

PENGARUH KOMUNIKASI ORANG TERHADAP KESEHATAN MENTAL ANAK

ABSTRAK

Komunikasi dilakukan pertama kali di dalam keluarga, khususnya komunikasi antara orang tua dengan anak. Penelitian ini membahas pengaruh komunikasi antara orang tua dengan anak yang mempengaruhi kesehatan mental seorang anak. Melihat banyaknya kasus tentang kesehatan mental, maka penelitian ini bertujuan untuk meneliti dan mengamati apa saja pengaruh komunikasi orang tua bagi kesehatan mental anak. Pengaruh komunikasi antara orang tua dan anak membutuhkan hubungan yang kuat serta melibatkan orang tua sebagai komponen penting dalam mempengaruhi perkembangan anak. Kemudian dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa pola komunikasi terdiri dari pola otoriter, permisif, dan demokratis.

Kata kunci: komunikasi, mental, hubungan.

PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam lingkup keluarga antara orang tua dan anak. Pola komunikasi keluarga sangat berpengaruh dalam perkembangan anak, karena cara orang tua berkomunikasi dan berinteraksi dengan anak dapat mempengaruhi kesehatan mental anak. Dr. Diana Setiyawati M.HSc, Direktur Center for Public Mental Health (CPMH) Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada (UGM) menjelaskan bahwa fungsi komunikasi yang beragam akan memberikan dampak positif pada anak jika digunakan dengan baik. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memperhatikan pola komunikasi dan interaksi yang terbentuk dalam keluarga agar dapat membantu membentuk kesehatan mental yang baik pada anak.

Cara orang tua mengelola emosi anak sangat dipengaruhi oleh pola komunikasi yang diterapkan. Oleh karena itu, sangat penting bagi orang tua untuk memiliki pola asuh yang baik dalam mendidik dan membimbing anaknya. Komunikasi yang terjalin antara orang tua dan anak dapat membantu anak mengenali dirinya sendiri serta memahami perasaannya. Perlakuan orang tua terhadap anak akan memberikan pengaruh yang signifikan pada perkembangan emosi anak dan juga membentuk kepribadiannya. Oleh karena itu, orang tua

harus menjadi contoh yang baik bagi anak dalam hal pengelolaan emosi dan pola komunikasi yang sehat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak dari pola komunikasi yang terjalin antara orang tua dan anak. Pola komunikasi yang berbeda akan memberikan dampak yang berbeda pula pada pertumbuhan mental anak. Penting bagi pola komunikasi yang digunakan antara orang tua dan anak untuk memberikan dampak positif agar anak dapat tumbuh dengan kesehatan mental yang baik. Sebaliknya, jika pola komunikasi yang diterapkan memberikan dampak buruk, maka kesehatan mental anak akan terganggu. Oleh karena itu, orang tua harus memperhatikan pola komunikasi yang terjalin dengan anak agar dapat membantu membentuk kesehatan mental yang baik pada anak.

DASAR TEORI

2.1 Pengertian Komunikasi

Komunikasi adalah pengiriman dan penerimaan pesan atau berita antara dua orang atau lebih sehingga pesan yang dimaksud dapat dipahami. Kata komunikasi berasal dari bahasa latin, *communicatus*, artinya berbagi atau menjadi milik bersama - mengacu pada upaya yang bertujuan untuk mencapai kebersamaan. Seperti yang ditunjukkan oleh Webster's New Collogiate Dictionary, komunikasi adalah jalur pertukaran informasi antara orang-orang melalui pengaturan gambar, tanda atau perilaku. Berikut pengertian komunikasi oleh para ahli:

1. **Bernard Berelson dan Gary A. Steiner:** Komunikasi: transmisi informasi, gagasan, emosi, keterampilan, dan sebagainya, dengan menggunakan simbol-simbol, kata-kata, gambar, figur, grafik, dan sebagainya. Tindakan atau proses transmisi itulah yang biasanya disebut komunikasi.
2. **Theodore M. Newcomb:** Setiap tindakan komunikasi dipandang sebagai suatu transmisi informasi terdiri dari rangsangan yang diskriminatif, dari sumber kepada penerima.
3. **Carl I. Hovland:** Komunikasi adalah proses yang memungkinkan seseorang (komunikator) menyampaikan rangsangan (biasanya lambanglambang verbal) untuk mengubah perilaku orang lain (komunikate).
4. **Gerald R. Miller:** Komunikasi terjadi ketika suatu sumber menyampaikan suatu pesan kepada penerima dengan niat yang disadari untuk memengaruhi perilaku penerima.

5. **Everett M. Roger:** Komunikasi adalah proses di mana suatu ide dialihkan dari sumber kepada suatu penerima atau lebih, dengan maksud untuk mengubah tingkah laku mereka.
6. **Raymond S. Ross:** Komunikasi (intensional) adalah suatu proses menyortir, memilih, dan mengirimkan simbol-simbol sedemikian rupa sehingga membantu pendengar membangkitkan makna atau respons pikirannya yang serupa dengan yang dimaksud komunikator.

2.2 Komunikasi interpersonal

Komunikasi interpersonal bisa disebut dengan komunikasi dua orang. Komunikasi dua orang atau antarpribadi menempati posisi sangat penting. Bentuk komunikasi interpersonal di antaranya adalah komunikasi antara orang tua dengan anaknya, komunikasi antara suami dan istri, komunikasi dengan tetangga, komunikasi antara guru dengan murid, komunikasi antara konselor dengan kliennya, komunikasi antara dokter dengan pasiennya, komunikasi seseorang dengan temannya (Harjani, 2017).

Komunikasi interpersonal adalah sebuah komunikasi atau proses pertukaran informasi, ide, pendapat, dan perasaan yang terjadi antara dua orang atau lebih dan biasanya tidak diatur secara formal. Sebenarnya komunikasi interpersonal bisa terjadi dimana saja seperti ketika menonton film, belajar, dan bekerja. Komunikasi interpersonal juga bisa disebut sebagai komunikasi antarpribadi. Efektivitas antarpribadi ditentukan oleh seberapa jelas pesan yang disampaikan.

Dalam komunikasi ini memerlukan adanya hubungan timbal balik antara penyampai pesan dan penerimanya yaitu komunikator dan komunikan. Komunikasi Interpersonal (interpersonal communication) juga bisa dikatakan sebagai komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik verbal maupun non verbal. Setelah melalui proses interpersonal tersebut, maka pesan-pesan disampaikan kepada orang lain, proses pertukaran informasi antara seseorang dengan seseorang lainnya atau biasanya di antara dua orang yang dapat langsung diketahui balikkannya.

Hubungan interpersonal harus ditumbuhkan dan ditingkatkan dengan memperbaiki hubungan dan kerjasama antara berbagai pihak. Pentingnya suatu komunikasi interpersonal berlangsung secara dialogis yang menunjukkan terjadinya interaksi, seseorang yang terlibat dalam komunikasi

bentuk ini berfungsi ganda, masing–masing menjadi pembicara dan pendengar secara bergantian. Dalam proses komunikasi dialogis nampak adanya upaya dari para pelaku komunikasi untuk terjadinya pergantian bersama (mutual understanding) dan empati. Proses ini terjadi rasa saling menghormati bukan disebabkan status sosial melainkan didasarkan pada anggapan bahwa masing–masing adalah manusia yang berhak dan wajib, pantas dan wajar dihargai dan dihormati sebagai manusia.

Komunikasi interpersonal dibandingkan dengan komunikasi lainnya, dinilai paling ampuh dalam kegiatan mengubah sikap, kepercayaan, opini dan perilaku komunikan. Alasannya karena komunikasi ini berlangsung tatap muka, oleh karena dengan komunikasi itu terjadilah kontak pribadi (personal contact). Ketika menyampaikan pesan umpan balik berlangsung seketika (immediate feedback) mengetahui pada saat itu tanggapan komunikan terhadap pesan yang dilontarkan pada ekspresi wajah dan gaya bicara. Tujuan komunikasi interpersonal salah satunya adalah untuk memberikan perhatian kepada orang lain, seperti menyapa, tersenyum, melambaikan tangan, membungkuk badan, menanyakan kabar kesehatan lawan komunikasinya dan sebagainya (Rizky & Moulita, 2017: 210).

2.2.1 Bentuk komunikasi

Komunikasi merupakan dasar dari seluruh interaksi manusia. Karena tanpa komunikasi, interaksi antarmanusia baik secara perorangan kelompok, maupun organisasi tidak mungkin terjadi. Sebagian besar interaksi antarmanusia berlangsung dalam situasi komunikasi antarpribadi.¹⁶ Manusia tidak pernah terlepas dari kegiatan berkomunikasi dan komunikasi yang terjadi di masyarakat diawali dalam sebuah kelompok kecil yaitu keluarga. Kedekatan hubungan pihak-pihak yang berkomunikasi akan tercermin pada jenis-jenis pesan atau respons non verbal mereka, seperti sentuhan, tatapan mata yang ekspresif, dan jarak fisik yang sangat dekat. Meskipun setiap orang dalam komunikasi interpersonal bebas mengubah topik pembicaraan, namun kenyataannya komunikasi interpersonal bisa saja didominasi oleh suatu pihak (Mulyana, 2010: 81).

2.2.2 Gaya Komunikasi Orang tua dan Anak

Secara spesifik, gaya komunikasi merupakan suatu kekhasan yang dimiliki setiap orang. Perbedaan yang bisa dilihat dalam gaya komunikasi dari masing-masing orang antara lain pada model dalam berkomunikasi, tata

cara berkomunikasi, cara berekspresi serta tanggapan yang diberikan atau ditunjukkan pada saat berkomunikasi.

Ada tiga jenis gaya komunikasi yang digunakan orang tua kepada anaknya, yaitu: gaya asertif, non asertif dan agresif.

1. Gaya Asertif

Gaya ini memiliki ciri mampu mengekspresikan perasaan dan harga diri berdasarkan pikiran yang etis. Pikiran yang etis adalah pikiran yang menghargai dan menganggap bahwa melanggar hak asasi orang lain adalah tidak benar. Sehingga dalam mengekspresikan diri dengan memberi perhatian, martabat dan rasa hormat.

2. Gaya Non Asertif

Gaya ini merupakan lawan dari gaya asertif dan bisa dikatakan negatif bagi perkembangan hubungan interpersonal. Gaya non asertif lebih menunjukkan pada perasaan takut dan bimbang, meningkari diri, serta lebih memberikan keuntungan pada orang lain.

3. Gaya Agresif

Gaya ini menyatakan perasaan dan harga diri dengan berjuang untuk memperoleh keuntungan dari orang lain dengan cara yang tidak adil atau berbuat curang. Gaya ini berusaha mendominasi dalam interaksi dengan orang lain baik verbal maupun non verbal. Gaya ini sangat tidak efektif karena ada pemaksaan hak orang lain.

2.2.3 Komunikasi interpersonal Orang tua dan anak

Setiap individu pertama kali mulai melakukan komunikasi adalah dengan keluarga. Keluarga khususnya orang tua memainkan peranan yang penting dalam membentuk kepribadian dan tingkah laku seorang anak. Komunikasi yang efektif antara orangtua dan remaja sangat penting untuk membantu remaja dalam menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi dalam dirinya. Melalui kata-kata, isyarat-isyarat, ekspresi, suara dan tindakan yang muncul saat berlangsung proses komunikasi dalam keluarga mengandung maksud pengajaran, mempengaruhi dan memberikan pengertian. Komunikasi yang baik akan tercipta pola asuh yang baik. keberhasilan dalam mendidik anak apabila anak dididik dengan cinta dan kasih sayang dengan memposisikan anak sebagai subjek yang harus dibina,

dididik, dibimbing dan diasuh dengan baik. Menurut Effendy (dalam Liliweri, 1997: 12) komunikasi antarpribadi yang terjalin secara terus menerus dianggap efektif untuk mengubah sikap, pendapat atau perilaku manusia.

2.3 Peran komunikasi Orang tua

Komunikasi orang tua memainkan peran penting dalam pendidikan, terutama dalam membentuk kepribadian anak-anak. Peran orang tua pendidikan anak-anak mereka tidak hanya terbatas pada penyediaan sumber daya materi yang dibutuhkan untuk membayar biaya pendidikan. Orang tua juga harus menambah dan terus memperbarui pengetahuan mereka secara terus menerus. Kunci lain untuk memperkuat pendidikan adalah dengan menyediakan lingkungan yang sehat, harmonis, dan aman untuk pertumbuhan anak-anak mereka. Dalam kehidupan modern sekarang ini terlihat ada nya orang tua yang begitu memperhatikan perannya masing masing salah satunya dengan meningkatkan pendidikan dan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK).

2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Peran Komunikasi Orang Tua terhadap Kesehatan Mental Anak.

Menurut Lunandi (1994: 35) faktor-faktor yang mempengaruhi komunikasi dalam keluarga adalah sebagai berikut:

a. Citra diri

Manusia belajar menciptakan citra diri melalui hubungan dengan orang lain di lingkungan. Melalui komunikasi dengan orang lain seseorang akan mengetahui apakah dirinya dibenci, dicinta, dihormati, diremehkan, dihargai atau direndahkan.

b. Lingkungan fisik

Perbedaan tempat akan mempengaruhi pola komunikasi yang dilakukan cara untuk menyampaikan pesan, isi, informasi disesuaikan dengan tempat dimana komunikasi itu dilakukan karena setiap tempat mempunyai aturan, norma atau nilai-nilai sendiri.

c. Lingkungan sosial

Penting untuk dipahami, sehingga pihak-pihak yang terlibat dalam

komunikasi dalam keluarga memiliki kepekaan terhadap lingkungan sosial. Lingkungan sosial dapat berupa lingkungan masyarakat, lingkungan kerja, dan lingkungan keluarga.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan merupakan studi pustaka dengan pendekatan deskriptif. Metode yang digunakan adalah dengan mencari data dari berbagai sumber yang relevan dengan topik mengenai pengaruh komunikasi orang tua terhadap kesehatan mental anak, seperti buku, dokumen, dan jurnal. Selanjutnya, data yang diperoleh akan dianalisis melalui tahapan membandingkan dan mencocokkan isinya, serta mengolah hasil yang didapatkan. Hal ini bertujuan untuk memperoleh informasi yang akurat dan valid terkait pengaruh komunikasi orang tua terhadap kesehatan mental anak.