



PERAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL ANTARA ORANG TUA DAN ANAK DALAM MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI PADA ANAK USIA REMAJA

THE ROLE OF INTERPERSONAL COMMUNICATION BETWEEN PARENTS AND CHILDREN TO DEVELOP SELF-CONFIDENCE OF TEENAGERS

Hira Imandari*¹, Yuliana Rakhmawati²

^{1,2} Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura, Indonesia

Article Information

Submitted 20 February, 2025

Revision 15 March, 2025

Accepted 01 May, 2025

Published 02 May, 2025

ABSTRACT

Interpersonal communication in the parent-child relationship plays a significant role in fostering the emotional closeness and support necessary for the child's character development in the future. In the challenging phase of teenagers, children need a great deal of motivation and affection from closest people around them, especially their parents. Good verbal and non verbal communication from parents has a substantial impact on the child's self confidence. Based on Albert Bandura's self-efficacy theory, self-confidence is not only related to general abilities, but also to beliefs in more specific contexts. This research reveals that parents who practice effective communication, such as providing praise and support can help children feel accepted and enhance their self-esteem. In this research, the method used is qualitative with a phenomenological approach and literature review of previous research study. The results show that children who grow up in communicative family environments tend to have better self-confidence, while lack of communication can lead to psychological problems such as feelings of inferiority and excessive anxiety. This research encourages parents to become more aware of the importance of fostering communication to support their children's growth and development, especially during the crucial teenager years.

Keywords: *Interpersonal Communication; Teenagers; Parental Role; Self-Confidence*

Komunikasi interpersonal dalam hubungan orang tua dan anak memiliki peran yang besar untuk membangun kedekatan emosional dan dukungan yang diperlukan untuk perkembangan karakter anak di masa depan. Dalam fase remaja yang penuh tantangan, anak membutuhkan banyak motivasi dan afeksi dari orang terdekat, khususnya orang tua. Komunikasi verbal dan non verbal yang baik oleh orang tua memberikan pengaruh yang besar terhadap kepercayaan diri pada anak. Berdasarkan teori self-efficacy dari Albert Bandura, kepercayaan diri tidak hanya terkait dengan kemampuan umum, tetapi juga dengan keyakinan dalam konteks yang lebih spesifik. Penelitian ini mengungkapkan bahwa orang tua yang menerapkan komunikasi yang baik, seperti memberikan pujian dan dukungan dapat membantu anak merasa diterima dan meningkatkan rasa percaya dirinya. Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan tinjauan pustaka dari penelitian sebelumnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang komunikatif cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih baik, sedangkan kurangnya komunikasi dapat mengakibatkan masalah psikologis seperti perasaan rendah diri dan kecemasan berlebihan. Penelitian ini mengajak orang tua untuk lebih menyadari pentingnya pembiasaan komunikasi dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama di masa remaja yang krusial.

Kata Kunci: *Komunikasi Interpersonal; Remaja; Peran Orang Tua; Kepercayaan Diri*

*Authors Correspondence: hiraимандари@gmail.com

PENDAHULUAN

Kita mengetahui bahwa komunikasi yang baik merupakan kunci dari kesuksesan sebuah hubungan, apapun bentuknya apakah hubungan romantis antara suami istri, hubungan pertemanan, hubungan dengan berbagai anggota masyarakat, bahkan hubungan dalam keluarga. Komunikasi menjadi hal yang sangat penting dan sudah menjadi kebutuhan primer individu ketika bersosialisasi dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya. Keberhasilan sebuah hubungan antara satu individu dengan individu lainnya dapat dinilai dari baik buruknya komunikasi yang mereka jalani sehari-hari. Hal ini berarti komunikasi menempati posisi yang sangat menentukan arah dan tujuan pada sebuah hubungan.

Terdapat berbagai jenis komunikasi yang dapat diterapkan tergantung bagaimana dan pada siapa komunikasi ataupun komunikatornya. Dalam pembahasan kali ini, hubungan yang baik antara orang tua dan anak dapat dibangun melalui jenis komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal merupakan jenis komunikasi yang memiliki kedekatan intens antara komunikator dan komunikannya, meski pada umumnya kita mengetahui bahwa komunikasi interpersonal merupakan komunikasi antara dua orang, namun dalam penerapannya tidak semua peristiwa komunikasi antara dua orang dapat dikatakan sebagai komunikasi interpersonal.

Menurut Miller (1978, 1990) komunikasi interpersonal berada di sepanjang sebuah kontinum dengan segmentasi dari hubungan yang sifatnya impersonal hingga yang sangat personal. Pada hubungan yang paling impersonal, Miller menunjukkan percakapan sederhana antara orang-orang yang sebenarnya tidak saling mengenal, seperti percakapan antara pelayan dan pelanggan. Sementara itu, hubungan yang paling personal oleh Miller adalah komunikasi yang terjadi antara orang-orang yang memiliki hubungan sangat dekat seperti pasangan suami istri, sahabat, hingga orang tua dan anak. Sehingga dari pengelompokan Miller berdasarkan segmentasi antara hubungan impersonal dan hubungan personal, dapat disimpulkan bahwa tidak semua komunikasi yang terjadi di antara dua orang merupakan komunikasi interpersonal, terdapat hubungan-hubungan khusus yang melatarbelakangi terjadinya komunikasi interpersonal, salah satunya adalah hubungan antara orang tua dan anak.

Orang tua merupakan orang pertama yang berperan sebagai sahabat, orang tercinta, guru, dan kolega bagi anak sebelum ia mengenal dunia luar dan membentuk hubungannya sendiri dengan orang lain. Maka dari itu, dalam kontinum hubungan impersonal-personal milik Miller, menempatkan hubungan orang tua dan anak pada segmentasi paling personal, sehingga jenis komunikasi yang paling sering terjadi di antara mereka adalah komunikasi interpersonal. Dalam kaitannya dengan pembahasan ini, orang tua memiliki peran yang sangat vital terhadap perkembangan anak, karakter dan bagaimana anak bersikap dapat ditentukan dari bagaimana orang tuanya membentuk dan mengembangkan kepribadian anak mereka. Orang tua harus bisa mengomunikasikan maksud dan tujuannya kepada anak dengan baik sehingga dapat mudah diterima dan diserap oleh anak dengan baik pula.

Sangat penting bagi setiap anak memiliki tumbuh kembang yang baik dari berbagai aspek terutama dalam hal kepercayaan dan penerimaan dirinya. Rasa percaya diri yang kuat pada anak

akan membuat ia mampu menghadapi tantangan-tantangan yang akan ia jalani ketika sudah berada di luar lingkungan keluarga, selain itu rasa percaya diri juga diperlukan untuk mengembangkan kemampuan diri dan beradaptasi dengan berbagai kondisi di masyarakat nantinya. Lantas, bagaimana cara menumbuh kembangkan kepercayaan diri pada anak? Jawabannya satu, komunikasi yang baik oleh orang tua kepada anak-anak mereka.

Penerapan komunikasi interpersonal dalam hubungan orang tua dan anak dapat mencakup komunikasi dalam bentuk verbal maupun non verbal. Dalam rangka membentuk kepercayaan diri pada anak, orang tua dapat melakukan berbagai macam cara melalui komunikasi sehari-hari, seperti memberikan motivasi dan afeksi melalui kata-kata yang baik dan dapat dipahami dengan mudah oleh anak. Kata-kata seperti "Jangan menyerah! Kamu pasti bisa", akan mendorong anak untuk lebih optimis dalam mengerjakan sesuatu, kemudian "Jangan takut, kamu anak yang berani!", akan mendorong anak untuk tidak ragu dan menjadi lebih berani ketika melakukan sesuatu yang baru.

Kalimat-kalimat tersebut sangat sederhana, dan mudah saja bila diucapkan akan tetapi dalam penerapannya ternyata tidak semudah itu, realitanya masih banyak orang tua yang tidak komunikatif terhadap anak dan jarang memberikan motivasi apalagi afeksi. Hal ini tentu akan berpengaruh besar di masa depan, orang tua yang jarang "mengakui" rasa percaya diri anak cepat atau lambat akan mengikis kepercayaan diri mereka. Apalagi jika hal ini dialami oleh anak remaja, kita mengetahui bahwa fase remaja merupakan masa-masa peralihan dari anak-anak ke dewasa, jika dikatakan sebagai anak-anak rasanya kurang tepat karena secara fisik sudah tidak terlihat seperti anak-anak, namun jika dikatakan sebagai orang dewasa pun rasanya juga tidak tepat karena secara mental dan psikologis belum matang dan masih memerlukan bimbingan dari orang yang lebih tua dan matang.

Fase remaja merupakan fase yang cukup membingungkan, kadangkala anak akan bersikap seperti anak-anak namun ada kalanya juga dituntut untuk menjadi dewasa, kata-kata seperti "Masa begitu saja tidak bisa, kan sudah besar?", "Kamu itu sudah bukan anak kecil!", dan lain sebagainya kerap dilontarkan kepada mereka oleh orang-orang di sekitarnya. Hal ini justru akan menyebabkan terjadinya krisis identitas apabila tidak dibarengi dengan bimbingan orang sekitar yang secara fisik, mental, dan psikis sudah matang, terkhususnya adalah bimbingan dari orang tua untuk menuntun anak-anak yang sedang berada dalam fase remaja menemukan jati diri dan identitasnya, akan seperti apa dia, dan akan bagaimana dia nanti di lingkungan masyarakat.

Selain adanya krisis identitas, masalah yang lumrah terjadi pada anak yang sedang mengalami fase remaja adalah berkurangnya rasa kepercayaan dan penerimaan terhadap dirinya sendiri, karena perubahan fisik dan mental yang begitu drastis dari masa anak-anak ke dewasa. Rata-rata remaja yang kehilangan rasa percaya diri cenderung mengarah kepada perubahan fisik yang terjadi pada dirinya, adanya perubahan tersebut tentu akan memengaruhi penampilan mereka juga, hal ini sejalan dengan adanya penelitian dari Brook Sgunn dan Paikoff (1993), Stattin dan Magungson (1990) dalam Santock (1995), yang mengatakan bahwa kematangan lebih awal akan meningkatkan sejumlah masalah bagi anak remaja dan penampilan akan cenderung memengaruhi kepercayaan diri, sehingga menimbulkan perasaan rendah diri, minder, kurang

optimis, dan memunculkan sifat anti sosial karena merasa dirinya kurang daripada teman-teman sebaya.

Pada masa-masa ini, anak benar-benar memerlukan pendampingan, kasih sayang, dan dukungan dari orang terdekat terutama orang tuanya. Berdasarkan observasi dan pengalaman yang telah dilakukan oleh penulis, pada masa-masa ini sifat-sifat seperti iri dan anxiety (cemas berlebihan) sedang sangat membunyah, banyak pikiran-pikiran seperti "Aku harus menjadi seperti si A, si B, si C", "Bagaimana jika nanti di masa depan aku tidak berhasil?", "Bagaimana jika nanti aku tidak disukai oleh lawan jenis?", "Bagaimana jika aku tidak bisa memiliki teman?" dan sebagainya, hal ini menjadi momok bagi banyak remaja apabila tidak dibarengi dengan motivasi, afeksi, dan kegiatan-kegiatan positif dari orang-orang terdekat.

Apalagi, jika kita melihat era saat ini di mana kita sudah hidup berdampingan dengan teknologi, dan kebebasan dalam akses media sosial, banyak "standar" yang ditetapkan oleh influencer dan orang-orang populer dan itu seolah menjadi ketetapan, masa remaja menjadi masa untuk meniru, sehingga pikiran untuk menjadi orang-orang yang mereka lihat di media sosial dirasa sebagai sebuah keharusan untuk mencapai keberhasilan di masa yang akan datang, akan tetapi ironisnya setiap anak memiliki value yang berbeda-beda, sehingga target dari sebuah keberhasilan tidak bisa ditetapkan dari satu standar yang sama.

Pada saat inilah, peran orang tua benar-benar diperlukan untuk memberikan pengakuan terhadap segala pencapaian anak melalui sebuah komunikasi dari "hati ke hati", bahwa mereka sudah menjadi yang terbaik meskipun tidak mengikuti standar yang mereka lihat dari media sosial atau orang-orang sekitarnya, pengakuan dari orang tua bukannya untuk menanamkan rasa sombong atau tinggi hati, justru hal tersebut akan sangat baik untuk menumbuhkan kepercayaan diri anak, sehingga ia akan berani untuk mencoba berbagai hal baru dan mampu menerima dirinya apapun kekurangan dan kelebihan yang ia miliki. Di samping memberikan pengakuan, orang tua juga harus memberikan "batasan" pada anak supaya tetap memiliki kepribadian yang baik dan rendah hati.

Perlu diingat bahwa kurangnya pengakuan dari keluarga (orang tua) yang merupakan lingkungan pertamanya dapat menimbulkan "luka" sehingga dalam beberapa kasus dapat menyebabkan gangguan psikologis terhadap anak seperti timbulnya gejala-gejala NPD (Narcissistic Personality Disorder), di mana anak akan mencari pengakuan berlebihan dari orang-orang sekitarnya, dan bagaimanapun caranya ia harus diakui sebagai pribadi yang hebat dan luar biasa. Selain NPD, kurangnya pengakuan di masa kanak-kanak bisa pula menyebabkan terjadinya sindrom Inferiority Complex, di mana anak akan selalu merasa rendah diri dan meragukan kemampuannya, orang-orang dengan sindrom ini akan selalu merasa dirinya tidak mampu melakukan sesuatu dengan baik dan selalu pesimis terhadap segala tantangan yang ia hadapi.

Komunikasi interpersonal antara orang tua dan anak mungkin masih dianggap sebagai sesuatu yang remeh. Dampak dari acuhnya orang tua akan pentingnya komunikasi yang baik terhadap anak bukan dirasakan saat itu juga, dampak yang timbul dapat diibaratkan sebagai bola salju. Bola salju memang terlihat kecil dan remeh, akan tetapi semakin lama digelindingkan akan

semakin besar, sama seperti kurangnya komunikasi antara orang tua terhadap anak selama masa perkembangan, pada awalnya akan dirasa tidak memiliki efek apapun, namun semakin tumbuh dan semakin mengerti anak, ketiadaan komunikasi selama masa pertumbuhannya akan menyebabkan masalah-masalah psikologis seperti yang sudah disebutkan sebelumnya.

Maka dari itu, dari latar belakang tersebut dan mengingat bagaimana komunikasi memiliki peranan besar pada kehidupan keluarga khususnya orang tua dan anak, serta masih banyaknya fenomena-fenomena acuhnya orang tua terhadap peran komunikasi untuk membangun kepercayaan dan penerimaan diri anak, penulis tertarik membahas hal tersebut dengan topik "Peran Komunikasi Interpersonal antara Orang Tua dan Anak dalam Membangun Kepercayaan Diri pada Anak Usia Remaja", dengan tujuan supaya orang tua lebih aware untuk membangun hubungan komunikasi yang baik bersama anak dan bagaimana komunikasi memiliki peran yang sangat besar terhadap masa-masa perkembangan anak, khususnya pada usia remaja.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian artikel jurnal ilmiah ini, penulis menggunakan metode penelitian kualitatif yang berfokus pada tinjauan pustaka dari penelitian-penelitian terdahulu dengan dilengkapi oleh pendekatan fenomenologi terhadap hal serupa sesuai dengan topik pembahasan. Pemilihan metode kualitatif pada penelitian ini didasarkan pada alasan bahwa topik yang diangkat tidak memerlukan perhitungan atau kuantifikasi, serta sifatnya yang subjektif karena data yang didapatkan didasarkan pada pengalaman beberapa individu sebagai subjek penelitian dan hasil yang didapatkan pun berbeda antara satu dengan yang lainnya, sehingga tidak saklek pada satu instrumen penilaian saja.

John W. Creswell dalam buku yang berjudul *Research Design*, menuturkan bahwa penelitian kualitatif adalah metode penelitian untuk mendeskripsikan, mengeksplorasi, dan memahami sebuah makna yang dianggap oleh sejumlah individu maupun sekelompok orang berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Proses penelitian kualitatif melibatkan upaya-upaya penting, seperti mengajukan pertanyaan-pertanyaan dan prosedur-prosedur, mengumpulkan data yang spesifik dan adanya partisipan, menganalisis data secara induktif dari khusus ke umum serta menerjemahkan makna dari data yang didapat. Laporan final pada penelitian ini memiliki struktur dan kerangka yang fleksibel (Creswell, 2013:5).

Adapun menurut Cooper dalam Creswell (2010) penggunaan tinjauan pustaka dalam jurnal ilmiah pada dasarnya bertujuan untuk menginformasikan kepada pembaca hasil dari penelitian lain yang memiliki keterkaitan dengan penelitian dan analisis yang dilakukan saat ini dengan menghubungkan dan menggabung-gabungkan penelitian sebelumnya. Tema yang diangkat pada artikel ini berupa komunikasi interpersonal atau kerap kali dikenal sebagai komunikasi antarpribadi, yang dikhususkan pada hubungan antara orang tua dan anak dalam rangka menumbuhkan kepercayaan diri pada anak usia remaja.

Sebagai penunjang kepustakaan pada penulisan artikel jurnal ini, penulis telah merangkum beberapa hasil dari penelitian-penelitian terdahulu dengan tema dan pembahasan serupa. Pertama, artikel jurnal ilmiah yang ditulis oleh Prima Frieda dan H. H Daniel Tamburian (2019)

Peran Komunikasi Interpersonal antara Orang Tua dan Anak dalam Membangun Kepercayaan Diri pada Anak Usia Remaja

dengan judul "Komunikasi Antarpribadi antara Orang Tua dan Anak Usia Remaja dalam Pembentukan Kepercayaan Diri Anak". Dalam penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa gaya komunikasi dua arah yang terjadi antara orang tua dan anak cenderung memberikan efek yang sangat baik bagi keterbukaan anak terhadap masalah yang mereka hadapi.

Kedua, jurnal ilmiah oleh Gutji, Nelyahardi, dkk. (2022) dengan judul "Pola Komunikasi Interpersonal Orang Tua terhadap Kepercayaan Diri Remaja". Dari penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa orang tua yang menerapkan komunikasi interpersonal yang baik dengan anak cenderung membentuk kepercayaan diri anak sehingga dalam sesi wawancara mereka cenderung lebih berani berbicara, komunikatif, dan terbuka.

Selain menggunakan metode penelitian kualitatif dan tinjauan pustaka, penulis juga menggunakan pendekatan fenomenologi dengan melakukan observasi terhadap beberapa subjek penelitian yang merupakan anak-anak yang berusia remaja serta orang tuanya. Penggunaan pendekatan fenomenologi dimaksudkan untuk mengkaji pengalaman secara subjektif terhadap suatu persoalan, karena dalam satu masalah yang sama setiap individu pasti memiliki pengalaman yang berbeda dalam pemaknaan masalah tersebut. Hal ini sejalan dengan pernyataan Polkinghorne dalam Creswell (1998) bahwa pendekatan fenomenologi ditujukan untuk menggambarkan arti sebuah pengalaman hidup untuk setiap individu tentang sebuah fenomena atau masalah yang ia hadapi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kepercayaan diri merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam proses perkembangan anak, terutama pada mereka yang sudah menginjak usia remaja, rasa percaya diri merupakan kunci untuk menghadapi berbagai persoalan yang mulai rumit sekaligus menjadi pegangan anak untuk dapat berbaur di lingkungan sosial yang baru dan lebih luas. Perlu diketahui sebelumnya, bahwa kepercayaan diri merupakan sebuah keyakinan yang dimiliki oleh seorang individu terhadap kemampuan mereka untuk berhasil dalam menghadapi situasi tertentu, baik berupa masalah maupun tantangan. Dalam teori self-efficacy oleh Albert Bandura menekankan bahwa kepercayaan diri tidak hanya terkait dengan kemampuan umum, tetapi juga dengan keyakinan dalam konteks yang lebih spesifik. Semakin tinggi tingkat kepercayaan diri yang dimiliki, maka semakin besar pula kemungkinan seorang individu untuk menghadapi segala tantangan.

Kepercayaan diri individu khususnya pada anak dimunculkan dan dikembangkan pertama kali ketika ia berada di lingkungan keluarga melalui interaksi-interaksi yang intens dengan anggota keluarga yang lain yaitu Ibu dan Ayah sebagai orang pertama yang berhubungan dengan anak. Salah satu interaksi yang paling sederhana adalah adanya komunikasi interpersonal yang dilakukan sebagai wujud kepedulian dalam hubungan keluarga. Joseph DeVito menyatakan dalam teorinya mengenai komunikasi interpersonal bahwa "Interpersonal communication is defined as communication that takes place between people who are connected" (DeVito, 1992:11). Sederhananya komunikasi interpersonal merupakan komunikasi yang terjadi di antara

dua orang yang sudah mempunyai hubungan secara jelas yang terhubung dengan beberapa cara, salah satunya adalah hubungan orang tua dan anak.

Dalam konteks hubungan orang tua dan anak, komunikasi interpersonal yang terjadi tidak hanya melibatkan verbal atau kata-kata saja akan tetapi juga melibatkan ekspresi dan gerakan-gerakan non verbal lainnya. Komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak dapat menciptakan hubungan emosional yang kuat. Menurut teori keterikatan atau attachment theory dari Bowlby, seorang anak yang memiliki hubungan emosional yang erat dengan kedua orang tuanya cenderung memiliki rasa kepercayaan diri yang lebih besar. Fenomena ketika orang tua secara konsisten mendukung dan mendengarkan anak akan memperkuat rasa aman dan percaya diri mereka.

Penerapan komunikasi interpersonal sedari dini oleh orang tua kepada anak memiliki peran yang besar dalam rangka menumbuhkembangkan rasa percaya diri mereka. Hal ini dibuktikan melalui hasil observasi dan wawancara oleh penulis kepada dua orang narasumber yang memiliki latar belakang komunikasi interpersonal keluarga yang berbeda. Orang pertama sebut saja bernama Rara, sejak kecil sudah dibiasakan oleh Ayah dan Ibunya untuk menceritakan kesehariannya dari mulai hal-hal remeh seperti ketika mendapatkan teman baru, kegiatan di sekolah, hingga masalah-masalah yang cukup berat terkait masa depannya. Baik Rara dan orang tuanya kerap melakukan komunikasi interpersonal secara intens, saat-saat seperti waktu makan dijadikan sebagai waktu berbincang dan berdiskusi santai.

Pertanyaan-pertanyaan seperti "tadi di sekolah ngapain saja?", "kamu suka makan apa?", "kamu suka pelajaran apa di sekolah?", "nanti kalau sudah lulus mau kuliah di mana?", "kamu mau ambil program studi apa nanti waktu kuliah?" dan lain sebagainya dari orang tua, membuat Rara mampu mengungkapkan pendapatnya terkait suatu hal, pun begitu apabila Rara sedang bercerita mengenai permasalahannya di luar lingkungan rumah, orang tuanya selalu memberi dia masukan, motivasi dan afeksi yang baik untuk menambah insight dan cara pandang yang lebih luas dalam menyelesaikan suatu masalah.

Orang tua Rara tidak hanya menempatkan diri sebagai pembuat keputusan untuk masa depan Rara akan tetapi juga menempatkan diri sebagai rekan diskusi bagi Rara sehingga ia diberikan kebebasan untuk menyatakan pendapatnya terkait suatu hal. Dari pendapat-pendapat yang dilontarkan oleh Rara, meski tidak serta merta langsung diterima, orang tuanya justru selalu memberikan beberapa pandangan terkait hal-hal yang akan menentukan kehidupannya. Cara tersebut akan menciptakan anak yang tidak hanya memiliki kepercayaan diri yang tinggi tetapi juga membuat anak mampu berpikir kritis terhadap suatu permasalahan, tanpa melempar masalah itu kepada orang lain.

Sebaliknya, narasumber kedua sebut saja namanya Lala. Secara garis besar Lala adalah tipe yang cukup pendiam, tidak terlalu terbuka jika memiliki masalah, dan cenderung memendam masalahnya sendiri, terlebih lagi ia juga kerap meragukan kemampuannya ketika dihadapkan oleh satu masalah. Ia cenderung memilih untuk menjawab "terserah" atau "ikut suara terbanyak" apabila dihadapkan pada suatu pilihan daripada memberikan pendapat untuk memperluas pandangan. Ketika ditanya mengapa demikian, ia mengatakan bahwa dari kecil tidak terbiasa berpendapat, jika ia bertanya kepada orang tuanya tentang suatu pilihan, orang tuanya selalu

Peran Komunikasi Interpersonal antara Orang Tua dan Anak dalam
Membangun Kepercayaan Diri pada Anak Usia Remaja

menjawab "terserah kamu saja" atau saling melempar untuk menghindari pertanyaan sehingga jarang terjadi diskusi dan komunikasi interpersonal yang intens.

Dari pengalaman keduanya terhadap konsep komunikasi interpersonal dengan orang tua, kita dapat menilai dengan jelas bahwa komunikasi memiliki peranan yang penting untuk pertumbuhan anak, pengalaman yang ia dapat di masa kecil tidak akan berdampak secara langsung pada saat itu juga akan tetapi dampaknya baru akan terlihat saat usianya sudah semakin dewasa. Bagaimana karakter anak dapat dilihat dari bagaimana orang tuanya memberikan ia kebebasan dalam mengutarakan pendapat. Kehadiran orang tua dan komunikasi yang dijalankan sehari-hari menjadi bagian penting bagi anak, apalagi saat anak menginjak masa remaja.

Komunikasi merupakan sebuah tanggung jawab utama yang harus dimiliki oleh orang tua kepada anaknya, "berbicara" dengan meliputi unsur-unsur komunikasi verbal dan non verbal dengan berbagai cara yang akan memberikan kontribusi bagi pengembangan kepercayaan dan konsep diri yang kuat bagi anak (Yerby, Buerkel-Rothfuss, dan Bochner, 1995). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh D. H. Demo (1987) memperkuat fakta bahwa kepercayaan dan konsep diri khususnya bagi anak itu dibentuk, dipelihara, diperkuat, dan diubah oleh komunikasi yang terjadi di dalam lingkungan keluarga secara khusus yang dilakukan oleh orang tua mereka.

Komunikasi interpersonal antara orang tua dan anak juga ditujukan untuk memberikan dukungan dan pengakuan. Terkadang ketika anak telah melakukan sesuatu, ia tidak akan spontan mengatakan "puji aku!" atau "dukung aku!", sehingga diperlukan kepekaan orang tua untuk memberikan dukungan dan pengakuan (dapat berupa pujian) pada setiap hal positif yang anak lakukan. Anak yang sedang menjalani fase remaja cenderung haus akan dukungan dan pengakuan dari orang tuanya, hal ini akan dilampiaskannya dengan seringnya mereka mencoba untuk melakukan hal-hal baru dengan mengharap imbalan berupa pujian dari orang tuanya.

Kalimat sederhana seperti "Kamu pasti bisa!", "Wah...Kamu hebat!" cukup untuk memberi afeksi dan motivasi kepada anak sehingga ia akan merasa diperhatikan, ia akan selalu percaya selama hal yang dia lakukan positif maka setidaknya akan selalu ada dukungan dan pengakuan yang ia terima dari orang tuanya. Dukungan dan pengakuan dari orang tua dapat mendukung anak merasa bahwa diri mereka berarti dan dapat membantu mereka mengatasi masa-masa sulit di masa depan.

Orang tua dalam kewajibannya membangun kepercayaan diri anak melalui komunikasi dapat membiasakan beberapa kebiasaan sederhana yang dapat diungkapkan baik secara verbal maupun secara non verbal. Secara verbal orang tua dapat mengatakan kalimat-kalimat yang mengandung pujian, dukungan, dan pernyataan kasih sayang kepada anak. Misalnya untuk kalimat pujian orang tua dapat berkata "Wah kamu hebat bisa menjadi juara kelas, ini berkat kerja kerasmu selama ini, pertahankan kerja baikmu!", kemudian untuk kalimat dukungan orang tua dapat berkata "Jangan menyerah, kamu sudah melakukan yang terbaik!", dan untuk kalimat kasih sayang orang tua dapat mengatakan "Tidak apa-apa melakukan kesalahan, dari situ kamu belajar untuk menjadi lebih baik di masa depan!"

Selain komunikasi yang dilontarkan secara verbal, dalam rangka meningkatkan kepercayaan diri anak orang tua juga dapat menerapkan komunikasi non verbal yang berjalan

seiring sejalan dengan penerapan komunikasi verbal. Memberikan senyuman dan ekspresi yang positif ketika anak bercerita akan membuat orang tua dianggap sebagai rekan dan teman oleh anak alih-alih hanya sebatas sebagai pembuat keputusan bagi mereka. Selalu membuat kontak mata ketika sedang berdiskusi dengan anak oleh orang tua akan dianggap bahwa mereka benar-benar menunjukkan perhatian dan kepeduliannya. Sentuhan-sentuhan ringan dan penuh kasih sayang seperti menepuk punggung, menepuk ubun-ubun kepala, dan pelukan selain dapat memberi rasa nyaman juga dapat memvalidasi kepercayaan anak bahwa orang tuanya akan selalu mendukung dan menghargai segala kerja keras yang dilakukan.

Pada dasarnya membangun kepercayaan diri pada anak merupakan hal yang bisa dibilang gampang-gampang susah, cara mengungkapkan pengakuan, dukungan, dan kasih sayang kepada anak bisa dilakukan dengan cara-cara sederhana seperti yang sudah disebutkan di atas. Komunikasi kerap dianggap remeh padahal efek yang dihasilkan darinya sangat luar biasa. Kesadaran dari orang tua bahwa komunikasi adalah salah satu kunci dari pertumbuhan yang baik bagi anak benar-benar dibutuhkan. Orang tua tidak cukup hanya memberi dukungan berupa materil saja akan tetapi dukungan psikologis dan emosional melalui pendampingan dan pembiasaan komunikasi interpersonal juga harus bergerak seiring sejalan, karena rasa percaya diri pada anak dimulai, dibentuk, dan dibangun melalui kebiasaan di lingkungan keluarga sebagai lingkungan pertama mereka.

KESIMPULAN

Komunikasi interpersonal antara orang tua dan anak baik secara verbal maupun non verbal memiliki peran vital dalam menciptakan hubungan emosional yang kuat di antara keduanya. Orang tua diharuskan untuk mampu memberikan dukungan, motivasi, dan pengakuan kepada anak dalam rangka meningkatkan rasa percaya diri mereka. Komunikasi dua arah yang melibatkan diskusi terbuka antara orang tua dan anak dapat membantu anak mengatasi tantangan dan krisis identitas yang sering mereka hadapi.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 2 orang subjek penelitian ini membuktikan bahwa anak yang tumbuh di dalam lingkungan keluarga yang komunikatif cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih baik, sebaliknya kurangnya peran komunikasi dalam hubungan antara orang tua dan anak dapat mengakibatkan masalah psikologis seperti perasaan rendah diri dan kecemasan berlebihan terhadap suatu masalah.

Oleh karena itu, orang tua perlu menyadari bahwa peran mereka dalam hubungan keluarga bukan hanya sebagai komunikator dan pengatur, tapi ada kalanya juga menempatkan diri sebagai teman, pendukung, dan komunikator bagi anak. Dengan membangun kebiasaan komunikasi yang positif, orang tua dapat membantu anak menemukan jati diri dan meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam menghadapi masalah di dunia luar.

REFERENSI

- Amar, M. F. (2024). Peran Kemampuan Komunikasi Interpersonal Pendidik dalam Menumbuhkan Self-Efficacy. *Aafiyah: Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(1), 1-13.
- Budyatna, M. & Ganiem, L. M. (2011). *Teori Komunikasi Antarpribadi: Edisi Pertama*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Cecil, S. & Tamburian, H. H. D. (2020). Komunikasi Antarpribadi Ibu dan Anak dalam Membangun Rasa Percaya Diri. *Jurnal Koneksi*, 4(2), 191-194.
- Creswell, J. W. & Cresswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches Fifth Edition*. London: SAGE Publication, Inc.
- DeVito, J. A. (2013). *The Interpersonal Communication Book: 13th Edition*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Frieda, P. & Tamburian, H. H. D. (2019). Komunikasi Antarpribadi antara Orang Tua dan Anak Usia Remaja dalam Pembentukan Kepercayaan Diri Anak. *Jurnal Koneksi*, 3(2), 470-477.
- Gutji, N., Wahyuni, H., Muffaricha, L., Humairoh, D., Sahputri, A. K. & Maulana, F. (2022). Pola Komunikasi Interpersonal Orang Tua terhadap Kepercayaan Diri Remaja. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 5(2), 181-187.
- Irsa. (2023). Peran Orang Tua dalam Meningkatkan Self Disclosure Melalui Komunikasi Interpersonal pada Anak Usia Remaja. *Cybernetics: Journal Educational Research and Social Studies*, 4(1), 1-11.
- Wood, J. T. (2010). *Interpersonal Communication: Everyday Encounters, Sixth Edition*. Boston: Wadsworth Cengage Learning.