

KOMUNIKASI ANTARPRIBADI ORANGTUA DAN ANAK (Studi Kasus Pada Remaja Pelaku *Self-injury* di Kota Depok)

Cantika Wulandari Azzahra¹, Rita Destiwati²

^{1,2} Fakultas Komunikasi dan Bisnis, Universitas Telkom,
Jl. Telekomunikasi Terusan BuahBatu, Bandung
E-mail : asacantika@gmail.com

Submitted: 17 Januari 2022| Accepted: 28 Juni 2022| Published: 30 Juni 2022

Website: <https://e-journal.umc.ac.id/index.php/jike/index>

DOI: <https://doi.org/10.32534/jike.v5i2.2544>

Abstract

Everyone has experienced emotional pain. This emotional pain often triggers people to suffer from mental health disorders. Halodoc (2020) also explains that a person with mental disorders in general is not uncommon in dealing with stress by choosing to hurt himself to deal with his stress or emotional pain or called self-injury. Maidah (2013) explains that the parent figure is a very important figure in the formation of a child's personality, especially in self-injured children. The attitude of parental indifference greatly affects the personality of the self-injured adolescent who makes it difficult for the perpetrator to solve a problem and interferes with communication or social relations. And this is one of the factors that support the occurrence of self-injury behavior. The same is true for SH, a self-injured teenager in Depok City.

The researcher conducted this study aimed to find out how the interpersonal communication that goes between parents and adolescent self-injury perpetrators in Depok City. This study uses a qualitative research method with a case study approach. Data collection techniques used are observation and interviews. In analyzing the existing data, the researcher used the model from Miles and Huberman, namely data reduction, data presentation and conclusion. Based on the results of the research data, it was found that the communication that went on for self-injured teenagers in Depok City did not go well because the interpersonal communication that was running had many disturbances. However, when self-injurers choose to start opening up to their parents, the interpersonal communication that goes on is much better than before.

Keyword: *Interpersonal Communication, Parents, Adolescents, Self-injury, Self-Harm*

Abstrak

Setiap orang pasti pernah merasakan rasa sakit secara emosional. Rasa sakit emosional ini tidak jarang memicu orang-orang terkena gangguan kesehatan mental. Halodoc (2020) juga menjelaskan bahwa seseorang dengan gangguan mental secara umum tidak jarang dalam menangani rasa stressnya dengan memilih untuk menyakiti dirinya sendiri untuk menangani rasa stress atau sakit emosionalnya atau disebut self-injury. Maidah (2013) menjelaskan bahwa sosok orangtua merupakan sosok yang sangat penting dalam pembentukan kepribadian seorang anak terutama pada anak pelaku self-injury. Sikap tidak pedulinya orangtua sangat berpengaruh terhadap kepribadian remaja pelaku self-injury yang membuat pelaku kesulitan dalam menyelesaikan suatu masalah dan gangguan dalam berkomunikasi atau berhubungan sosial. Dan hal tersebut merupakan

salah satu faktor yang mendukung terjadinya perilaku self-injury. Sama halnya yang dirasakan SH remaja pelaku self-injury di Kota Depok.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana komunikasi antarpribadi yang berjalan antara orangtua dan anak remaja pelaku self-injury di Kota Depok. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi dan wawancara. Dalam menganalisis data yang ada peneliti menggunakan model dari Miles dan Huberman yaitu reduksi data, penyajian data lalu pengambilan kesimpulan.

Berdasarkan hasil data penelitian didapatkan bahwa komunikasi yang berjalan pada remaja pelaku self-injury di Kota Depok tidak berjalan dengan baik karena komunikasi antarpribadi yang berjalan memiliki banyak gangguan. Namun, ketika pelaku self-injury memilih mulai membuka diri kepada kedua orangtuanya komunikasi antarpribadi yang berjalan menjadi jauh lebih baik dari sebelumnya.

Kata Kunci: Komunikasi Antarpribadi, Orangtua, Anak Remaja, Menyakiti Diri.

A. PENDAHULUAN

Setiap orang di dunia pasti pernah terlibat suatu permasalahan dengan berbagai macam tingkat kerumitannya dan akan merasakan rasa sakit secara emosional ketika memiliki masalah. Rasa sakit emosional ini tak jarang memicu orang-orang terkena gangguan kesehatan mental. Dalam salah satu artikelnya, HaloDoc (2020) menjelaskan bahwa gangguan kesehatan jiwa atau penyakit kejiwaan biasanya disebabkan oleh masalah-masalah dari peristiwa di kehidupan seseorang yang sangat membekas.

Di dalam undang – undang nomor 18 tahun 2014, kesehatan jiwa merupakan sebuah kondisi ketika seseorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan dapat memberikan kontribusi untuk komunitasnya. Kesehatan mental sangatlah penting dalam menunjang produktivitas dan kualitas kesehatan fisik. Gangguan mental dapat menjangkit semua orang atau pribadi tanpa terkecuali. Dalam data Riskesdas (riset kesehatan dasar) 2018 yang dilaksanakan oleh Badan Litbangkes Kemenkes RI terdata bahwa individu yang berusia mulai dari 15 tahun ke atas terkena gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan mencapai hingga sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia atau sama dengan sekitar 11 juta orang. Dan remaja (15-24 tahun) di Indonesia memiliki persentase depresi sebesar 6,2% dari total remaja yang ada di Indonesia.

Lalu, pada tahun 2018 American Psychological Association (APA) menjelaskan dalam salah satu artikelnya tentang penelitiannya yang berjudul “Stress in America: Generation Z”, dimana dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa seorang remaja memiliki kesehatan mental terburuk dibandingkan dengan generasi lainnya. Egsaugm (2020) menjelaskan di salah satu artikelnya yang berjudul “Darurat Kesehatan Mental pada Remaja” mengatakan bahwa seseorang dengan depresi berat sendiri cenderung sering mengalami kegiatan menyakiti diri sendiri (*Self-injury*) bahkan hingga bunuh diri. Halodoc (2020) juga menjelaskan bukan hanya seorang yang memiliki depresi berat,

tetapi seseorang dengan gangguan mental secara umum tidak jarang merubah cara dalam menangani rasa stressnya dengan memilih untuk menyakiti dirinya sendiri untuk menangani atau mengurangi rasa stress atau sakit emosionalnya atau melakukan kegiatan *Self-harm / Self-injury*.

Self-injury berarti menyakiti, melukai dan mencederai bagian tubuh dirinya sendiri dengan sengaja atau berniat, ketika melakukan kegiatan tersebut pelaku mempunyai alasan tertentu akan tetapi alasannya yang ia miliki tidak dapat diterima secara sosial. Miller (2010) menjelaskan bahwa kegiatan *self-injury* merupakan kegiatan menyakiti diri sendiri tanpa disertai adanya niatan untuk bunuh diri. Kegiatan *self-injury* ini biasanya dalam bentuk menyayat badan pelaku menggunakan benda tajam seperti pisau dan silet, memukul diri sendiri, membenturkan diri terhadap benda sekitarnya, membakar tubuhnya sendiri, dan dapat dalam bentuk lainnya. *Self-injury* sendiri biasa dipicu oleh emosi yang negatif seperti stress, rasa takut dan rasa cemas berlebihan (dalam Afnida, 2020). Bukan hanya yang disebutkan oleh Afnida (2020), *self-injury* sendiri dapat dilakukan dengan berbagai cara dan motif yang sering digunakan pelaku *self-injury* dalam menyakiti dirinya sendiri yaitu memotong atau menyayat menggunakan silet atau benda tajam lainnya, menarik rambutnya sendiri terus-menerus, mengonsumsi zat beracun dan menusuk bagian bawah kulitnya menggunakan jarum, staples, besi klip kertas ataupun pecahan kaca dalam (Parks, 2011)

Dalam Salah satu penelitian longitudinal dari sebuah Akademi Psikiatri Anak dan Remaja Amerika Serikat (AACAP) yang dilakukan sejak tahun 1990 dan berakhir pada tahun 2015 yang melibatkan 597.548 peserta dari 41 negara di dunia yang memiliki hasil sebesar 16,9% mengaku pernah melakukan *self-injury* dan rata-rata pelaku *self-harm* atau *self-injury* berusia mulai pada usia 13 tahun. Bukan hanya AACAP, Ho (2019) menjelaskan dalam salah satu laman survei Indonesia bernama You Gov pernah melakukan survei terhadap 1.108 masyarakat diseluruh Indonesia pada tahun 2019. Dan dalam survei tersebut menghasilkan 36% dari respondennya mengatakan pernah melakukan kegiatan *self-injury* atau menyakiti dirinya sendiri bahkan 7% dari respondennya mengaku selalu melakukan *self-injury* dengan frekuensi yang rutin atau sering. Mayoritas dari responden survey tersebut merupakan remaja akhir berusia 18 sampai 24 tahun, dan 45% darinya mengatakan pernah melakukan *self-injury*. Oleh karena itu, terbukti bahwa kebanyakan dari pelaku *self-harm* atau *self-injury* merupakan pribadi dengan rentang usia remaja. Selain itu, peneliti telah melakukan pra-riset terhadap 107 responden dari 27 kota di Indonesia dengan rata-rata berusia 12 – 23 tahun yang memiliki hasil bahwa 43% dari mereka mengaku pernah melakukan kegiatan *self-harm* dengan persentase 22% dari mereka yang mengaku pernah melakukan kegiatan *self-injury* berasal dari Kota Depok.

Jarcho dalam (Priyanto, 2015) menjelaskan bahwa seorang remaja berpotensi terkena gangguan mental dikarenakan berbagai problematika seperti percintaan, pendidikan, kurang tidur dan lain sebagainya. Seorang remaja terutama remaja berusia awal 20an tahun memiliki rasa penasaran yang tinggi dan lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya, dan hal tersebut juga dapat memicu kesehatan kejiwaannya. Oleh karena itu seorang remaja berusia sekitar awal 20an tahun lebih rentan mengalami gangguan

kejiwaan atau gangguan mental. Hal tersebut dapat menjadi alasan mengapa pelaku *self-injury* kebanyakan merupakan dari kalangan remaja.

Penyebab dari kebanyakan para pelaku *self-injury* melakukan kegiatan tersebut merupakan dari lingkungan keluarganya yang mengabaikan perasaan emosional sang anak dalam (Parks, 2011). Dan Duval dan Logan (1986) sendiri berpendapat dalam (Setiawan, 2020) bahwa keluarga memiliki tujuan yaitu menciptakan serta menjaga budaya mengembangkan perkembangan fisik, jiwa, emosional serta sosial dari tiap anggota keluarganya. Dari fungsi fungsi tersebut dapat dijelaskan seorang anggota keluarga memiliki tanggung jawab dengan perkembangan jiwa dan emosional anggota keluarga lainnya. Lalu, Izzard juga berpendapat sebuah keluarga adalah tempat dimana seorang anak pertama kali belajar tentang bagaimana ia mengembangkan diri dan mengeksplor emosinya dari apa yang ia lihat dari orangtua. Setiap anak akan mengikuti apa yang ia lihat dari orangtuanya selama diasuh oleh orangtuanya dengan penyampaian emosi secara lisan maupun non-lisan (Retnowati, 2003). Seorang orangtua memiliki kewajiban-kewajiban yang harus dipenuhi terhadap anak-anaknya yang bahkan tertulis dalam Undang Undang Nomor 35 Pasal 26 Tahun 2014 yang antara lain: a) Mengasuh, memelihara, melindungi, dan mendidik anak; b) Menumbuh kembangkan anak sesuai dengan kemampuan, minat, dan bakatnya; c) Mencegah anak menikah pada usia dini; d) Memberikan pendidikan karakter dan penanaman nilai budi pekerti anak. Hal tersebut juga dapat disimpulkan bahwa orangtua bukan hanya berkewajiban dalam memenuhi kebutuhan material sang anak, namun juga secara spiritual seperti menjamin dan menjaga perkembangan emosional (mental dan jiwa) sang anak dengan menciptakan lingkungan yang hangat dengan kasih sayangnya (Harismi, 2020)

Komunikasi antara orangtua dan anak pelaku *self-injury* merupakan hal yang sangat penting dalam perkembangan jiwa dan emosional pelaku. Komunikasi yang baik antara orangtua dan anaknya akan menciptakan hubungan keluarga yang baik juga. Komunikasi yang baik merupakan komunikasi yang saling memberi feedback antara satu sama lainnya atau bisa disebut bersifat dua arah. Komunikasi tersebut dapat disebut sebagai komunikasi antarpribadi. Alo Lilweri (1994:12) mengatakan, Komunikasi Antarpribadi merupakan suatu kejadian dimana setiap individu yang terlibat saling mempengaruhi satu sama lain (Liliweri, 2017). Komunikasi dapat dikatakan baik ketika komunikasi yang berlangsung sudah efektif. Devito (1997) menjelaskan bahwa ada lima faktor efektivitas dalam komunikasi antarpribadi yaitu faktor keterbukaan, empati, sikap pendukung, sikap positif, dan kesetaraan (Suranto, 2011). Dari teori yang dipaparkan oleh Devito (1997) mengenai lima faktor efektivitas dapat menjelaskan efektif atau tidaknya suatu komunikasi antarpribadi yang sedang berjalan.

Berdasarkan kasus yang telah dipaparkan membuat peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang bagaimana komunikasi antarpribadi orangtua dan SH anak remaja pelaku *self-injury* di Kota Depok, karena seperti yang dipaparkan oleh Maidah (2013) dan Simatupang (2019) dalam penelitian terdahulunya yang menjelaskan bahwa hubungan antara orangtua terhadap anak pelaku *self-injury* yang tidak baik (sikap otoriter dan acuh orangtua yang menimbulkan family loneliness) dapat memicu kegiatan *self-injury* sang anak. Maka dari itu komunikasi antarpribadi yang berjalan pada orangtua

dan anak merupakan hal yang sangat penting dalam perkembangan diri seorang anak terutama para pelaku *self-injury*. Peneliti ingin mengetahui bagaimanakah cara seorang remaja pelaku *self-injury* berkomunikasi antarpribadi bersama orangtuanya di kehidupan rumah tangganya.

B. TINJAUAN PUSTAKA

1. Komunikasi Antarpribadi

Trenholm & Jensen (2008) menjelaskan bahwa komunikasi antarpribadi merupakan komunikasi yang beracuan dengan komunikasi diadik (komunikasi yang melibatkan dua individu) yang dimana dua individu tersebut merupakan komunikan (penerima pesan) dan komunikator (pengirim pesan) yang menghubungkan keduanya melalui kegiatan yang saling menciptakan makna dalam (Liliweri, 1994).

Dalam (Liliweri, 1994) dijelaskan bahwa komunikasi antarpribadi memiliki empat sifat utama yaitu:

1. Terjadi antara Dua Individu

Sebuah komunikasi antarpribadi memberlakukan sifat utama yang disebut “antara dua individu” karena pada umumnya dalam proses komunikasi melibatkan “sender” dan “receiver”. Dan keberadaan dua individu tersebut dianggap sebagai ‘personal’. Komunikasi antarpribadi sendiri merupakan komunikasi yang melibatkan dua individu yang merupakan bagian kecil dari kelompok yang lebih besar.

2. Adanya Hubungan Timbal Balik

Selain terjadi antara dua individu, dalam komunikasi antarpribadi memiliki sifat utama adanya hubungan timbal balik dengan interaksi dan relasi antara dua (atau lebih) individu. Dimana pesan yang telah diberikan dikirim kembali oleh penerimapesan (komunikan) kepada pengirim pesan (komunikator). Timbal balik yang terjadi dalam komunikasi antarpribadi biasanya timbal balik yang bersifat langsung (segera, nyata, dan berkesinambungan).

3. Adanya Proses Transaksi Pesan

Proses transaksi pesan pada komunikasi antarpribadi merupakan hal yang sangat penting, pada proses ini dapat dipastikan pesan-pesan yang ingin ditujukan sudah dipastikan sampai kepada komunikan. Proses transaksi pesan ini dapat melahirkan model komunikasi yang bersifat sirkular dimana disetiap komunikasi antarpribadi antara sang komunikan dan komunikator akan bertukar peran. Dan pada proses ini, komunikator memiliki tanggung jawab yang tinggi terhadap pesan yang ia berikan kepada komunikan.

4. Bersifat Kontinum

Dalam cara pandang ilmu komunikasi, komunikasi memiliki sifat kontinum dari “komunikasi impersonal” menjadi “komunikasi personal”. Pergerakan sifat komunikasi pada skala kontinum ini dapat dibaca bahwa *interpersonal communication occurs on an impersonalintimate continuum*.

2. Efektivitas dalam Komunikasi Antarpribadi

Menurut Devito (1997) terdapat lima kualitas umum dalam efektivitas komunikasi antarpribadi yaitu keterbukaan (*openness*), empati (*emphaty*), sikap pendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*) (Suranto, 2011).

1. Keterbukaan (*openness*)

Keterbukaan dilakukan dengan menanggapi informasi-informasi yang akan diberikan dengan senang hati. Keterbukaan disini mengacu pada setidaknya tiga aspek.

- a) Dalam komunikasi antarpribadi yang efektif, komunikator (pengirim pesan) haruslah terbuka kepada orang yang ia ajak interaksi (komunikan), harus ada kesediaan dalam dirinya (komunikator) untuk membuka diri atau mengungkapkan informasi yang biasanya disembunyikan (asal masih termasuk dalam batasan wajar).
- b) Ketersediaan komunikator (pengirim pesan) dalam bereaksi secara jujur terhadap dorongan yang datang. Tidak bersikap tak peduli kepada lawan bicaranya. Jika tidak setuju dengan apa yang lawan bicara katakan, lebih baik menunjukkan rasa ketidaksepakatannya.
- c) Komunikator terbuka dengan cara mengakui dan memperlihatkan apa yang ia katakan dan tunjukkan memang merupakan perasaan dan pikiran yang sesungguhnya dan sang komunikator bertanggung jawab atas hal tersebut.

2. Empati (*emphaty*)

Backrack (1976) menjelaskan empati merupakan suatu kemampuan seorang individu dalam mengetahui apa yang sedang dialami individu lainnya pada saat tertentu dari sudut pandang dan kacamata individu tersebut. Empati pada umumnya melibatkan emosi dan juga perasaan, hal itu mampu membuat orang tersebut merasakan apa yang dirasakan orang lain. Oleh karena itu adanya rasa empati dalam berkomunikasi dapat membuat hubungan yang terjalin dengan orang menjadi efektif.

3. Sikap Mendukung (*supportiveness*)

Sikap mendukung merupakan hal yang sangat penting pada suatu komunikasi antarpribadi. Cara seseorang untuk menunjukkan sikap suportifnya dapat dengan cara bersikap deskriptif bukan evaluatif (menyampaikan pesan atau perasaan tanpa melakukan penilaian), spontan bukan strategic (melakukan komunikasi dengan tulus tanpa ditutupi motif tertentu), dan provisional ukan sangat yakin (terbuka dan dapat mendengarkan dan merubah cara pandang diri sendiri terhadap apa yang dibicarakan orang lain jika diperlukan).

4. Sikap Positif (*positiveness*)

Dalam berkomunikasi tunjukkanlah sikap yang positif, setidaknya dengan dua acarayaitu:

- a) Tunjukkanlah sikap yang positif, dengan cara menunjukkan sikap positif pada diri sendiri. Ketika seorang dengan sikap yang negatif berkomunikasi akan terlihat dengan jelas sikap negatifnya terhadap lawan bicaranya dan akan mengembangkan perasaan yang negatif pula pada lawan bicaranya. Selanjutnya, tunjukkanlah rasa positif dengan cara menikmati interaksi

dan bereaksi yang menyenangkan kepada lawan bicaranya. Jika tidak melakukan hal tersebut dan bersikap negatif, lawan bicara akan merasa terganggu dan komunikasi akan terputus.

- b) Secara positif mendorong lawan bicara berinteraksi. Tunjukkanlah perilaku mendorong, menghargai keberadaan dan pentingnya orang lain seperti mengucapkan secara verbal seperti “saya menyukai anda” “saya senang dengan keberadaan anda disini”, atau dengan nonverbal seperti senyuman atau sebuah pelukan.

5. Kesetaraan (equality)

Komunikasi antar pribadi akan semakin efektif apabila terdapat kesetaraan didalamnya. Tunjukkan bahwa dalam suatu hubungan tidak ada yang lebih dominan karena pada masing-masing individu memiliki suatu hal yang sama-sama penting dalam dirinya. Apabila didalam suatu hubungan memiliki ketidak-setaraan maka ketidak-setaraan itu akan memicu munculnya suatu konflik dalam hubungan tersebut, adanya perbedaan diantara kedua belah pihak akan memicu kesempatan saling menjatuhkan satu sama lain.

3. Keluarga

Setiap keluarga pasti memiliki fungsi-fungsi dasar masing-masing demi bertahan hidup yang diturunkan dari satu generasi ke generasi selanjutnya dan fungsi-fungsi tersebut dapat bervariasi berdasarkan budaya dan memungkinkan dari faktor ekonomi, tekanan sosial maupun kesehatan. Namun Berns (2010) memaparkan beberapa fungsi keluarga yang umumnya ada di setiap keluarga, yaitu (Bahfiarti, 2016):

1. Reproduksi

Memastikan bahwa garis keturunan tidak berhenti dan mempertahankan populasi masyarakat.

2. Bersosialisasi dan Mendidik

Memastikan nilai-nilai kepercayaan, sikap, pengetahuan, dan keterampilan akan ditularkan generasi muda dalam keluarga.

3. Peran Sosial

Memberikan identitas kepada garis keturunannya (ras, etnis, agama, sosial ekonomi, dan gender). Identitas disini juga termasuk dalam perilaku dan kewajiban (seperti muslim tidak dibolehkan memakan daging babi).

4. Dukungan Ekonomi

Memberikan dukungan ekonomi seperti menyediakan tempat berteduh, makanan, dan tempat berlindung.

5. Pengasuhan dan Dukungan Emosional

Memberikan pengalaman pertama kepada anak dalam interaksi sosial. Interaksi intim seperti mengasuh, dan bertahan, sehingga memberikan rasa aman secara emosional bagi sang anak. Dan peduli pada anggotanya ketika mereka sakit, terluka, atau menua.

Istiati (2010) menjelaskan bahwa dalam kehidupan berkeluarga, terdapat peran pada

masing-masing anggota keluarganya antara lain (dalam Husaini, 2017):

1. Peran Ayah

Peran seorang ayah dalam keluarga yaitu sebagai suami dari sang istri, dan seorang ayah dari para anaknya. Ayah dianggap sebagai kepala keluarga yang berperan mendidik, melindungi, mencari nafkah dan memberikan rasa aman untuk seluruh anggota keluarga lainnya (anak dan istri) dari kelompok sosialnya dan sebagai anggota masyarakat sekitar lingkungan tempat tinggalnya.

2. Peran Ibu

Seorang ibu dalam suatu keluarga memiliki peran sebagai istri dari sang suami dan ibu dari para anaknya. Peran seorang ibu juga sangatlah penting dalam suatu keluarga seperti mengasuh dan mendidik para anaknya, melindungi para anaknya ketika sang ayah tidak berada dirumah, mengurus kebutuhan rumah tangga dan bisajuga sebagai pencari nafkah. Ibu juga dapat menjadi peran sebagai anggota masyarakat sekitar dimana keluarga itu tinggal.

3. Peran Anak

Seorang anak memiliki peran sebagai peranan psikososial yang sesuai dengan tingkat perkembangan fisik, mental (jiwa), sosial maupun secara spiritual.

4. *Self-injury*

Self-injury merupakan kegiatan menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh suatu pribadi dengan keadaan sadar yang dapat merusak jaringan tubuh orang tersebut namun tanpa adanya niatan untuk bunuh diri dalam (Parks, 2011). Meskipun disebutkan bahwa pelaku *self-injury* melakukan kegiatan menyakiti diri sendirinya dalam keadaan sadar, Hollander menyebutkan bahwa para pelaku juga mengaku bahwa mereka mendengarkan suara-suara dikepalanya yang menyuruhnya untuk menyakiti dirinya sendiri dalam (Parks, 2011). Beberapa ahli mengatakan bahwa setidaknya 15 sampai 22 persen remaja dengan sengaja melukai dirinya sendiri setidaknya sekali dalam hidupnya dalam (Parks, 2011).

Alasan utama para pelaku self-harm memilih melakukan kegiatan menyakiti diri sendiri karena rasa sakit yang ia rasakan ketika melakukannya memberikan rasa tenang saat ia sedang merasakan rasa sakit emosional yang tak tertahankan dalam (Parks, 2011).

Alasan utama para pelaku self-harm memilih melakukan kegiatan menyakiti diri sendiri karena rasa sakit yang ia rasakan ketika melakukannya memberikan rasa tenang saat ia sedang merasakan rasa sakit emosional yang tak tertahankan dalam (Parks, 2011).

1. Memotong atau menyayat menggunakan silet atau benda tajam lainnya;
2. Menarik rambutnya sendiri;
3. Mengonsumsi zat beracun;
4. Menusuk bagian bawah kulitnya menggunakan jarum, staples, besi klip kertas dan/atau pecahan kaca.

Meskipun *self-injury* merupakan kegiatan menyakiti diri tanpa adanya niatan bunuh diri, *self-injury* memiliki resiko kesehatan yang sangat parah bahkan dapat memicu kematian yang sangat tinggi dalam (Parks, 2011), seperti:

1. Infeksi luka;
2. Kerusakan usus saat mengonsumsi zat beracun (kematian jika racun tercerna);
3. Kehilangan darah (mengancam jiwa jika pembuluh darah besar terpotong).

Pencegahan dan pengobatan bagi para pelaku *self-harm* masih sangat jarang dan sulit,

namun dapat terbantu dengan cara menemui secara intensif atau mencari bantuan dari orang terdekat dan ahli jiwa (psikiater) untuk menghadapi trauma atau alasan lainnya yang mendasari para pelaku *self-injury* melakukan kegiatan menyakiti diri sendiri, cara tersebut memang dapat mencegah pelaku *self-injury* agar tidak menyakiti dirinya lagi namun tidaktingkat kemungkinan untuk kambuh juga masih tinggi dalam (Parks, 2011).

C. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini penulis menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode Penelitian Kualitatif dianggap sebagai metode penelitian yang naturalistik karena pada penelitian kualitatif ini dilakukan secara alamiah atau natural. Dalam penelitian kualitatif juga, objek yang diambil dipandang sebagai objek yang dinamis (Sugiyono, 2016). Selain itu, data yang diperoleh dari penelitian kualitatif tidak berupa angka-angka namun berupa data-data deskriptif yang berupa ucapan, tulisan, dan perilaku individu yang diamati. Data-data itu diambil melalui wawancara, observasi, foto, dokumen pribadi, catatan, dan dokumen resmi lainnya. (Pujileksono, 2015). Yin (2009) menjelaskan bahwa studi kasus merupakan suatu studi tentang suatu kasus yang terjadi di kehidupan nyata dalam konteks atau setting kontemporer (masa kini) dalam (Creswell, 2015). Yin (2002) juga menjelaskan ruang lingkup dalam studi kasus yang digunakan pada penelitian ketika menyelidiki fenomena konteks kehidupan terutama ketika batasan antara fenomena dan konteks tidak dapat dipisahkan dengan jelas. Studi kasus sendiri memiliki tiga tipe yaitu studi kasus intrinsik, studi kasus instrumental dan studi kasus kolektif. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan studi kasus intrinsik, yaitu studi kasus yang mempelajari secara mendalam suatu kasus spesifik yang memiliki hal-hal yang menarik untuk diteliti atau dapat disebut mengandung minat intrinsik dalam (Creswell, 2015). Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara dengan empat informan yang terdiri dari satu orang pelaku *self-injury* sebagai informan kunci, ayah dan ibu pelaku *self-injury* sebagai informan pendukung, dan satu orang Psikiater sebagai informan ahli. Lokasi penelitian dilakukan secara daring via aplikais *WhatsApp* dikarenakan adanya pandemic Covid-19. Untuk subjek penelitian dari penelitian ini merupakan remaja pelaku *self-injury* di Kota Depok. Objek penelitian ini merupakan komunikasi antarpribadi antara orangtua dan anak pelaku *self-injury* di Kota Depok. Teknik pengumpulan data primer pada penelitian ini terdiri dari observasi, wawancara, dan juga dokumentasi. Untuk pengumpulan data sekunder menggunakan studi pustaka yang didapatkan dari buku-buku, jurnal ilmiah, dan penelusuran data melalui internet mengenai pelaku *self-injury* beserta dampak-dampaknya. Penelitian ini menggunakan teknik keabsahan data triangulasi sumber dengan mengambil data dari beberapa sumber.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Komunikasi yang baik antara dua orang atau lebih merupakan komunikasi yang saling memberi feedback antara satu sama lainnya atau bisa disebut bersifat dua arah. Komunikasi tersebut dapat disebut sebagai komunikasi antarpribadi. Dalam berkomunikasi antarpribadi, terdapat lima faktor yang dapat menjelaskan bagaimana komunikasi antarpribadi yang sedang berjalan yaitu keterbukaan, empati, sikap pendukung, sikap positif dan kesetaraan.

1.Keterbukaan

Sejak awal diceritakan komunikasi yang terjadi antara informan dengan kedua orangtuanya tidak berjalan dengan baik karena sikap orangtuanya yang lebih sering memutuskan sepihak dan tidak mengkomunikasikannya dengan sang anak, serta sifat keras dan senang mengkritik dari kedua orangtuanya. Hal ini berdampak kepada sifat sang anak yang tertutup pada kedua orangtuanya terutama pada saat kedua orangtuanya belum mengetahui kegiatan *self-injury* yang dilakukan oleh sang anak. Ia sendiri mengaku merasa tidak nyaman untuk bercerita kepada kedua orangtuanya karena sikap menyuruh-nyuruh dan *overcritical* kedua orangtuanya. Selama berada di rumah pun ia jarang keluar kamar karena merasa takut akan ditanyakan hal-hal yang tidak ingin ia ceritakan. Namun, ayahnya hanya berpikir bahwa jarang bercerita maupun berinteraksi di rumah itu merupakan hal normal yang terjadi pada setiap remaja. Berbeda dengan sang anak, ayah dan ibunya merupakan sosok yang sangat terbuka dan sering menceritakan hampir semua hal dan tidak jarang juga bercerita kepada anaknya tentang banyak hal meskipun hanya satu arah. Namun, terkadang sang anak merasa cara kedua orangtuanya bercerita tidak enak didengar atau menyinggung perasaan sang anak seperti menceritakan tentang beban mereka sebagai orangtua ataupun cerita tentang anak dari teman-teman orangtuanya yang seolah membandingkannya dengan anak mereka sendiri, bahkan cerita-cerita dari kedua orangtuanya dapat memicu episode depresi sang anak yang membuat sang anak tertekan, merasa sendiri dan melakukan kegiatan *self-injury* sebagai pelarian. Sampai pada akhirnya bekas luka akibat kegiatan *self-injury* sang anak terlihat oleh kedua orangtuanya dan sang anak dipaksa menceritakan semuanya. Walaupun bercerita dengan paksaan, hal tersebut membuahkan hasil yang baik karena kedua orangtuanya akhirnya mengetahui apa yang dirasakan oleh anaknya dan mencoba memahami perasaan sang anak. Sang anak pun mulai merasa nyaman berada didekat kedua orangtuanya dan tidak merasa sendiri lagi. Ia juga mendapatkan bantuan dari seorang psikiater.

Keterbukaan merupakan sikap dimana bisa menerima masukan dari orang lain, bersedia memberikan informasi yang penting pada orang lain serta bersedia untuk mengakui perasaan serta pikiran yang ada dan bertanggung jawab atasnya. Rasa sendiri, tidak nyaman dengan sikap keras kedua orangtuanya mempengaruhi keterbukaan yang ada pada keluarga informan dalam berkomunikasi antarpribadi. Komunikasi antarpribadi yang berjalan menjadi terganggu karena cara kedua orangtuanya menyampaikan pesan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan sang anak dan membuat sang anak merasa takut dalam menjelaskan apa yang ia rasakan. Meski begitu, komunikasi antarpribadi yang terjadi mulai membaik karena kedua orangtuanya sudah mulai mencoba memahami apa yang dirasakan sang anak.

2. Empati

Seseorang dapat dikatakan berempati ketika ia sudah dapat memahami apa yang dirasakan oleh lawan bicaranya. Awal dari empati yang ada dalam keluarga ini timbul dikarenakan sang cerita mengenai kegiatan *self-injury*nya kepada kedua orangtuanya. Empati muncul ketika kedua orangtuanya mengetahui dan memahami apa yang dirasakan sang anak selama ini dan dapat menyesuaikan situasi dan kondisi yang ada sebelum melakukan komunikasi.

Sebelum bercerita tentang kegiatan *self-injury*nya, kedua orang tuanya tidak menunjukkan sikap empati kepada sang anak. Bahkan mereka sering tidak memikirkan perasaan anaknya ketika memberikan pendapat. Hal itu membuat sang anak menjadi trauma dan tidak bisa terbuka dengan kedua orangtuanya. Namun setelah akhirnya menceritakan apa yang sebenarnya terjadi, kedua orangtuanya langsung menunjukkan sikap empati kepada sang anak. Kedua orangtuanya mulai mencoba mengerti apa yang sebenarnya terjadi, meminta bantuan kepada ahli (psikiater), dan mulai berhati-hati setiap berbicara dan menyesuaikan situasi dan kondisi agar tidak menyinggung sang anak. Dalam perubahan- perubahan sikap kedua orangtuanya tersebut membuat sang anak juga mulai bisa terbuka dengan kedua orangtuanya, bahkan ia mengaku episode depresinya mulai berkurang. Hal tersebut juga membantu dalam mengurangi intensitas kegiatan *self-injury* sang anak. Namun, perubahan sikap kedua orangtuanya hanya sesaat dan tidak permanen. Tidak jarang kedua orangtuanya kembali seperti sebelum kedua orangtuanya mengetahui kegiatan *self-injury* sang anak dan ia juga mengaku kelabilan sikap kedua orangtuanya membuat ia terkadang terlalu memikirkannya dan membuat episode depresinya kembali lagi. Walaupun begitu, sang anak tetap bersyukur dengan perubahan sikap kedua orangtuanya.

3. Sikap Pendukung

Sikap mendukung merupakan hal yang sangat penting pada suatu komunikasi antarpribadi. Seseorang tidak dapat menunjukkan sifat keterbukaan dan empatinya jika tidak menunjukkan sikap mendukung atau suportifnya. Terutama pada hubungan antara orangtua dan anak, seperti yang dijelaskan dr. Winda Oktari Anryanie Arief, Sp.Kj bahwa peran orangtua itu merupakan *support system* utama bagi seorang anak. Dan dukungan dari orangtua merupakan hal yang paling penting dalam pemulihan pada orang-orang dengan gangguan jiwa termasuk perilaku *self-injury*.

Seperti pada penjelasan-penjelasan sebelumnya, sang anak sering merasa bahwa dirinya tidak mendapatkan validasi dan dukungan dari kedua orangtuanya. Hampir semua yang dilakukan olehnya dianggap salah ataupun tidak penting dimata kedua orangtuanya. Bahkan tidak jarang kedua orangtuanya berprasangka buruk terhadap sang anak. Ketika sang anak bercerita tentang masalah yang ia rasakan selama ini, kedua orangtuanya juga sempat tidak mempercayai cerita anaknya. Kedua orangtuanya percaya bahwa apa yang sebenarnya terjadi itu tidak seperti yang diceritakan anaknya dan hal tersebut juga sempat membuat sang anak menjadi down karena merasa tidak diberikan dukungan serta

tidak dipercaya oleh orangtuanya sendiri. Namun, beberapa lama setelah kedua orangtuanya mengetahui tentang kegiatan *self-injury*nya kepada akhirnya kedua orangtuanya mulai merasa bahwa apa yang dikatakan anaknya adalah benar dan dengan begitu kedua orangtuanya berusaha untuk mendukung anaknya dalam berbagai hal dan dengan berbagai cara demi pulihnya sang anak. Dukungan-dukungan yang diberikan oleh kedua orangtuanya seperti mengajak sang anak mencari bantuan ahli dari psikiater, mendengarkan dan menghargai setiap pendapat anaknya, mencoba mengerti dengan segala situasi dan kondisi yang ada serta berhati-hati dalam berbicara agar tidak menyinggung sang anak. Sang anak juga mengaku banyak perubahan yang terjadi dalam hubungannya dengan kedua orangtuanya semenjak ia mendapatkan dukungan dari kedua orangtuanya. Sebelum ia mendapatkan dukungan dari kedua orangtuanya, ia merupakan orang yang takut setiap bercerita, tidak merasa nyaman berada didekat orangtuanya, merasa tidak berguna dan memicu episode depresi serta kegiatan *self-injury*nya. Namun setelah diberi dukungan seperti diajak ke psikiater dan kedua orangtuanya sudah mulai memahami apa yang dirasakannya, dan membuat sang anak menjadi berani bercerita, mulai merasa nyaman berada diantara orangtuanya, sudah merasamendapat validasi yang selama ini tidak ia rasakan, serta episode depresinya jauh berkurangdibanding sebelumnya dan membuat intensitas kegiatan *self-injury*nya berkurang.

Sikap dukungan dari kedua orangtuanya tersebut mempengaruhi komunikasi yang berjalan antara ia dan kedua orangtuanya menjadi lebih baik dan mengurangi gangguan-gangguan komunikasi yang sebelumnya terjadi pada komunikasi antarpribadi pelaku *self-injury* dan kedua orangtuanya.

4. Sikap Positif

Ketika seorang dengan sikap yang negatif berkomunikasi akan terlihat dengan jelas sikap negatifnya terhadap lawan bicaranya dan akan mengembangkan perasaan yang negatif pula pada lawan bicaranya. Tunjukkanlah rasa positif dengan cara menikmati interaksi dan bereaksi yang menyenangkan kepada lawan bicaranya. Dr. Winda juga menjelaskan bahwa agar komunikasi yang berjalan dengan lancar, kedua pihak haruslah memahami keadaan dan harus memastikan bahwa sedang berada di keadaan dimana "*I'm okay and you are okay*".

Seperti yang dijelaskan pada beberapa poin diatas, kedua orangtua pelaku *self-injury* memiliki sifat yang keras, sering mengkritik dan mudah marah. Bahkan pada saat sang anak ditemukan memiliki bekas luka ditangannya, ayah pelaku *self-injury* langsung menuduh sang anak memakai barang terlarang (narkoba) yang sebenarnya sang anak tidak pernah sama sekali menyentuh obat-obatan terlarang tersebut. Ketika sang anak sudah mencoba menjelaskan yang sebenarnya, ayahnya masih belum percaya dengan cerita yang sebenarnya. Sifat-sifat kedua orangtuanya yang seperti itu juga membuat sang anak menjadi tidak nyaman dan takut untuk terbuka kepada orangtuanya. Sikap prasangka buruk dan *overcritical* yang dimiliki ayahnya membuat komunikasi yang terjadi antara pelaku *self-injury* dan sang ayah terganggu karena membuat sang anak sering merasa berada di *state* "*You are okay, I'm not okay*" dan membuatnya menjadi tidak merasa dipercaya dan takut berkomunikasi dengan sang ayah. Namun, seperti yang

dijelaskan pada pembahasan diatas, perubahan sikap yang dilakukan kedua orangtuanya tidaklah permanen dan terkadang kembali seperti semula lagi. Dan sang anak sudah mulai mencoba memaklumi sifat-sifat asli dari kedua orangtuanya dan mencoba untuk melupakan trauma-trauma yang ia alami sejak kecil. Tapi meskipun sang anak sudah mencoba untuk memaklumi dan memaafkan terkadang rasa takut dan tidak nyaman itu masih ada dan terkadang memicu kegiatan *self-injury* nya namun tidak separah dan sesering sebelumnya.

Dengan sang anak yang sudah mulai menerima dengan kenyataan, dan memilih untuk melangkah maju dan berusaha melupakan trauma-trauma yang pernah ia rasakan dimasa lalunya membuat komunikasi yang berjalan antara ia dengan kedua orangtua menjadi lebih baik, dapat dinikmati dan menunjukkan sikap positif.

5. Kesetaraan

Komunikasi antarpribadi akan semakin baik apabila terdapat kesetaraan didalamnya. Seperti ketika dalam suatu hubungan tidak ada yang lebih dominan ataupun rasa menguasai yang terlalu tinggi karena pada masing-masing individu memiliki suatu hal yang sama-sama penting dalam dirinya. Seperti yang dijelaskan pada hasil penelitian bahwa ayah pelaku *self-injury* merupakan seseorang yang *overcritical*, keras dan suka mengatur, hal tersebut membuat hampir setiap keputusan yang diambil didalam keluarganya merupakan perintah ataupun keinginan ayahnya. Hal tersebut menunjukkan ketidaksetaraan dalam berkomunikasi karena membuat sang anak merasa tidak mendapatkan validasi dan tidak dihargai dalam berpendapat. Itu juga membuat sang anak menjadi tidak berani terbuka dan memberikan pendapatnya kepada kedua orangtuanya. Namun pada akhirnya seiring berjalan waktu, sang ayah menyadari bahwa sikap ia yang seperti itu membuat sang anak tidak nyaman dan dapat membuatnya menjadi tidak terbuka. Dan semenjak itu, meskipun keputusan tertinggi tetap ada di ayahnya, namun ayahnya tetap mulai mencoba untuk mendengarkan setiap pendapat sang anak ataupun istrinya sebagai pertimbangan dalam mengambil keputusan.

Dengan begitu ayah pelaku *self-injury* sudah mulai menunjukkan kesetaraan yang ada didalam keluarganya dengan cara mendengarkan dan memberikan sang anak dan istrinya kesempatan dalam memberikan pendapat ataupun ide sebelum mengambil keputusan yang akan diambil meskipun keputusan tetap berada di sang ayah. Hal tersebut membuat pelaku *self-injury* dan ibunya menjadi merasa lebih dihargai dan merasa memiliki peran yang sama pentingnya dalam keluarga dan membuat komunikasi antarpribadi yang berjalan menjadi membaik karena setiap individunya merasa memiliki peran dalam keluarga.

E. KESIMPULAN

Komunikasi antarpribadi yang berjalan antara orangtua dengan pelaku *self-injury* mencakup dalam lima aspek yakni keterbukaan, empati, dukungan, rasa positif dan kesetaraan. Didapatkan dari satu keluarga remaja pelaku *self-injury* dimana pelaku merasa sendiri, tidak nyaman dengan sikap keras kedua orangtuanya yang

mempengaruhi keterbukaan yang ada pada keluarga pelaku dalam berkomunikasi antarpribadi. Komunikasi antarpribadi yang berjalan menjadi terganggu karena cara kedua orangtuanya menyampaikan pesan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan sang anak dan membuat sang anak merasa takut dalam menjelaskan apa yang ia rasakan. Meski begitu, komunikasi antarpribadi yang terjadi mulai membaik ketika kedua orangtuanya sudah mulai mencoba memahami apa yang dirasakan sang anak. Dan dengan begitu, ketika kedua orangtuanya mengetahui kegiatan *self-injury*nya membuat keduanya jadi tersadarkan bahwa rasa empatinya terhadap sang anak masih kurang yang membuat mereka berdua menjadi lebih peka dan berusaha untuk selalu membaca situasi dan kondisi yang ada setiap berbicara dengan anaknya. Sang anak juga mengaku, perubahan-perubahan dari kedua orangtuanya sangatlah membantu pemulihannya dari kegiatan *self-injury*nya. Dengan memahami perasaan pelaku *self-injury* tersebut orangtua juga memberikan dukungan kepada sang anak dengan membawanya ke ahli yaitu psikiater. Namun ayahnya masih belum mempercayai anaknya sepenuhnya dan masih sering berprasangka buruk walaupun sang anak sudah mulai memahami kedua orangtuanya. Dalam keluarga pelaku *self-injury* memiliki kesetaraan yang membuat pelaku *self-injury* dan kedua orangtuanya merasa lebih dihargai dan merasa memiliki peran yang sama pentingnya dalam keluarga dan membuat komunikasi antarpribadi yang berjalan menjadi membaik karena setiap individunya merasa memiliki peran dalam keluarga. Dari penjelasan diatas dapat peneliti simpulkan bahwa komunikasi interpersonal yang terjadi pada orangtua dan anak remaja pelaku *self-injury* merupakan hal penting terutama dalam pemulihan pelaku *self-injury*. Yang terjadi antara remaja pelaku *self-injury* dan kedua orangtuanya yang melibatkan komunikasi interpersonal mereka, mempengaruhi perasaan pelaku *self-injury* dalam kehidupannya sehari-hari. Ketika komunikasi antarpribadi yang berjalan tidak memiliki gangguan- gangguan yang dapat memicu terjadinya komunikasi intrapribadi sang pelaku juga terganggu, remaja pelaku *self-injury* akan merasa lebih tenang, nyaman dan tidak melakukan kegiatan *self-injury*. Namun ketika komunikasi yang terjadi kembali terganggu dapat memicu rasa stress dan episode depresi yang dapat membuat pelaku *self-injury* kembali melakukan kegiatan *self-injury*.

Daftar Pustaka

- American Psychological Association (2001). *Publication Manual of the American Psychological Association*, Fifth Edition. Washington: American Psychological Association
- Afnida. 2020. Literasi dalam Pendidikan Anak Usia Dini: Persepsi dan Praktik Guru di Prasekolah Aceh. *Jurnal Obsesi*. Prodi PAUD FKIP Univ Pahlawan Tambuni. Aceh. Volume 4 Issue 2 (2020) Pages 971-981
- Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* ISSN: 2549-8959 (Online) 2356-1327 (Print)
- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: JejakPublisher.
- Bahfiarti, T. (2016). *Komunikasi Keluarga (Suatu Pendekatan Keberlanjutan Regenerasi Anak Petani Kakao di Provinsi Sulawesi Selatan)*. Makassar: Kedai

Buku Jenny.

- Creswell, J. W. (2015). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset (Memilih di Antara Lima Pendekatan)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Egsaugm. (2020, September 30). Fenomena Korean Wave di Indonesia. Retrieved from EGSA:<https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/09/30/fenomena-korean-wave-di-indonesia/> (6) (PDF) *Analisis Strategi Digital Marketing dalam Pemasaran Album K-Pop (Studi Kasus : Weverse Shop – BTS)*. Available from: https://www.researchgate.net/publication/352658138_Analisis_Strategi_Digital_Marketing_dalam_Pemasaran_Album_K-Pop_Studi_Kasus_Weverse_Shop_-_BTS [accessed Jun 07 2022].
- DeVito, J. 1999. *Tinjauan Psikologis Komunikasi Antarpribadi*. Kanisius: Yogyakarta
- Hallodoc. 2020. www.hallodoc.com. Com. Situs tanya jawab seputar kesehatan
- Liliweri, A. (1994). *Komunikasi Antar-Personal*. Jakarta: Kencana.
- Parks, P. (2011). *Self-injury Disorder*. San Diego: ReferencePoint press.
- Pujileksono, S. (2015). *Metode Penelitian Kualitatif*. Malang: Kelompok Intrans Publishing.
- Rezi, M. (2018). *Psikologi Komunikasi Pembelajaran Konsep dan Terapan*. Yogyakarta: Phoenix Publisher.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suranto, A. (2011). *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.