

KOMUNIKASI INTRAPERSONAL PADA REMAJA *BROKEN HOME* DI KOTA BENGKULU DALAM MEMBANGUN *SELF-ESTEEM*

Vesti Fitri Maharani¹, Alfarabi², Neneng C Marlina³

¹²³⁾ Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Bengkulu
e-mail : vestifitrimaharani@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana komunikasi Intrapersonal pada Remaja Broken Home di Kota Bengkulu dalam membangun Self-Esteem. Penelitian ini menggunakan empat tahapan dalam Komunikasi Intrapersonal yaitu sensasi, persepsi, memori, dan berpikir yang merupakan proses berdialog pada diri sendiri dalam menghadapi perceraian kedua orang tua guna meningkatkan kualitas diri atau konsep di dalam kehidupan yaitu Self-Esteem. Penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif. Informan penelitian ditentukan berdasarkan teknik purposive sampling dengan menyesuaikan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja broken home seringkali menggunakan komunikasi intrapersonal sebagai alat untuk mengatasi masa-masa sulit yang mereka hadapi. Self-esteem membantu mereka untuk merasa lebih tenang dan terhindar dari perilaku negatif. Selain itu, komunikasi intrapersonal juga berperan dalam menyadarkan mereka akan pentingnya mempertahankan self-esteem. Hasil wawancara yang mendalam dengan lima informan menunjukkan bahwa komunikasi intrapersonal sangat berperan penting dalam membangun self-esteem sehingga memotivasi remaja broken home untuk menjaga pikiran positif dan menghindari tindakan yang merugikan diri mereka sendiri. Penelitian ini menggambarkan Self-esteem sebagai media evaluasi diri pada remaja broken home, dan juga menyoroti perannya dalam menjaga kesehatan mental mereka. self-esteem membantu remaja untuk mengendalikan emosi mereka, mengarahkan pikiran positif dan menghindari perilaku yang dapat merugikan diri sendiri.

Kata Kunci: *Remaja Broken Home, Komunikasi Intrapersonal, Self-Esteem*

Intrapersonal Communication in Broken Home Adolescents in Bengkulu City in Building Self-Esteem

ABSTRACT

This study aims to determine how intrapersonal communication in Broken Home Adolescents in Bengkulu City builds Self-Esteem. This study uses four stages in Intrapersonal Communication, namely sensation, perception, memory, and thinking which is the process of dialogue with oneself in dealing with the divorce of both parents in order to improve the quality of self of concept in life, namely-Esteem. The study uses a qualitative descriptive method. Research informants are determined based on purposive sampling techniques by adjusting the criteria determined by show that broken home adolescents often use intrapersonal communication as a tool to overcome the difficult times they face. Self-esteem helps them to feel calmer and avoid negative behavior. In addition, intrapersonal communication also plays a role in making them aware of the importance of maintaining self-esteem. The results of in-depth interviews with five informants show that intrapersonal communication plays a very important role in building self-esteem so that it motivates broken home adolescents, and also highlights its role in maintaining their mental health. Self-esteem helps adolescents to control their emotions, direct positive thoughts and avoid behaviors that can harm themselves.

Keywords: *Broken Home Teenagers, Intrapersonal Communication, Self-Esteem*

PENDAHULUAN

Keluarga dikatakan sebagai institusi pertama seseorang untuk mulai melengkapi dirinya dalam bertumbuh. Mempunyai keluarga yang sehat dan bahagia merupakan impian semua orang. Namun, tidak setiap pribadi berhasil mempunyai keluarga yang utuh dan seimbang. Terdapat pula keluarga yang rentan menjadi '*broken home*' ketika terjadi perceraian antara suami dan istri. Fenomena ini terjadi dengan faktor yang sangat bervariasi, tergantung pada kondisi masing-masing keluarga. Idealnya, seorang anak diasuh dalam keluarga utuh yang terdiri dari ayah dan ibu. Namun, kondisi di lapangan memperlihatkan bahwa tidak semua anak menerima penuh kasih sayang orang tua, yang sering disebut sebagai kondisi *broken home*. *Broken home* menggambarkan kondisi keluarga yang kacau akibat hilangnya kepedulian orang tua terhadap anggota keluarga.

Hasil penelitian Loughlin (dalam Yariati, 2023) menunjukkan bahwa anak-anak atau remaja yang menghadapi perceraian orangtuanya biasanya akan mengalami gejala gangguan kesehatan mental jangka pendek, yaitu stres, cemas, dan depresi. Seperti yang dilansir menurut healthmeup.com (dalam Kusumanin grum, 2015), terdapat delapan dampak bagi anak sebagai korban perceraian orangtuanya. Delapan dampak tersebut adalah penurunan akademik, kecenderungan untuk terpengaruh

hal buruk, kualitas kehidupan yang rendah, mengalami pelecehan, obesitas dan gangguan makan, terkena tekanan psikologis, apatis dalam berhubungan, dan melakukan seks bebas.

Dilansir dari laman website (<https://bengkulu.bps.go.id>), data laporan Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan kasus yang telah disidangkan mulai dari tahun 2021 hingga 2022. Terlihat dari data pada Tabel 1.1, terjadi lonjakan kasus perceraian yang terjadi di Kota Bengkulu, dimana total 920 perkara yang tercatat di Pengadilan Agama Bengkulu Kelas IA pada tahun 2021 dengan rincian 682 perkara cerai gugat dan 238 perkara cerai talak. Angka ini meningkat pada tahun 2022 dengan total 1.031 perkara, yang terdiri dari 746 perkara cerai gugat dan 286 perkara cerai talak, serta beberapa perkara masih dalam proses pengadilan. Peningkatan angka perceraian ini menyebabkan semakin banyak anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang kurang lengkap dan tidak harmonis. Akibatnya, semakin banyak pula anak-anak yang menjadi korban *broken home* di Kota Bengkulu.

Broken home juga bisa terjadi pada mereka yang mempunyai keluarga utuh namun mengalami disfungsi sebagai suatu keluarga. Salah satu contoh, yaitu perselingkuhan ibu dan ayah, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), konflik yang terjadi terus menerus, dan sebagainya.

Peran orang tua mempengaruhi bagaimana cara anak memandang sebuah realitas ditambah lagi *broken home* merupakan suatu masalah yang tidak boleh diacuhkan karena berakibat fatal terhadap perkembangan psikologi anak, sehingga komunikasi yang dilakukan pada diri sendiri seorang anak dapat menentukan bagaimana cara mereka menjalani kehidupannya walaupun mengalami *broken home*.

Di dalam komunikasi pada diri sendiri terdapat *self-esteem* yang akan membuat seseorang merasa superioritas, dan saat itu, mereka akan lebih mampu menekan agressivitas agar terhindar dari perilaku antisosial. Jika *self-esteem* rendah, seseorang tidak akan merasa nyaman dan selalu melindungi dirinya sendiri sehingga sangat mudah terpengaruh oleh perilaku yang tidak baik. Tentunya itu berhubungan bagaimana seseorang yang mengalami *broken home* untuk menjaga harga dirinya dalam kehidupan. Apabila anak yang mengalami *broken home* memiliki *self-esteem* tinggi, akan mampu mengatasi masalah-masalah perilaku seperti depresi, kenakalan remaja dan lainnya.

Sebaliknya remaja dengan harga diri tinggi cenderung bersikap positif dalam perilakunya. *Self esteem* diartikan sebagai nilai yang ditempatkan pada diri sendiri. Penilaian diri tersebut didasarkan atas nilai sebagai manusia berdasarkan persetujuan atau penolakan dari diri dan perilaku

(Minchinton, 1995). Sedangkan menurut Coopersmith (2017) *self-esteem* adalah evaluasi yang dibuat individu dan biasanya berhubungan dengan penghargaan terhadap dirinya.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, peneliti tertarik untuk membuat penelitian yang berjudul “Komunikasi Intrapersonal pada Remaja Broken Home di Kota Bengkulu dalam Membangun Self-Esteem”.

METODE PENELITIAN

Objek penelitian ini adalah Remaja *Broken Home* dan *Self Esteem*. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kualitatif untuk mengetahui secara detail mengenai fenomena yang sedang berlangsung dan menggambarkan hasil penelitian dalam bentuk deskripsi atau naratif.

Adapun teknik yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan teknik observasi, wawancara semi terstruktur, dokumentasi, dan studi kepustakaan. Sedangkan untuk menentukan informan menggunakan teknik *purposive sampling*. Dalam menjawab rumusan masalah, digunakan teknik analisis data dengan empat tahapan utama yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Kemudian, untuk menguji keabsahan data digunakan teknik triangulasi sumber dengan membandingkan berbagai sumber data.

PEMBAHASAN

Pada bagian ini peneliti akan menjabarkan bagaimana fenomena Remaja Broken Home di Kota Bengkulu meningkatkan Self-Esteem untuk menjalani kehidupannya. Hasil wawancara yang peneliti temukan mengenai komunikasi intrapersonal yang dilalui Remaja Broken Home di Kota Bengkulu dengan empat tahapan yaitu: sensasi, persepsi, memori, dan berpikir.

Sensasi

Sensasi, adalah kemampuan yang dimiliki manusia untuk mencerap segala hal yang diinformasikan oleh pancaindera. Pada bagian ini peneliti akan diuraikan bagaimana jawaban dari informan proses saat menangkap stimuli. Perilaku informan NK, NAG, AD, MA, dan TS didapati bahwa setiap dari mereka mampu untuk memahami apa yang sebenarnya terjadi saat kedua orang tua mereka bercerai, namun memiliki respons yang berbeda-beda. NK mengalami sensasi saat menerima informasi bahwa ayahnya harus keluar kota untuk pekerjaan yang lebih memumpuni untuk ekonomi yang lebih baik, disaat yang bersamaan NK juga merasakan kesedihan, gelisah, dan perasaan yang cukup aneh karena NK juga menyadari mungkin dia terlalu dini untuk mengetahui hal-hal yang diluar pemahamannya.

NAG mengalami sensasi yang lebih signifikan dibandingkan NK, ada sensasi penolakan saat mengetahui kedua

orangtuanya bercerai, timbul pertanyaan-pertanyaan kenapa ayahnya tega untuk mendua dengan ibunya. Ditambah lagi sensasi sedih saat melihat adik-adik dari NAG terus mencari keberadaan ayahnya

AD mengalami sensasi sedih yang tidak terlalu mendalam dikarenakan penanaman nilai yang AD dapatkan dari kedua orang tuanya tentang fokus pada pendidikan. Kesedihan yang dialami oleh AD ditutupi dengan prestasi yang harus ia capai agar tidak adanya pandangan latar belakang soal sebagai anak dari broken home yang banyak masalah. AD sejak kecil diberikan penanaman nilai moral yang cukup baik dengan adanya anggapan bahwa kedua orang tuanya tidak gagal menjadi orang tua, tetapi hanya gagal menjadi pasangan suami istri, sehingga AD tidak menganggap bahwa keluarganya itu gagal secara mutlak.

Persepsi

AD mengalami sensasi sedih yang tidak terlalu mendalam dikarenakan penanaman nilai yang AD dapatkan dari kedua orang tuanya tentang fokus pada pendidikan. Kesedihan yang dialami oleh AD ditutupi dengan prestasi yang harus ia capai agar tidak adanya pandangan latar belakang soal sebagai anak dari broken home yang banyak masalah. AD sejak kecil diberikan penanaman nilai moral yang cukup baik dengan adanya anggapan bahwa kedua orang tuanya tidak gagal menjadi orang tua, tetapi hanya gagal menjadi pasangan suami istri,

sehingga AD tidak menganggap bahwa keluarganya itu gagal secara mutlak.

MA beranggapan tentang perceraian kedua orangtuanya adalah hal yang tidak bijak, tetapi ia tidak bisa melakukan apa-apa. Dengan adanya kejadian itu MA memiliki cara pandang mengenai keluarga adalah hal yang sangat krusial, sehingga MA tidak mau mengalami perceraian apabila sudah memutuskan untuk menikah nantinya.

Berbeda dengan MA, TS beranggapan keluarga tetap bisa dibentuk walaupun tidak sedarah. Kedua perbedaan cara pandang ini didasari dengan adanya pola asuh dan penanaman nilai dari kedua orang tua. Orang tua di sini sangat berperan penting tentang bagaimana anak berpikir nantinya.

Memori

Memori adalah stimuli yang telah diberi makna, direkam, dan kemudian disimpan dalam otak manusia. Dalam komunikasi intrapersonal, memori memegang peran yang sangat penting untuk mempengaruhi persepsi dan berpikir. Memori, atau ingatan yang dialami oleh NK, NAG, dan AD pasca perceraian kedua orang tuanya adalah seperti bahan evaluasi terhadap diri mereka sendiri NK memiliki ingatan betapa sulitnya menjadi orang tua tunggal untuk ibunya. NK membuatnya berpikir untuk tidak terburu-buru menikah setelah lulus kuliah nanti. Sedangkan NAG menganggap ingatan-ingatan pasca orang tuanya bercerai memberi

pemahaman baru bagaimana adanya bisa terjadi kenakalan remaja yang dialami oleh anak *broken home*.

Berbeda dengan AD yang sebagai pria memiliki ambisi untuk menjadi sukses atas apa yang dialami. Adanya perasaan untuk terus introspeksi diri agar mempertahankan pernikahannya nanti. Dalam hal ini AD juga termotivasi untuk tidak membuat pasangannya menangis seperti yang dialami kedua orang tuanya. AD tetap meyakini atas apa yang dialami kedua orang tuanya adalah orang tua yang terbaik untuk AD yang bisa terus berkembang, terlepas dari apa yang orang tuanya alami.

Berpikir

Berpikir di sini diartikan sebagai kegiatan yang dilakukan untuk memahami realitas dalam rangka mengambil keputusan. Dalam hal ini adalah keputusan-keputusan yang diambil narasumber untuk menjalani kehidupan pasca perceraian orang tua. Di tahap akhir dalam komunikasi intrapersonal setelah melewati proses sensasi, persepsi, dan memori. Maka berpikir membuat hasil akhir untuk mengambil keputusan. Di dalam penelitian ini berpikirlah yang menentukan bagaimana NK, NAG, dan AD mengambil keputusan pasca perceraian kedua orang mereka.

NK tumbuh menjadi pribadi yang merelakan dan terus belajar untuk dirinya sendiri. NK menyadari masalah di dalam kehidupan pasti akan selalu ada maka apabila

ada hal-hal yang tidak sesuai dengan keinginan NK tidak dijadikan masalah besar. Peran ibu NK dalam konsep berpikir menjadi doktrin yang kuat, sehingga membuat NK menjadi pribadi yang tidak gampang goyah terhadap pendiriannya

NAG sejenak terjerumus ke dalam kenakalan remaja seperti merokok, membuang waktu secara percuma dengan berkeliaran saat malam. NAG menyadari betapa lingkungan pertemanan itu sangat berpengaruh, sampai akhirnya mendapati teguran dari temannya yang lain untuk tidak terjerumus lebih dalam. Dengan pengalamannya itu NAG lebih berhati-hati tentang pergaulan anak remaja. Kekhawatiran pun bertambah karena NAG memiliki dua orang adik sehingga NAG tidak mau menjadi contoh yang buruk untuk adik-adiknya.

Dalam kasus AD, peran orang tuanya tidak berkurang sama sekali. Walaupun AD tetap mengalami kesedihan terhadap perceraian kedua orangtuanya, tetapi hal itu juga yang membuat AD menjadi pribadi yang memahami realitas bahwa ia hanya akan fokus terhadap hal yang bisa ia kendalikan

Self Esteem Remaja Broken Home

Self-esteem ini disebut juga penilaian diri, penghargaan diri, dan kebanggaan. Dalam penelitian ini, peneliti melihat hubungan antara komunikasi intrapersonal dalam meningkatkan harga diri remaja

broken home di Kota Bengkulu. Pada dasarnya self-esteem adalah cara seseorang menghargai dirinya sendiri. Perkembangan setiap informan dalam melakukan komunikasi intrapersonal untuk membangun self-esteem yang baik terlihat adanya perbedaan cara dalam menerima dan meregulasi keadaan diri sendiri. Hal itu dapat disebabkan antara lain seperti, perbedaan alasan broken home, masalah finansial, dan memang tidak adanya kecocokan lagi di dalam rumah tangganya.

Hasil dari penelitian yang dilakukan, remaja yang mengalami broken home di Kota Bengkulu mampu membangun self-esteem setelah melewati komunikasi intrapersonal melalui empat tahap yaitu: sensasi, persepsi, memori dan berpikir. Hal itu pun dibantu dengan adanya faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi komunikasi intrapersonal para remaja broken home di Kota Bengkulu ialah kemampuan remaja dalam mengatur kondisi emosi serta dorongan dorongan yang muncul akibat kondisi keluarga yang broken home. Faktor ini juga yang membuat kemampuan kognitifnya yang mulai matang sehingga para remaja yang mengalami broken home mampu menganalisis penyebab masalah yang menjadi latar belakang permasalahan keluarganya serta kemampuan menganalisis kehidupannya secara menyeluruh

KESIMPULAN

Penelitian mengenai komunikasi intrapersonal pada remaja broken home di Kota Bengkulu dalam membangun self esteem, mendapatkan hasil adanya empat tahapan dalam proses komunikasi intrapersonal. Pertama, tahapan sensasi merupakan stimulus internal terjadi pada dirinya sendiri Ketika remaja merasakan emosi pasca perceraian orang tua. Stimulus eksternal terjadi dalam proses komunikasi keluarga. Dilanjutkan dengan persepsi, cara pandang remaja terhadap kehidupan dan terakhir berpikir bagaimana remaja broken home memahami realitas bahwa tentang kehidupan, sehingga menjani kehidupan dengan sebaik-baiknya. Tahap ketiga yaitu memori yang terkait dengan ingatan setelah perceraian kedua orang tua ketika berkomunikasi dengan diri sendiri dalam berdoa, bersyukur dan mengevaluasi diri. Dengan melewati empat tahapan itu terbentuk konsep diri dengan sikap positif serta kepasrahan untuk meningkatkan self-esteem menjalani hidup dengan prinsip diri yang kuat terlepas dari keluarga broken home dan masalah yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

Alfaruqy, Muhammad Zulfa, S. Psi., M.A. (2020) Buku Ajar Psikologi Komunikasi. Sidoarjo: Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Fisher B.A. (2019) *Perspective on Human Communication*. New York: Macmillan Publishing Co.

Milles and Huberman. (2020) *Qualitative Data Analysis A Methods Sourcebook Edition 3*. Amerika Serikat: Arizona State University

Jhonson. (2019) D.W. *Reaching Out. Interpersonal Effectiveness and SelfActualization*. Kanada: Universitas Ottawa.

Amorisa Wiratri, *Menilik Ulang Arti Keluarga Pada Masyarakat Indonesia (Revisiting the Concept of Family in Indonesian Society)*, (*Jurnal Kependudukan Indonesia*, 13.1, 2018).

Laili. (2023) “Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Moivasi Belajar Anak”. Kudus: Universitas Muria Kudus.

Muttaqin, Imron. (2019) “Analisis Faktor Penyebab Dan Dampak Keluarga Broken Home”. Pontianak: Institut Agama Islam Negeri.

Rahmat. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*. (2019) “Model Pengukuran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Di Perguruan Tinggi Islam”. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.

Rahmiana. (2022) “Komunikasi Intrapersonal dalam Komunikasi Islam”, *Jurnal Peurawi Media Kajian Komunikasi Islam*. Aceh: Universitas Islam Negeri. Ar-Raniry.

Sigiro, Joy Sandra. (2022) “Dampak Keluarga Broken Home pada Kondisi Mental Anak” *Prosiding Seminar Nasional Ilmu*

Ilmu Sosial (SNIIS). Surabaya: Universitas
Negeri Surabaya.