

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sebagai makhluk sosial, komunikasi merupakan hal paling fundamental dan tidak terpisahkan dalam kehidupan manusia. Komunikasi merupakan fondasi utama yang mendukung dan memungkinkan terjadinya interaksi sosial antar satu individu dengan individu lainnya. Tidak hanya sebagai sarana untuk bertukar informasi, komunikasi juga berfungsi sebagai sarana edukasi, hiburan bahkan persuasi, yang mungkin seseorang untuk mempengaruhi pikiran dan tindakan orang lain. Namun, kesuksesan komunikasi tidak hanya bergantung pada kemampuan berbicara dengan orang lain, tetapi dimulai dari pemahaman akan diri sendiri.

Pada dasarnya, setiap pesan yang akan dikomunikasikan bermula dari diri seseorang, kemudian setelah melalui proses intrapersonal yang melibatkan tahapan sensasi, persepsi, memori, dan berpikir, pesan-pesan disampaikan kepada orang lain (Rakhmat, 2018; Tatang, 2016). Dalam kesehariannya, sadar ataupun tidak sadar, manusia kerap melakukan komunikasi intrapersonal seperti berfikir, merenung atau refleksi diri, memotivasi diri melalui afirmasi positif, berimajinasi, berdoa/meditasi, menulis, serta berdialog dengan diri sendiri atau *self-talk* untuk meregulasi emosi dan menumbuhkan kesadaran diri (Drew, 2023; Yani, 2018; Harahap & Agustina, 2019). Dengan mengenali kelebihan dan kelemahan pribadi melalui komunikasi intrapersonal, seseorang dapat menerima dirinya, mampu membuat keputusan yang lebih baik, meregulasi emosi, memantapkan tujuan hidup, dan mengembangkan kreativitas serta menciptakan hal-hal yang baru (Rakhmat, 2018).

Menurut Natoadmodjo (2005), komunikasi intrapersonal menjadi penting ketika berada dalam situasi yang rumit. Oleh karena itu, seseorang cenderung melakukan komunikasi intrapersonal ketika dirinya sedang berhadapan dengan suatu masalah. Menurutnya, berkomunikasi dengan diri sendiri dapat membantu seseorang memikirkan, mencari dan menemukan jalan keluar atas setiap permasalahan yang dihadapi (Ardina, 2022).

Selanjutnya, proses penerimaan, pengolahan, penyimpanan dan menghasilkan kembali sebuah informasi yang terjadi dalam diri seorang individu berupa dialog atau diskusi dengan diri sendiri juga berperan penting dalam memandu konsep diri atau kemampuan kognitif dan afektif seorang individu dalam melihat, merasa, menilai dan mengevaluasi dirinya sendiri. Sebagaimana dijelaskan Tatang dalam bukunya *Dinamika Komunikasi*, semakin seseorang memahami dirinya semakin baik dan positif pula konsep diri yang dimilikinya (Tatang, 2016). Begitu pula sebaliknya, rendahnya pemahaman dan kesadaran yang dimiliki seorang individu akan dirinya membuat individu tersebut melihat, merasa dan menilai dirinya dengan buruk.

Menurut Argheni, konsep diri merupakan cara seseorang memandang dan menilai dirinya sebagai seorang individu. Konsep diri merupakan penilaian atau evaluasi akan diri sendiri secara menyeluruh dan konsisten (Argaheni, 2022). Charles Horton Cooley dalam (Bicego, 2024) menyebut konsep diri manusia sebagai *The Looking Glass Self*. Menurutnya, konsep diri seseorang ibarat melihat cermin. Ketika seseorang melihat bayangannya di cermin, apa yang ia lihat bukan hanya sekadar pantulan fisiknya saja. Melainkan sangat dipengaruhi oleh kombinasi dari persepsi internal dan bagaimana mereka berpikir orang lain melihat mereka. Selain

itu, Cooley juga menekankan bahwa tidak semua umpan balik dari orang lain langsung diterima dan memiliki intensitas sensasi dan efek yang sama antara satu dengan lainnya. Seorang individu cenderung lebih memperhatikan tanggapan dari orang-orang terdekat yang mereka percayai dan anggap penting seperti *significant others*, daripada tanggapan orang lain yang tidak dikenalnya.

Sebagai *significant others*, keluarga memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap pembentukan konsep diri seseorang. Karena keluarga, terutama orang tua seharusnya menjadi acuan serta panutan bagi seorang individu dalam proses pencarian jati diri dan pembentukan konsep dirinya. Sebab senyuman, pujian, penghargaan, dan pelukan dari mereka menyebabkan individu tersebut menilai dirinya secara positif, sedangkan ejekan, dan hardikan mereka dapat membuat individu tersebut memandang dirinya secara negatif, Mead dalam (Rakhmat, 2018).

Sebagian individu mungkin beruntung karena dilahirkan dalam lingkungan keluarga yang penuh pengertian, penghargaan, penerimaan dan kasih sayang (Olfah, 2020). Sementara itu, sebagian besar lainnya memiliki keluarga yang acuh, kurang menghargai, sulit menerima serta jarang menunjukkan kehangatan dan kasih sayang. Mead dalam (Rakhmat, 2018) juga mengungkapkan bahwa untuk seorang anak berkembang dengan baik, ia membutuhkan lingkungan keluarga yang memberikan transparansi atau keterbukaan, penerimaan dan empati.

Sementara itu, Willis mendefinisikan keluarga yang mengalami keretakan, sebab hilangnya perhatian atau kurangnya kasih sayang dari orang tua, baik disebabkan oleh perceraian yang mengakibatkan seorang anak hanya tinggal bersama satu orangtua kandung, ataupun karena hilangnya keharmonisan dan kehangatan dalam keluarga sebagai keluarga *broken home* (Willis, 2021). Hurlock

(dalam Chotijah, 2023) menyebut bahwa individu yang lahir dan tumbuh dengan kondisi keluarga yang *broken home* lebih rentan mengalami masalah kesehatan mental seperti stres, depresi, dan kecemasan. Mereka juga sering merasa tidak aman dan rendah diri karena merasa ditolak oleh keluarganya. Secara keseluruhan, ini mempengaruhi cara mereka memandang, merasa dan menilai diri mereka sendiri, serta kemampuan adaptasi mereka di lingkungan sosialnya.

Selanjutnya, mahasiswa merupakan sekelompok orang dengan rentan usia 18-25 tahun dan sedang berada dalam sebuah fase transisi antara remaja akhir menuju fase dewasa awal, atau fase dimana seorang individu mengokohkan prinsip-prinsip hidupnya. Mahasiswa merupakan sekelompok orang yang mendapatkan status kemahasiswaannya melalui ikatan yang dimilikinya dengan sebuah perguruan tinggi (Hafizuddin & Ibrahim, 2019). Dalam kajian ini, perguruan tinggi tersebut merupakan Universitas Malikussaleh (Unimal).

Adapun fenomena sosial yang peneliti amati terlihat pada beberapa mahasiswa/i di Unimal terutama di Kampus Bukit Indah antara lain adalah kecenderungan mereka menggunakan komunikasi intrapersonal seperti menyendiri dan merenung, menghela nafas sambil berbicara dengan diri sendiri, menonton dan berbagi video motivasi diri dsb. Setelah peneliti lakukan observasi awal, peneliti mengamati bahwa banyak diantara mahasiswa/i tersebut ternyata berasal dari keluarga *broken home*. Maka dari itu, peneliti tertarik dan menilai penting untuk meneliti bagaimana komunikasi intrapersonal mahasiswa/i *broken home* di Unimal dalam membangun konsep dirinya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dideskripsikan sebelumnya, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut.:

1. Bagaimanakah proses komunikasi intrapersonal mahasiswa/i *broken home* di Universitas Malikussaleh angkatan 2020?.
2. Bagaimanakah bentuk komunikasi intrapersonal mahasiswa/i *broken home* di Universitas Malikussaleh angkatan 2020 sebagai upaya dalam membangun konsep diri mereka?.

1.3 Fokus Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, adapun yang menjadi fokus pada penelitian ini yakni sebagai berikut:

1. Proses komunikasi intrapersonal mahasiswa/i *broken home* di Universitas Malikussaleh angkatan 2020.
2. Bentuk komunikasi intrapersonal mahasiswa/i *broken home* di Universitas Malikussaleh angkatan 2020 sebagai upaya dalam membangun konsep diri.

1.4 Tujuan Penelitian

Sejalan dengan Rumusan masalah, tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Memahami dan mendeskripsikan proses komunikasi intrapersonal mahasiswa/i *broken home* di Universitas Malikussaleh angkatan 2020.
2. Memahami dan mendeskripsikan bentuk komunikasi intrapersonal mahasiswa/i *broken home* di Universitas Malikussaleh angkatan 2020 sebagai upaya dalam membentuk dan membangun konsep diri.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Praktis

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis sebagai berikut :

1. Mengidentifikasi dan mendeskripsikan bagaimana proses komunikasi intrapersonal mahasiswa/i *broken broken home* di Universitas Malikussaleh?.
2. Mengidentifikasi dan mendeskripsikan bentuk komunikasi intrapersonal mahasiswa *broken home* di Universitas Malikussaleh sebagai upaya dalam membangun, mempertahankan, dan mengelola konsep diri yang lebih positif dan resilien.
3. Mengidentifikasi peran komunikasi intrapersonal bagi mahasiswa/i *broken home* dalam membangun, mempertahankan, dan mengelola konsep diri yang positif di tengah terpaan penilain eksternal yang negatif dan kurangnya dukungan emosional dari orang-orang terdekat.

1.5.2 Manfaat Teoritis

Dalam segi teoritis, penelitian ini memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Berkontribusi pada literatur akademik dengan menyediakan data empiris dan temuan yang dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian lanjutan dalam bidang psikologi-komunikasi.
2. Berkontribusi pada pengembangan teori-teori komunikasi intrapersonal.
3. Mengisi kesenjangan pengetahuan dengan menyediakan wawasan baru terkait faktor-faktor yang mungkin mempengaruhi komunikasi intrapersonal dan konsep diri.

