

**KOMUNIKASI KELUARGA DALAM PEMAKNAAN *INSECURE*
PADA DIRI REMAJA AKHIR**

Lathifah Khairiyah¹, Nofha Rina²

^{1,2} Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Bisnis, Universitas Telkom,
Indonesia

Email: ¹lathifahkhairiyah@student.telkomuniversity.ac.id, ²nofharina@telkomuniversity.ac.id

ABSTRACT

The phenomenon of insecurity is being felt by late adolescents today, because at this age adolescents are experiencing many new phases in life before heading into adulthood. At this age, a lot of worries arise in late adolescents, so that positive family communication is needed to be able to help reduce the feelings of insecurity they are experiencing. This study focuses on the meaning of insecurity in late adolescents in family communication in the city of Bandung, using a descriptive qualitative research method. Data collection techniques used in this research were literature study, observation, and interviews with seven informants, namely three key informants, three supporting informants, and one expert informant. The results of this study indicate that late adolescents interpret insecurity as feeling insecure and insecure, this was found from personal experience and also consultation with a psychologist. Based on the results of interviews, experiences of failure or rejection, social anxiety, and encouragement of perfectionism make late adolescents feel unappreciated or demeaned. Where this will make the late teens become insecure. This research is expected to be useful for late adolescents who experience insecurity in family communication.

Keywords: insecure, late adolescents, family communication

I. PENDAHULUAN

Fenomena *insecure* menjadi hal yang sering terjadi dikalangan remaja akhir saat ini. Hal ini dikarenakan remaja akhir sering merasa diberikan harapan yang terlalu tinggi, tekanan yang besar, dan keraguan akan kemampuan diri. (Fabiani & Hetty, 2020).

Menurut (Juliawati, 2022) pada masa remaja ini emosi remaja cenderung

masih labil sehingga perlunya dukungan keluarga terutama orangtua sebagai pendengar yang baik agar anak dapat mengekspresikan perasaan dan apa yang mereka pikirkan tanpa takut ditolak. Karena peran orangtua dapat berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan sosial, emosional, dan mental remaja akhir. Tidak memiliki ruang diskusi dapat berpengaruh pada kesalahan remaja akhir dalam

mengambil keputusan sehingga dapat membuat remaja akhir menjadi depresi yang merupakan dampak negatif dari *insecure* (Anastasia, 2020).

Salah satu artikel media berita daring Kompas.com yang berjudul “20 Persen Mahasiswa di Bandung Berpikir Serius untuk Bunuh Diri...” yang diunggah oleh Reni Susanti pada 12 Oktober 2019 (diakses pada 11 Mei 2023) (dalam Reni, 2019) Teddy Hidayat selaku Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia mendapati hasil survei pada mahasiswa (kurang lebih usia 18-21 tahun) perguruan tinggi di Kota Bandung menyatakan bahwa 30,5% mahasiswa mengalami depresi, 20% berpikir serius untuk mengakhiri hidup, dan 6% telah melakukan perbuatan mencelakai diri (cutting, menjatuhkan diri dari ketinggian, dan gantung diri).

Hasil ini disebabkan oleh berbagai macam faktor salah satunya yaitu keluarga. Dimana orang tua terlalu mengkritik anak, maka anak cenderung depresi, dan memiliki konsep diri negatif. Sehingga anak tidak mampu mengolah emosinya dan *insecure* dalam menjalani kehidupannya. Melihat faktor penyebab remaja akhir memilih tindakan bunuh diri karena kurangnya ruang komunikasi di antara

orang tua dan anak, sehingga memperparah kemungkinan remaja akhir tersebut mengakhiri hidupnya.

Berdasarkan hasil pra riset di lapangan, seorang informan perempuan berusia 21 tahun yang sudah masuk pada kategori remaja akhir yang mana menurut pendapat Hurlock (2004) bahwa rentang usia remaja akhir adalah 18-21 tahun. Dia tidak memiliki kuasa atas keinginannya. Hal tersebut membentuk ia menjadi individu yang selalu ragu-ragu dalam mengambil keputusan meski dalam hal berskala kecil serta selalu overthinking karena terbayang akan kegagalan. Sedangkan informan lainnya remaja akhir laki-laki yang juga berusia 21 tahun merasa tidak pernah diapresiasi saat berkomunikasi dengan orang tua nya. peneliti melihat adanya kondisi serius dimana remaja akhir merasa tidak nyaman dalam berkomunikasi dengan orang tua mereka, hal ini sebagai bentuk buruknya komunikasi keluarga sehingga remaja akhir memiliki perasaan *insecure* atau rendah diri.

Menurut Abraham Maslow (1942) Psikolog asal Amerika, dalam bukunya yang berjudul “*The Dynamics of Psychological Security*” *insecure* adalah suatu keadaan dimana seseorang merasa

tidak aman dan melihat dunia sebagai hutan yang menakutkan dan percaya bahwa kebanyakan manusia jahat dan egois. Sedangkan menurut Melanie Greenberg selaku Psikolog klinis dalam *Psychology Today* mengatakan bahwa terdapat tiga faktor yang menyebabkan seseorang mengalami *insecure*, yaitu: kegagalan atau penolakan, adanya kecemasan sosial, dan dorongan perfeksionisme.

Maka berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti menyimpulkan bahwa *insecure* adalah perasaan tidak aman dan takut yang membuat seseorang menjadi tidak percaya diri. Hal ini sering dirasakan oleh remaja akhir karena mereka sedang berusaha mencari jati dirinya. Remaja mulai mengungkapkan keberadaan mereka pada tahap mencari identitas. Berdasarkan fenomena yang telah dijabarkan diatas penyebab remaja akhir mengalami *insecure* disebabkan karena faktor keluarga, seperti adanya komunikasi yang kurang positif di keluarga. Dimana remaja akhir merasa jarang diapresiasi, lebih banyak didikte, dan tidak diberikan kesempatan untuk mengambil keputusan, sehingga merasa tidak punya kendali dalam hidupnya.

Selanjutnya, hal tersebut didukung dengan salah satu artikel kesehatan

Klikdokter yang berjudul “Sering Merasa Insecure? Ini Dampak Psikis yang Bisa Dialami” yang diunggah oleh 6 Tamara Anastasia pada 6 November 2020 (diakses pada 5 Maret 2023). Dalam (Anastasia, 2020) Dr. Ikhsan Bella selaku Psikolog menyatakan bahwasanya rasa *insecure* yang berlebihan dapat menyebabkan semakin tinggi nya rasa cemas yang dirasakan. Rasa cemas yang berlebihan dapat berdampak kepada keadaan psikis remaja akhir, contohnya dapat mengakibatkan depresi.

Fenomena *insecure* pada remaja akhir telah diteliti oleh penelitian terdahulu. Penelitian oleh Sabil & Rosa (2022) Menurut wawancara yang dilakukan dengan Dr. Amalia, seorang Psikolog klinis di Rumah Sakit Boromeus di Bandung, hampir 80% remaja berusia antara 17- 21 tahun mencari bantuan untuk untuk rasa tidak percaya diri yang berlebihan. Akibatnya, mereka menderita kecemasan berlebihan dan tidak mampu mengelola sendiri. Remaja antara usia 17-21 dianggap memasuki tahap usia lanjut, di mana mereka menunjukkan ambisi yang kuat, dan vitalitas. Namun, banyak remaja akhir yang kesulitan mengekspresikan emosinya akibatnya, banyak remaja akhir memilih

untuk menyembunyikan perasaan mereka dan melepaskan kesempatan untuk mewujudkan potensi yang mereka miliki. Penelitian ini menyoroti pentingnya memahami dan mengatasi masalah rasa *insecure* pada remaja akhir, sehingga mereka dapat mengembangkan potensi mereka secara optimal.

Berdasarkan fenomena yang sudah dijelaskan sebelumnya, maka peneliti berusaha mengisi *research gap* dengan melakukan penelitian untuk mempelajari lebih lanjut terkait pemaknaan *insecure* pada remaja akhir dalam keluarga. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengungkapkan “Komunikasi Keluarga Dalam Pemaknaan *Insecure* Pada Diri Remaja Akhir”.

II. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, menggunakan metode kualitatif deskriptif. Ibrahim dan Nana Sudjana (1989: 64) Penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan suatu gejala, peristiwa, atau kejadian yang sedang terjadi. Untuk melakukan ini, peneliti berusaha menggambarkan fenomena *insecure* pada remaja akhir serta bagaimana komunikasi keluarga dapat

membentuk pemaknaan *insecure* pada remaja akhir, sehingga dapat memberikan dasar untuk pengembangan intervensi atau pendekatan komunikatif yang lebih baik dalam konteks keluarga. Untuk mendapatkan data yang lebih kredibel peneliti juga mewawancarai orang tua remaja akhir sehingga kemudian dapat menjadi batasan komparatif.

Penelitian kualitatif yang dilakukan peneliti saat ini menggunakan pendekatan fenomenologi. Dalam konteks penelitian komunikasi keluarga dan pemaknaan *insecure* pada remaja akhir, pendekatan fenomenologi dapat digunakan untuk mengeksplorasi secara mendalam tentang bagaimana remaja mengalami dan memberikan makna terhadap ketidakamanan diri mereka dalam konteks komunikasi keluarga.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Wawancara yang dilakukan kepada tiga informan kunci, tiga informan pendukung, dan satu informan ahli, peneliti memperoleh data-data yang dibutuhkan untuk penelitian ini. Wawancara dilakukan secara tatap muka dan menggunakan Zoom yang dilakukan dengan waktu yang berbeda-beda. Seluruh kegiatan wawancara

ini dilaksanakan sesuai dengan kesediaan informan untuk terlibat dalam proses penelitian.

a. Kegagalan atau Penolakan

Kegagalan atau penolakan dapat menjadi salah satu faktor dari seseorang mengalami *insecure* (Melanie dalam Ilmi, 2022). Dikarenakan dapat menurunkan harga diri seorang individu dan berdampak pada perubahan sikap dan sentimen. Dalam penelitian ini, remaja akhir sering merasa gagal dengan lingkungan sosialnya. Hal ini dikarenakan *overthinking* dan ketakutan tidak dapat mencapai keinginan sesuai ekspektasi mereka, sehingga remaja akhir lebih memilih untuk tidak mencoba hal baru tersebut karena bayangan akan kegagalan dan penolakannya lebih besar. Berdasarkan hasil penelitian ditemukannya sebuah konsep baru berdasarkan kegagalan atau penolakan yaitu adanya keterkaitan antara *insecure* dengan pengambilan keputusan pada remaja akhir. Hal ini disebabkan karena saat remaja akhir mengalami *insecure* ia akan cenderung tidak dapat menentukan keputusannya sendiri, karena menilai keputusan tersebut akan menimbulkan kegagalan. Sehingga mereka butuh validasi dan dorongan pendapat orang lain untuk membantu

mereka bisa yakin akan pendapatnya sendiri. Hal ini diperkuat dengan pendapat dari informan ahli ibu Sherly bahwa remaja akhir yang memiliki perasaan *insecure* tersebut apabila ditempatkan pada situasi harus memilih mereka akan cenderung untuk tidak mengambil keputusan dan *overthinking*.

b. Adanya Kecemasan Sosial

Adanya kecemasan sosial dapat menjadi salah satu faktor dari seseorang mengalami *insecure* (Melanie dalam Ilmi, 2022). Hal ini disebabkan oleh rasa takut seseorang akan dihakimi oleh orang lain. Kecemasan ini menimbulkan rasa takut, yang membuat seseorang menghindari lingkungan sosial karena merasa tidak nyaman. Sebagaimana dalam penelitian ini para informan kunci menceritakan mengenai perasaan cemas yang mereka rasakan, perasaan cemas yang dialami tersebut berbeda-beda tetapi lebih dominan dengan perasaan cemas dalam lingkup akademik.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukannya sebuah konsep baru berdasarkan adanya kecemasan sosial bahwa ternyata pola komunikasi keluarga yang diterima menimbulkan probabilitas relasi yang positif pada diri remaja akhir.

Karena berdasarkan hasil penelitian komunikasi antara remaja akhir dan orangtua cenderung positif dan terbuka sehingga karena dengan adanya keterbukaan tersebut akan lebih mengurangi perasaan insecure pada remaja akhir.

Dalam penelitian Qatrunnada, Insyirah dkk (2022) kecemasan merupakan bagian dari tiap pribadi manusia terutama ketika ia dihadapkan pada situasi yang tidak jelas dan tidak menentu. Sedangkan penelitian Imelia, Oxianus Jeffrey (2020) terkait komunikasi keluarga mengungkapkan bahwa komunikasi yang efektif ditandai dengan adanya pengertian, dapat menimbulkan kesenangan, mempengaruhi sikap, meningkatkan hubungan sosial yang baik, dan pada akhirnya menimbulkan suatu tindakan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kecemasan sosial dapat mempengaruhi perasaan dan mood individu, sehingga perlunya peran orangtua untuk membangun komunikasi saat remaja akhir merasa cemas.

c. Dorongan Perfeksionisme

Dorongan perfeksionisme dapat menjadi salah satu faktor dari seseorang mengalami insecure (Melanie dalam Ilmi,

2022). Perasaan ini muncul saat individu menetapkan standar yang tinggi dalam segala hal, namun ternyata hal tersebut tidak berjalan sesuai rencana. Apabila hal ini terjadi secara terus-menerus, maka akan menimbulkan perasaan kecewa dan cenderung menyalahkan diri sendiri. Dalam penelitian ini ketiga informan kunci sependapat bahwa secara tidak langsung perasaan insecure tersebut membentuk mereka menjadi pribadi yang perfeksionisme karena takut akan kritikan dan pendapat orang lain akan diri mereka. Hal ini membuat mereka memiliki standar tersendiri serta mengoptimalkan kemampuan mereka dalam melakukan sesuatu hanya agar tidak menerima kritikan tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukannya sebuah konsep baru berdasarkan dorongan perfeksionisme bahwa ternyata pola komunikasi keluarga yang diterima dapat menumbuhkan perasaan insecure pada diri remaja akhir. Hal ini dikarenakan perbedaan cara pola komunikasi orangtua yang berbeda generasi, sehingga orangtua memiliki harapan yang tinggi pada anaknya.

Hal ini juga didukung dalam penelitian Jurnal Post (2023) bahwa

ketidakamanan sering menyebabkan seseorang tidak puas dengan pencapaian pribadinya. Karena itu, ia menjadi perfeksionis dan ingin menyempurnakan segalanya untuk menyenangkan dirinya sendiri. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sifat perfeksionis secara tidak langsung membentuk remaja akhir menjadi pribadi yang insecure.

d. Pemaknaan Insecure Pada Diri Remaja Akhir

Dalam penelitian ini, remaja akhir memaknai perasaan insecure yang mereka miliki dari berbagai pemahaman, yaitu dari segi eksternal (media sosial, konsultasi dengan psikolog) dan internal dari pengalaman langsung yang dirasakan dalam keluarga. Dari ketiga informan remaja akhir dua diantaranya memaknai insecure sebagai perasaan yang tidak aman sedangkan satu lainnya memaknai insecure sebagai perasaan tidak percaya diri pada kemampuan yang dimiliki.

Faktor eksternal yaitu dipengaruhi oleh komunikasi yang kurang positif di keluarga, dimana remaja akhir merasa jarang diapresiasi, lebih banyak didikte, dan tidak diberikan kesempatan untuk mengambil keputusan. Hal itu bisa membuat dirinya merasa insecure karena

merasa tidak punya kendali dalam hidupnya. Serta pengalaman-pengalaman atau situasi yang terjadi di lingkungan remaja tersebut, dimana adanya pengalaman saat ia merasa gagal dan merasa tidak dihargai atau direndahkan. Sehingga lewat pengalaman tersebut membentuk remaja akhir merasa tidak memiliki prestasi yang membanggakan dan tidak punya kelebihan. Selanjutnya hal ini diperkuat dalam penelitian yang dilakukan oleh Qatrunnada, Insyirah dkk (2022) bahwa insecure adalah perasaan tidak aman, dan gelisah. Maksudnya, perasaan tidak percaya diri (inferiority) dengan diri sendiri dan sering minder, atau bisa diartikan sebagai perasaan takut dan cemas (anxiety) tentang sesuatu yang dipicu oleh rasa tidak puas dengan realitas keadaan diri dan tidak yakin akan kapasitas diri sendiri.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian melalui proses wawancara, observasi, dan studi pustaka mengenai “Pemaknaan Insecure Pada Diri Remaja Akhir Dalam Komunikasi Keluarga” dapat disimpulkan bahwa remaja akhir memaknai insecure sebagai perasaan tidak percaya diri dan tidak aman. Remaja akhir memahami

pemaknaan ini dari pengalaman pribadi dan juga konsultasi dengan psikolog. Hal ini dapat dilihat dari tiga dimensi yang telah diuraikan yaitu kegagalan atau penolakan, adanya kecemasan sosial, dan dorongan perfeksionisme.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti menemukan bahwa, pengalaman akan kegagalan atau penolakan yang dirasakan oleh remaja akhir akan membuat mereka merasa tidak dihargai atau direndahkan kemudian berlanjut merasa tidak punya kelebihan itulah yang membuat remaja akhir menjadi insecure. Sedangkan untuk kecemasan sosial, perasaan ini menimbulkan rasa takut dan pemikiran yang berlebihan atau overthinking yang membuat remaja akhir menghindari lingkungan sosial karena merasa tidak nyaman. Terakhir dorongan perfeksionisme, secara tidak langsung perasaan insecure tersebut membuat remaja akhir menjadi perfeksionis karena takut akan kritikan dan pendapat orang lain akan diri mereka. Selain itu dari penelitian ini, terdapat temuan baru bahwa ternyata adanya keterkaitan antara insecure dengan pengambilan keputusan pada remaja akhir. Dimana mereka butuh validasi dan dorongan pendapat orang lain untuk

membantu mereka bisa yakin akan pendapatnya sendiri. Serta pola komunikasi keluarga yang diterima juga dapat menimbulkan probabilitas relasi yang positif pada diri remaja akhir. Karena berdasarkan hasil penelitian komunikasi antara remaja akhir dan orangtua cenderung positif dan terbuka sehingga dengan adanya keterbukaan tersebut akan lebih mengurangi perasaan secure pada remaja akhir.

DAFTAR PUSTAKA

Bungin, Burhan. 2008. Penelitian Kualitatif, Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya. Jakarta: Kencana Pranada Media Grup.

Creswell, W.J. (2016). Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran. Edisi keempat. Pustaka Pelajar. Dampak Pengasuhan Otoriter Terhadap Perkembangan Sosial Anak. (Mardiah & Ismet, 2021)

Hukma Salmin, A., Nasrudin, D., Sandi Hidayat, M., & Winarni, W. (2021). The Effect of Overprotective Parental Attitudes on Children's Development. *Jurnal BELAINDIKA (Pembelajaran Dan Inovasi Pendidikan)*, 3(1), 15–20. <https://doi.org/10.52005/belaindika.v3i1.63>

JCE (Journal of Childhood Education). Desideria, Benedikta. (2015). Banyak Remaja

Datang ke Psikolog, Untuk Apa? Diambil dari: <https://www.liputan6.com/health/read/2376966/banyak-remaja-datang-ke-psikologuntuk-apa> [Diakses pada 17 Januari 2023].

Komunikasi interpersonal ayah pekerja dan anak Perempuan dalam meningkatkan keterbukaan diri anak (Putri Kalimau, 2023). *Jurnal linimasa*.

Komunikasi Keluarga dalam Membentuk Karakter Anak. (Oxianus Sabarua & Mornene, 2020). *International Journal of Elementary Education*.

Madarina, Adhenda. (2022). Ciri Pola Asuh Otoriter dan Dampaknya bagi Perkembangan Anak. Diambil dari: <https://hellosehat.com/parenting/anak-6-sampai-9-tahun/perkembangananak/pola-asuh-otoriter/> [Diakses pada 17 Januari 2023].

Mardiana.N., Iyus Y., & Efri.W (2021) Fenomena Insecure Pada Remaja Di Era Pandemic Covid19: Studi Literature. *Jurnal Ilmu K*

Negative Parenting dan Insecure Attachment Dengan Perilaku Disruptive pada Remaja. (Mill, 2010). *Child Care*.

Penanganan Insecure Pada Anak Usia Dini. (Hasanah et al., 2022). *Yaa Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.

Perancangan Buku Jurnal Interaktif Untuk Membantu Mengelola Rasa Insecure Pada Remaja. (sabil, 2022)

Perang komunikasi keluarga dalam menumbuhkan motivasi berprestasi siswa

during covid-19 (Ayu d.s, 2022) *Jurnal linimasa*

Pola Asuh Orang Tua Pada Anak Yang Berperilaku Agresif (Studi Deskriptif Kuantitatif Di TK Tunas Harapan Sawah Lebar Kota Bengkulu) (Kurnia Sari et al., 2018). *Jurnal Ilmiah Potensia*.

Pola Asuh Otoriter Yang Di Terapkan Orang Tua Kepada Anak Usia Dini Saat Pembelajaran Daring. (Eka Rahayu, 2020). *Jurnal Auladuna*.

Qatrunnada, J. I., Firdaus, S., Karnila, S. D., & Romli, U. (2022). Fenomena Insecurity di Kalangan Remaja dan Hubungannya dengan Pemahaman Aqidah Islam. 5(02), 139–152. <https://doi.org/10.37542/iq.v5i02.655>

Ramadhana, R.M. (2020). *Perspektif Teori Dalam Komunikasi Keluarga*. Edisi pertama. Megatama.

Rasyid, F.A. (2021) Insecure, Apakah di Pengaruhi Oleh Pola Asuh? Diambil dari: <https://www.dictio.id/t/insecure-apakah-di-pengaruhi-oleh-pola-asuh/161748> [Diakses pada 17 Januari 2023].

Sabil, rahmania. (2022). *Perancangan Buku Jurnal Interaktif Untuk Membantu Mengelola Rasa Insecure Pada Remaja*. 2022: *Desain Komunikasi Visual*, 1–2.

Sonia, G., & Apsari, N. C. (2020). *Pola Asuh Yang Berbeda-Beda Dan Dampaknya Terhadap Perkembangan Kepribadian Anak*. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada*

Masyarakat, 7(1), 128.

<https://doi.org/10.24198/jppm.v7i1.27453>

Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta. The Effect of Overprotective Parental Attitudes on Children's Development (Hukma Salmin et al., 2021). Jurnal Belaindika.