BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pola asuh *strict parents* merupakan gaya pengasuhan dari orang tua yang menetapkan standar tinggi terhadap anaknya, menuntut anak, mendidik anak dengan aturan-aturan yang ketat (Wati, 2023). Pola asuh *strict parents* ini memiliki karakteristik seperti, terlalu banyak menuntut, memberikan banyak aturan, menentang kebebasan anak-anak untuk membuat keputusan sendiri, tidak memberikan kepercayaan pada anak, dan masih banyak lagi (Taib et al., 2020).

Strict parents merupakan pola pengasuhan yang bersifat otoriter (Adeyola et al., 2024). Dalam bahasa Inggris, di mana kata *strict* berarti ketat atau tegas, sementara *parents* mengacu pada orang tua. Istilah ini menjadi populer, terutama di media sosial, sebagai sebutan bagi orang tua yang memiliki kecenderungan kaku dan cenderung memberikan perintah maupun batasan yang dianggap berlebihan terhadap anak, bahkan hingga memaksakan kehendak mereka (Rimaisya, 2023).

Menurut Putri (2022) pada gaya pola asuh *strict parents*, orang tua dalam posisi yang sangat mengontrol, mengawasi anak mereka dengan ketat, tetapi dengan komunikasi yang sangat sedikit terhadap anak. Terdapat pembatasan yang sangat ketat, sedikit toleransi terhadap diskusi atau kritik, dan anak-anak dianggap sebagai objek yang perlu dikontrol dan disiplin. Orang tua yang menerapkan gaya pola asuh *strict parents* akan selalu memiliki kendali penuh atas segala hal yang dilakukan anak, termasuk aktivitas dan dalam hal mengambil keputusan untuk masa depan anak, tidak menerima penolakan. Bagi para orang tua yang menggunakan pola asuh *strict parents* ini, mereka berharap anak mereka menjadi pribadi yang disiplin.

Menurut Sukriya (2024) penerapan pola asuh oleh orang tua berperan penting dalam membentuk kedekatan hubungan dan juga pada pembentukan perilaku anak terutama remaja. Memahami tahapan perkembangan anak bagi orang tua sangat penting untuk penyesuaian komunikasi dan interaksi yang baik antara orang tua dan anak. Apalagi anak yang sudah remaja, orang tua perlu untuk

Perspektif Remaja.., Putri Khoiriyah, Fakultas Ilmu Komunikasi, 2025

menyesuaikan pendekatan dengan remaja sesuai dengan kebutuhan emosional dan psikologisnya.

Remaja merupakan tahapan transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan dan perkembangan, baik secara biologis dan psikologis. Dari sudut pandang biologis, perubahannya meliputi perkembangan seksual primer dan sekunder, namun dari sisi psikologis terlihat dari suasana hati, ambisi, perilaku dan emosi yang kurang stabil (Asqia & Musakkir, 2024). Menurut Suryandari (2020) salah satu tahapan terpenting dalam pertumbuhan seseorang terjadi sepanjang masa remaja. Momen yang indah penuh dengan semua kesenangan dan kegembiraan. Hampir semua orang tidak bisa melupakan masa remajanya, baik masa yang menyenangkan, maupun masa yang kurang menyenangkan.

Terdapat tiga tahap perkembangan remaja menurut Sarwono dalam Hamidah & Rizal (2022) yaitu, remaja awal (usia 10-13 tahun), remaja madya (usia 14-17), dan remaja akhir (18-21 tahun). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan remaja akhir sebagai subjek penelitian. Menurut Sarwono dalam Putri et al. (2020) remaja akhir merupakan adalah seseorang yang telah memasuki umur 18-21 tahun. Masa ini menjadi fase awal pembentukan sikap, pemikiran, serta berbagai aspek kehidupan yang berperan penting dalam perkembangan individu. Pada tahap remaja akhir, individu mulai menempatkan dirinya sebagai orang dewasa dan mampu menunjukkan pemikiran, sikap, serta perilaku yang semakin matang (Respati et al., 2006).

Pada usia remaja akhir, remaja membutuhkan kebebasan untuk mengeksplorasi diri dan menghabiskan waktu dengan teman seusianya (Nurhayati 2016). Karena pada masa remaja akhir peran teman seusianya menjadi lebih terlihat dibandingkan masa sebelumnya. Karena dukungan sosial dari teman sebaya sangat berpengaruh untuk remaja melakukan aktivitas baru yang sebelumnya belum pernah dicoba. Tetapi karena pola asuh *strict parents* yang diterapkan oleh orang tua, ruang gerak remaja menjadi terbatas (Sultonah et al., 2024).

Menurut Sonia & Apsari (2020) kebanyakan orang tua yang melakukan pola asuh *strict parents*, ini akan membentuk perilaku yang positif bagi anaknya, karena menganggap anaknya selalu menuruti kemauan atau perintahnya. Tetapi di sisi lain pola asuh *strict parents* ini bisa membentuk perilaku remaja menjadi negatif seperti, remaja menjadi kurang terbuka pada orang tuanya, menarik diri, dan suka berbohong.

Di dalam keluarga, komunikasi tidak sekadar menjadi alat untuk menyampaikan pesan, tetapi juga menjadi cerminan nilai-nilai serta harapan yang ingin ditanamkan orang tua kepada anak-anak mereka (Aswandy, 2020). Menurut Rahmah (2018) komunikasi dalam keluarga memiliki keunikan tersendiri dan tidak dapat disamakan dengan komunikasi pada kelompok lainnya. Setiap keluarga memiliki gaya atau pola komunikasi yang berbeda-beda. Hubungan antara orang tua dan anak dalam keluarga dipengaruhi oleh sikap orang tua, baik yang berkaitan dengan kasih sayang maupun kecenderungan untuk mendominasi. Dalam praktiknya, ada orang tua yang mendominasi, yang memanjakan, yang kurang peduli, serta ada pula orang tua yang hangat, terbuka, dan bersahabat dengan anak-anaknya.

Menurut Mufidah (2008) pembentukan perilaku anak ditentukan oleh pola komunikasi yang diterapkan oleh orang tua dalam keluarga. Oleh karena itu, penting bagi setiap orang tua untuk memahami dan menerapkan cara berkomunikasi yang efektif dengan anak. Dengan komunikasi yang baik, hubungan yang positif antara orang tua dan anak dapat terjalin dalam keluarga.

Pembentukan perilaku anak yang ditentukan oleh pola komunikasi yang diterapkan orang tua ini diperkuat oleh hasil wawancara awal yang peneliti lakukan dengan beberapa remaja yang pernah melakukan konseling di @ruangteras. Berdasarkan wawancara awal dengan beberapa informan, terlihat bahwa komunikasi sangat berperan penting dalam pembentukan perilaku mereka. Salah satu informan, Nikita Azzahra mengatakan bahwa:

> *"Biasanya, orang tua aku lebih sering ngasih arahan atau nasihat aja daripada dengerin pendapat atau perasaan aku sebagai anak. Kalo ada masalah sehari-hari yang aku obrolin ke orang tua, pasti orang tua aku tuh anggepnya sepele, jadi kadang bikin males cerita*"

> *"aku jadi orang yang tertutup terus jadi kurang nyaman buat terbuka sama orang tua ataupun sama orang lain, termasuk ke teman. Aku juga lebih sering mikir dua kali sebelum cerita ke orang lain karena takut dihakimi atau ga didenger orang lain. Tapi di sisi lain, aku juga jadi lebih mandiri, tapi kadang ya jadi merasa stres sendiri karena merasa semua harus diselesaikan sendiri tanpa dukungan penuh dari orang tua"*

Pernyataan ini menunjukkan bahwa komunikasi yang kurang baik antara orang tua dan anak akan membentuk perilaku remaja menjadi pribadi yang tertutup, tidak terbuka dengan orang tua dan tidak nyaman untuk terbuka ke orang lain termasuk teman.

Hal ini diperkuat oleh pernyataan informan kedua, Alifya Khairun Nisa menambahkan bahwa komunikasi orang tua membentuk perilakunya:

> *"Ya aku ngerasa banget kalo cara komunikasi di keluarga tuh berpengaruh besar ke perilaku aku. Karena aku dan orang tua jarang ngobrol secara terbuka, aku sering merasa kesulitan untuk ngungkapin perasaan dan pikiran. Akibatnya sering dipendem, banyak masalah yang disimpen sendiri, yang kadang bikin aku stres atau frustrasi"*

Melalui jawaban ini, Alifya menunjukkan bahwa kurangnya keterbukaan remaja dengan orang tua, akan membentuk perilaku seperti menjadi merasa kesulitan untuk mengungkapkan perasaan, yang akhirnya lebih memilih memendam sendiri yang akibatnya menjadi stres. Tetapi lain halnya dengan remaja akhir yang memiliki komunikasi yang baik dengan orang tuanya. Informan ketiga, yaitu Rahma, mengatakan:

> *"Aku jadi terbuka sih sama orang tua aku, semuanya aku ceritain. Dari masalah sama teman, sama pacar, tentang kuliah aku juga pokoknya semua aku cerita. Jadi gak ada hal yang dipendam sendiri"*

Dari wawancara awal dengan Rahma, ia mempunyai komunikasi yang baik dengan orang tuanya, yang menjadikan perilaku Rahma yang nyaman terbuka dengan orang tuanya. Dengan demikian, wawancara awal tentang komunikasi yang terjadi dalam keluarga mempunyai peran yang sangat signifikan dalam pembentukan perilaku anak.

Menurut Sari et al. (2018) dengan adanya hubungan yang positif antara orang tua dan anak, akan memberikan kesejahteraan sosial pada anak, dimana anak menunjukkan harga diri yang tinggi, kemampuan pengendalian emosi yang baik, serta kesehatan fisik yang optimal, sehingga memungkinkannya beradaptasi dengan lingkungan baru. Selain itu, dengan adanya hubungan yang baik antara orang tua dan anak, mampu berkontribusi dalam mengurangi kejadian perilaku negatif, kekerasan, dan tindakan kriminal yang saat ini sering terjadi.

Menurut Arlincya (2023) *strict parent* sering kali menjadi penghalang bagi terciptanya hubungan komunikasi yang baik. Hal ini dikarenakan *strict parents* sering menggunakan pola komunikasi satu arah (*one way communication*), yaitu orang tua menetapkan aturan ketat yang harus dipatuhi anak tanpa adanya negoisasi. Hal tersebut merupakan cara komunikasi yang kurang efektif antara orang tua terhadap anak.

Menurut Rahmawan et al. (2023) orang tua yang menerapkan banyak aturan yang ketat, membuat anak sulit untuk mengekspresikan diri karena terkendala dengan ekspektasi tinggi orang tua. Akibatnya, terdapat penghalang besar untuk komunikasi antara orang tua dan anak, karena anak menjadi pribadi yang tertutup. Sulit bagi anak untuk berdiskusi secara jujur tentang perasaan mereka, mimpi mereka, atau bahkan masalah yang mereka hadapi sehari-hari. Anak merasa orang tua hanya memikirkan aturan-aturan daripada mendengarkan ataupun memahami sudut pandang anak.

Penelitian yang dilakukan oleh Juliawati & Destiwati (2022), dalam penelitian ini orang tua yang menerapkan pola asuh *strict parents* seringkali membanding-bandingkan masalah yang dihadapi anak remajanya dengan orang tuanya, memberikan peraturan yang terlalu ketat, dan terkesan tidak peduli pada anak. Karena hal tersebut, menjadikan remaja akhir tidak percaya diri dalam mengemukakan pendapatnya dan lebih memilih untuk memendam, menyimpan segala keluh kesahnya sendiri dan tidak terbuka dengan orang tuanya.

Remaja yang tidak terbuka dengan orang tuanya, membuat remaja menjadi tidak percaya diri. Ketidakpercayaan diri pada seseorang dapat menghambat proses perkembangan dalam hal bersosialisasi sehingga remaja ragu untuk berpartisipasi

dalam kegiatan sosial. Selain itu dapat menghambat dalam mengeksplorasi potensi yang dimiliki, karena ketidakpercayaan diri ini sering kali membuat remaja merasa ragu untuk mencoba hal-hal baru (Ramadhana 2018).

Terdapat beberapa penelitian lain yang menyimpulkan bahwa pola asuh *strict parents* dapat membentuk perilaku anak remaja. Mengacu pada penelitian yang dilakukan oleh Adeyola et al. (2024), dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa banyak keluarga yang menerapkan pola asuh *strict parents*, yang menyebabkan remaja merasa takut untuk mendekatkan diri dengan keluarganya. Akibatnya, remaja tidak dapat mengeksplorasi identitas dirinya di luar lingkungan keluarga seperti yang dilakukan teman-temannya.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Rohmah & Arifin (2024) yang melibatkan 5 anak sebagai informan untuk diwawancarai. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan pola asuh *strict parents* dapat memberikan dampak yang positif dan dampak yang negatif. Dampak positif dari pola asuh *strict parents* ini dapat meningkatkan kedisiplinan anak, kemandirian, dan juga meningkatkan prestasi akademik. Namun, dampak negatif dari pola asuh *strict parents* ini yaitu, anak merasa tertekan, berkurangnya rasa percaya diri, dan cenderung melawan.

Menurut Daulay et al., (2023) keluarga memegang peran penting dalam menjaga kesehatan fisik, mental, dan sosial remaja. Orang tua berperan sebagai panutan, memberikan dukungan emosional, melindungi, serta membantu remaja melewati fase penting dalam hidup mereka. Pola komunikasi yang baik dalam keluarga dapat melindungi kesehatan mental remaja. Sebaliknya, jika terdapat masalah pada pola komunikasi dalam keluarga bisa menjadi penyebab utama tekanan psikologis yang dialami oleh remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Hasibuan et al. (2024) anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan dengan pola asuh *strict parents* cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri dan harga diri yang rendah, mengalami peningkatan stres dan kecemasan, serta lebih sering menghadapi masalah perilaku dibandingkan dengan anak-anak yang dibesarkan dengan pola asuh yang lebih seimbang.

Penelitian yang dilakukan oleh Aninditasari (2024) pola asuh *strict parents* dapat meningkatkan risiko depresi, stres, serta kecemasan berlebih pada remaja akhir. Kecemasan berlebih yang dialami remaja akhir terjadi karena tuntutan-tuntutan dan harapan yang tinggi dari orang tua dan remaja merasa takut akan mengecewakan orang tua. Remaja akhir juga merasa stres karena mendapatkan hukuman fisik karena remaja bertidak tidak sesuai kemauan dari orang tua.

Menurut Rahmy & Muslimahayati (2021) remaja yang mengalami gangguan kesehatan mental sering kali merasa kesulitan dan bingung, tetapi seiring dengan meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, mereka semakin berani untuk mencari layanan kesehatan mental yang dapat membantu mereka mengatasi permasalahan yang dihadapi. Melalui konseling remaja dapat menemukan ruang aman untuk berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan sehingga mereka tidak lagi merasa sendirian dalam perjuangan mereka. Konseling dapat dilakukan di tempat-tempat yang melayani konseling psikologi, salah satunya layanan kesehatan mental Ruang Teras.

Apabila seorang remaja memiliki pola komunikasi yang sehat, tentu akan membawa banyak dampak yang baik terhadap kehidupan remaja tersebut. Mulai dari kehidupan sosialnya yang lancar, kemampuan mengutarakan pendapat yang baik, serta kesadaran atas apa yang dirasakan dan tau apa yang harus dilakukan. Pernyataan ini didukung oleh pendapat salah satu konselor psikologi di Ruang Teras, beliau menyatakan bahwa:

> *"Nah, kalau komunikasinya bagus, berkemungkinan perlaku anak itu juga baik karena dia mampu mengungkapkan misalnya apa permasalahan yang dia alami, gitu ya. Dan dia tahu bagaimana cara untuk menangani apa yang sedang dia rasakan. Misalnya ketika dia tidak baik-baik saja. Nah, ketika komunikasinya yang sehat atau bagus, gitu ya, dan dia misalnya menceritakan permasalahannya. Atau misalnya seorang remaja ini memiliki permasalahan di sekolahnya. Nah, akhirnya dia menceritakan kepada orang tuanya dan orang tuanya misalnya bisa juga memberikan solusi seperti itu untuk anaknya. ... Intinya tidak miskom. Dia mampu mengungkapkan apa yang mereka rasakan, kayak gitu*"

Dari beberapa penjelasan yang sudah dipaparkan di atas, terdapat permasalahan pola komunikasi keluarga orang tua *strict parents*. Dari berbagai

penjelasan permasalahan di atas, peneliti memiliki ketertarikan untuk meneliti lebih lanjut mengenai perspektif remaja akhir mengenai pola komunikasi keluarga orang tua yang *strict parents* yang mempengaruhi kesehatan mental remaja. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih mendalam tentang permasalahan pola komunikasi keluarga, sekaligus memberikan wawasan bagi para orang tua dan anak dalam menerapkan pola komunikasi yang lebih efektif dan positif agar terjalin hubungan yang baik. Maka dari itu, penulis memilih judul **"PERSPEKTIF REMAJA AKHIR TENTANG POLA KOMUNIKASI *STRICT PARENTS*"**.

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan penulis, maka penulis memfokuskan penelitian ini pada bagaimana pola komunikasi keluarga pada remaja akhir dengan orang tua *strict parents*?

1.3 Pertanyaan Penelitian

Berkaitan dengan fokus penelitian yang telah penulis paparkan, maka pertanyaan yang akan penulis ajukan adalah bagaimana pola komunikasi keluarga pada remaja akhir dengan orang tua *strict parents*?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan dengan pertanyaan penelitian di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pola komunikasi keluarga pada remaja akhir dengan orang tua *strict parents*.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Peneliti berharap dengan penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan bagi para pembaca mengenai pola komunikasi keluarga pada *strict parents*.

1.5.2 Manfaat Praktis

1) Penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pengembangan pengetahuan dan pemahaman mengenai pola komunikasi keluarga pada *strict parents*.
2) Penelitian ini diharapkan mampu memperluas pengetahuan dan wawasan, serta menjadi acuan atau referensi yang relevan untuk penelitian lanjutan, khususnya dengan penelitian yang serupa.