kognitif. Secara khusus dari segi emosional, penelitian menunjukkan bahwa remaja mengalami kesulitan dalam mengembangkan keterampilan interaksi sosial, terlihat dari tingkat komunikasi yang rendah, penggunaan kata-kata kasar, keberadaan sikap yang penuh kebencian dan dendam, serta kecenderungan berprasangka buruk terhadap individu yang baru dikenal. Dampak konflik terhadap perkembangan sosialnya adalah prestasi akademis yang rendah, tidak percaya diri, agresif, penerimaan sosial yang rendah, tidak mandiri, rendah kerja sama, anti sosial, komunikasi interaksi sosial yang mengalami hambatan, tidak sportif, dan menyelesaikan masalah dengan kekerasan (Praptiningsih & Putra, 2021). Mereka mulai mencari identitas diri dan mengembangkan kemandirian, sambil juga membangun hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya dan menentukan peran sosial mereka sebagai pria atau wanita (Anjani, 2018). Proses ini sering kali dipenuhi dengan tantangan, namun juga memberikan kesempatan untuk pertumbuhan dan pembelajaran yang penting bagi perkembangan pribadi dan sosial mereka. Pentingnya komunikasi dalam keluarga terhadap perkembangan emosional remaja memiliki dampak yang signifikan pada pertumbuhan mereka. Komunikasi yang terbuka, penuh pengertian, dan memberikan dukungan dapat membantu remaja merasa lebih diterima dan didukung saat mereka menjelajahi dan menemukan identitas diri. Hal ini juga dapat membantu mengurangi

tingkat *insecure* dan kecemasan pada remaja. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Departemen Psikologi Terapan (2021), remaja yang mengalami interaksi komunikasi yang baik dalam keluarga cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi.

American Psychological Association (APA) menyatakan bahwa perasaan *insecure* dapat mengakibatkan masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan stres yang berlangsung dalam waktu yang lama. Remaja yang merasa *insecure* sering mengalami tingkat stres yang tinggi dan kesulitan menangani tekanan hidup sehari-hari. Tidak adanya ruang untuk berdiskusi akibat perasaan cemas dan tidak percaya diri dapat menyebabkan remaja membuat kesalahan dalam mengambil keputusan, yang pada akhirnya dapat menyebabkan mereka mengalami depresi sebagai dampak negatif dari perasaan *insecure* (Anastasia, 2020). Temuan ini juga diperkuat oleh hasil Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2018 yang menyatakan bahwa 6,1% dari penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas mengalami depresi, namun hanya 9% yang mencari pengobatan atau perawatan medis.



Gambar 1.1 Fenomena *Insecure* Media Sosial

Sumber: Twitter

Dari perasaan depresi tersebut, remaja akhir dapat menjadi rentan terhadap pemikiran atau tindakan yang merugikan diri sendiri dan lingkungannya, termasuk pemikiran tentang bunuh diri. Hal ini dapat dilihat pada gambar 1.1 dari tweet yang di *posting* di Twitter, seperti yang diunggah oleh pengguna dengan *username* @IsdaThyoz87020, yang menyatakan bahwa ia hampir saja melakukan bunuh diri karena perasaan *insecure*. Begitu pula dengan pengguna dengan *username* @etnisMelankolis, yang menulis dalam *tweet*-nya bahwa daripada merasa *insecure*, lebih baik untuk bunuh diri.



Gambar 2.1 Fenomena *Insecure* Media Sosial

Sumber: Twitter

Fenomena *insecure* pada remaja tentu saja bisa terjadi di mana saja, salah satunya pada remaja di Kota Bandung. Berdasarkan gambar 1.2 yang berisi tweet pengguna Twitter di akun @BaseBDG yang menunjukkan bahwa remaja di Kota Bandung mengalami *insecure*. Hal ini juga didukung oleh riset Dr. Teddy Hidayat, seorang Ahli Psikiatri Indonesia, hasil survei menunjukkan bahwa remaja di Kota Bandung menghadapi tingkat depresi yang signifikan. Sebuah artikel di Kompas.com pada tanggal 12 Oktober 2019 menyatakan bahwa sekitar 30,5% mahasiswa di perguruan tinggi di Kota Bandung mengalami depresi. Bahkan, sekitar 20% dari mereka secara serius mempertimbangkan untuk mengakhiri hidup mereka. Data ini memberikan gambaran yang mencemaskan tentang konsekuensi serius dari perasaan *insecure* pada remaja di Kota Bandung.

Dalam sebuah artikel berita daring yang berjudul "20 Persen Mahasiswa di Bandung Berpikir Serius untuk Bunuh Diri..." yang ditulis oleh Reni Susanti pada 12 Oktober 2019 (diakses pada 11 Mei 2023) (dalam Reni, 2019), Teddy Hidayat, seorang Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia, memaparkan hasil survei yang menunjukkan bahwa sekitar 30,5% mahasiswa (dengan usia sekitar 19-21 tahun) di perguruan tinggi di Kota Bandung mengalami depresi, di mana 20% dari mereka mempertimbangkan secara serius untuk mengakhiri hidup, dan 6% telah melakukan tindakan menyakiti diri sendiri. Data survei tersebut juga menyoroti bahwa faktor-faktor seperti kritik yang berlebihan dari orang tua dapat memicu terjadinya depresi pada anak serta membentuk konsep diri yang negatif. Dampaknya, anak-anak

tersebut mungkin mengalami kesulitan dalam mengelola emosi mereka dan merasa *insecure* dalam menghadapi kehidupan mereka.



Gambar 3.1 Fenomena Insecure Media Sosial

Sumber: Tiktok

Fenomena *insecure* yang diakibatkan oleh peran komunikasi keluarga yang tidak baik juga dapat dilihat pada gambar 1.4, dapat dikatakan bahwa salah satu penyebab dari ketidakterbukaan anak kepada orang tua dikarenakan komunikasi orang tua ke anak yang tidak baik. Hal ini membuat anak selalu memendam perasannya dan memilih untuk tidak berbicara kepada orang tuanya sehingga tidak terjalinnya komunikasi keluarga yang baik. Dr. Maria Santoso, seorang psikolog klinis ternama, mengungkapkan, "Situasi di mana remaja menutup diri dari interaksi dengan orang tua karena perilaku kasar atau otoriter orang tua harus diperhatikan dengan serius. Ini tidak hanya menghambat pembentukan hubungan keluarga yang sehat, tetapi juga dapat memiliki dampak negatif pada kesejahteraan psikologis dan pembangunan identitas remaja."

Berdasarkan fenomena di media sosial dan artikel berita tersebut, dapat diamati bahwa masa remaja memegang peran penting dalam perubahan biologis dan psikososial, yang juga memiliki dampak yang signifikan pada hubungan antara orang tua dan remaja. Didikan yang terlalu keras dan terlalu otoriter secara tidak langsung akan mempengaruhi perkembangan perilaku remaja. Dampaknya mencakup pembentukan karakter di mana remaja merasa tertekan, kurang jujur, dan emosinya tidak stabil, sehingga menyebabkan terhambatnya komunikasi yang efektif antara remaja dan orang tua (Ningsih, 2019). Oleh karena itu, peneliti mengidentifikasi adanya situasi yang serius dan memfokuskan pembahasan pada remaja di Kota Bandung di mana perilaku *insecure* pada remaja di Kota Bandung menjadi isu yang perlu mendapat perhatian khusus. Kota ini, yang terkenal dengan dinamika sosial dan ekonomi yang cepat, menghadirkan berbagai tekanan bagi remaja. Tekanan akademis,

ekspektasi sosial, serta pengaruh media sosial yang kuat dapat menjadi faktor yang berkontribusi terhadap perkembangan rasa *insecure* pada remaja. Faktor lingkungan, termasuk keluarga, teman sebaya, dan sekolah, memainkan peran signifikan dalam membentuk kepercayaan diri remaja. Keluarga yang kurang mendukung, hubungan teman sebaya yang tidak harmonis, serta lingkungan sekolah yang kompetitif dapat memperparah rasa *insecure*.

Sedangkan berdasarkan hasil pra-riset di lapangan, seorang informan wanita berusia 21 tahun yang telah memasuki periode remaja akhir, sebagaimana yang disebutkan oleh Hurlock (2004) sebagai rentang usia antara 19-21 tahun, mengalami perasaan *insecure* terhadap dirinya sendiri karena sering kali menerima kata-kata kasar dari orang tua-nya. Saat orang tua-nya marah, sering kali mereka mengucapkan kata-kata yang merendahkan fisik. Situasi ini menyebabkan tersebut menjadi kurang percaya diri saat berinteraksi di depan publik dan selalu cemas akan penampilannya. Sementara itu, narasumber lainnya adalah seorang pria berusia 21 tahun yang merasa tidak pernah dimengerti saat berbicara tentang masalahnya kepada orang tua-nya. Kondisi ini membuatnya menjadi individu yang sering menahan perasaannya sendiri dan kesulitan membangun komunikasi dengan orang lain, terutama dengan orang tua-nya.

Hal ini didukung oleh jurnal Pendidikan Islam dan multikulturalisme yang berjudul “Pentingnya Peran Orang tua dalam Membentuk Kepribadian Anak” (diakses pada 7 Maret 2023), Levine (2005) menegaskan bahwa menjadi orang tua merupakan proses dinamis yang tidak bersifat mekanis, dengan situasi keluarga yang sering berubah. Proses ini melibatkan pemahaman bahwa pembentukan kepribadian melibatkan energi, membutuhkan langkah-langkah bertahap, dan memperhatikan dampak setiap tindakan terhadap anak. Orang tua memiliki peran penting dalam membangun rasa percaya diri pada anak melalui pemahaman ini. Fenomena *insecure* sering terjadi pada remaja, terutama terkait dengan penampilan fisik (Greenberg, 2020). Dampak dari perasaan *insecure* dapat mencakup gangguan paranoid, gangguan makan, depresi, dan masalah dalam citra tubuh (Azizah, 2020). Dalam konteks ini, *insecure* bisa dianggap sebagai perasaan cemas atau was-was yang muncul ketika seseorang merasa kurang percaya diri (Wang Gaskin, 2017).

Berdasarkan analisis diatas, peneliti menarik kesimpulan bahwa *insecure* adalah suatu perasaan ketidakamanan dan kecemasan yang mengakibatkan kurangnya rasa percaya diri pada seseorang. Fenomena ini sering dialami oleh remaja karena mereka sedang mengalami proses pencarian identitas. Saat remaja mulai mengungkapkan diri mereka dalam tahap mencari identitas, penyebab *insecure* pada remaja juga sering kali dapat dikaitkan dengan faktor-faktor keluarga, terutama terkait dengan pola komunikasi yang kurang positif di lingkungan keluarga. Remaja sering kali merasa kurang dihargai, sering kali dihina, dan sering kali mendapat perkataan kasar, sehingga mereka merasa kehilangan kendali atas hidup mereka. Selain itu, pengalaman-pengalaman negatif seperti kegagalan, merasa tidak dihargai, atau direndahkan juga sangat berperan dalam memperkuat perasaan *insecure* ini, membuat mereka merasa tidak memiliki prestasi yang membanggakan dan tidak memiliki keunggulan yang dapat diandalkan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sabil & Rosa (2022) dan hasil wawancara dengan Dr. Amalia, seorang psikolog klinis di Rumah Sakit Boromeus di Bandung, ditemukan bahwa sekitar 80% remaja berusia 17-21 tahun mencari bantuan untuk mengatasi rasa kurang percaya diri yang berlebihan. Dampak dari hal ini adalah munculnya kecemasan yang berlebihan dan kesulitan dalam mengelola emosi mereka sendiri. Remaja dalam rentang usia ini dianggap sedang memasuki fase yang lebih matang, ditandai dengan ambisi yang kuat dan vitalitas. Namun, banyak dari mereka mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi mereka, yang menyebabkan mereka cenderung menyembunyikan perasaan mereka dan tidak memanfaatkan potensi yang dimiliki secara maksimal. Penelitian ini menekankan pentingnya pemahaman dan penanganan masalah *insecure* pada remaja akhir agar mereka dapat mengembangkan potensi mereka secara optimal. Bantuan dari psikolog atau profesional kesehatan mental dianggap mampu membantu remaja akhir mengatasi masalah ini dan membantu mereka membangun rasa percaya diri yang lebih sehat. Selain itu, dukungan dari masyarakat dan lingkungan sekitar remaja akhir juga dianggap penting untuk menciptakan lingkungan yang positif dan memberikan ruang untuk ekspresi emosi yang sehat, sehingga remaja akhir dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dalam aspek psikologis dan sosial (Sabil & Rosa, 2022).

Dari fenomena yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti berupaya untuk mengisi penelitian dengan melakukan studi lebih lanjut tentang perilaku *insecure* pada

remaja dalam konteks keluarga. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian yang mengeksplorasi topik “Peran Komunikasi Keluarga pada Remaja *Insecure* di Kota Bandung”.

1.2 Fokus Penelitian

Adapun fokus penelitian berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti akan melakukan fokus penelitian pada studi kualitatif yang memfokuskan pada peran komunikasi keluarga pada remaja *insecure* di Kota Bandung.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran komunikasi keluarga pada remaja yang mengalami *insecure* di Kota Bandung.

1.4 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan yang telah diuraikan, pertanyaan penelitian yang ingin dicapai adalah Bagaimana peran komunikasi keluarga dalam remaja *insecure* Kota Bandung?

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Dari hasil diharapkan penelitian ini akan memberikan kontribusi dengan memperluas pemahaman dan pengetahuan dalam bidang ilmu komunikasi, khususnya mengenai peran komunikasi keluarga pada remaja *insecure* di Kota Bandung.
2. Menjadi acuan atau referensi penting bagi peneliti berikutnya yang mengangkat tema dan pendekatan yang serupa.

1.5.2 Manfaat Praktis

Diharapkan hasil penelitian ini akan menjadi wawasan yang berguna bagi peneliti sendiri sekaligus dapat memberikan inspirasi dan manfaat yang konstruktif bagi peneliti berikutnya dan juga masyarakat secara keseluruhan terkait dengan peran komunikasi keluarga pada remaja *insecure* di Kota Bandung.

1.6 Waktu dan Lokasi Penelitian

1.6.1 Waktu Penelitian

Berikut merupakan tabel yang menunjukkan target pelaksanaan waktu penelitian yang dilakukan oleh peneliti.

Tabel 1.6 Waktu dan Periode Penelitian

No.	Tahapan Penelitian	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli	Agus
1.	Menentukan Topik Penelitian							
2.	Pra penelitian dan observasi							
3.	Penyusunan Proposal penelitian							
4.	Seminar proposal							
5.	Pengumpulan data penelitian							
6.	Pengelolaan dan analisis data							
7.	Sidang akhir							

Sumber : Olahan Peneliti, 2024

1.6.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kota Bandung, Jawa Barat. Hal ini dikarenakan informan yang memenuhi persyaratan penelitian, yaitu remaja dan orang tua yang berdomisili di Kota Bandung.