

# Pola Komunikasi Keluarga *Single Parent* Dalam Membimbing Anak Yang Sedang Mengalami Fase *Quarter Life Crisis*

Abraham Ricky Wijaya, Fanny Lesmana, & Megawati Wahjudianata

Prodi Ilmu Komunikasi, Universitas Kristen Petra Surabaya

*rickywijaya183@gmail.com*

## Abstrak

Komunikasi berperan sebagai metode penyampai dan penerima pesan yang kompleks dalam kehidupan. Komunikasi keluarga juga mempengaruhi sifat yang dimiliki oleh seorang anak serta akan ada perbedaan pada setiap keluarga dalam membimbing anaknya. Namun, tidak semua orang tua dapat memberikan bimbingan yang tepat pada anaknya, dan membantu permasalahan anaknya, bahkan orang tua yang lengkap dan tidak akan mempengaruhi perkembangan anak. Hal ini yang sering kali memicu adanya kesulitan pada mental anak saat masa peralihan dari remaja menuju dewasa yang dinamakan *Quarter Life Crisis*. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti bagaimana pola komunikasi seorang keluarga *single parent* membimbing anaknya yang sedang mengalami fase *mental health* yang tidak stabil di usia 20 an atau yang disebut dengan *Quarter Life Crisis* (QLC). Dalam proses penggalan data pada penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode studi kasus. Sehingga data yang diperlukan dan didapat dalam penelitian ini, mampu menunjukkan hasil yang riil dan mendalam. Penelitian ini menemukan bahwa orang tua *single parent* mampu untuk membimbing anak, sekaligus menjadi teman bagi anaknya dalam waktu bersamaan, sehingga anak dapat nyaman untuk berkomunikasi dan bercerita pada orang tua terkait permasalahan yang ada. Orang tua melakukan pembimbingan dengan cara mengajak anaknya berdiskusi dan memberikan *support* serta masukan pada anaknya. Sehingga pada akhir penelitian ini, diketahui bahwa penggunaan pola komunikasi keluarga *Equality Pattern* (orang tua berperan sejajar dan dapat menjadi teman) dan *Authoritative* (orang tua berperan sebagai kepala keluarga yang dapat membimbing anaknya) dapat berjalan bersama. Kedua pola komunikasi keluarga ini merupakan pola komunikasi keluarga yang cukup sesuai dan dapat membantu anak secara perlahan yang sedang ada dalam fase QLC.

**Kata Kunci:** pola komunikasi keluarga, quarter life crisis, komunikasi, pembimbingan

## Pendahuluan

Pada dasarnya komunikasi memiliki peran sebagai metode penyampaian pesan, dari satu individu ke individu lainnya. Seseorang akan terus melakukan komunikasi setiap harinya, oleh karena itu komunikasi juga memiliki peran penting dalam keberlangsungan suatu hubungan. Secara umum, komunikasi pertama kali yang diterima atau dilakukan adalah komunikasi dengan keluarga, antara orang tua dengan anak. Komunikasi antara orang tua dengan anak

mengawali proses terbentuknya sifat, serta cara berpikir anak tersebut. Keluarga merupakan wadah pertama dan utama bagi pertumbuhan dan pengembangan anak. Setiap keluarga juga memiliki cara komunikasi dan proses pembimbingan tersendiri terhadap anaknya (Daradjat, 1995:47).

Latar belakang orang tua, juga sangat mempengaruhi proses komunikasi dalam membimbing anak-anaknya. Orang tua yang lengkap, berisikan ayah, ibu, dan anak tentu akan berbeda dengan komunikasi yang dilakukan oleh keluarga *single parent* atau orang tua tunggal seperti, ayah dan anak, atau ibu dan anak saja. Melansir dari Badan Pusat Statistik (2018) mencatat ada 10,3 juta rumah tangga dengan 15,7 persen perempuan sebagai kepala keluarga. Data ini diperoleh dari banyak faktor mulai dari perceraian, hingga kematian.

Meskipun keadaan orang tua tunggal berasal dari berbagai banyak faktor, kenyataan orang tua harus tetap memberikan pengajaran dan bimbingan terhadap anak mereka, tidak dapat dihindari serta harus dilakukan sebaik mungkin. Karena, proses awal dari perkembangan seorang anak adalah melalui pengajaran, komunikasi, dan bimbingan yang dilakukan oleh orang tua terhadap anak-nya.

Menurut Baltes, Lindenberger, dan Staudinger (2006) memaparkan bahwa ada empat tahapan perkembangan yang dilalui yaitu anak-anak, remaja, dewasa dan lansia. Sedangkan menurut Erikson (1968) mendefinisikan bahwa ada delapan perkembangan yang akan dilalui oleh manusia yaitu bayi, balita, kanak-kanak awal, kanak-kanak pertengahan dan akhir, remaja, dewasa, dewasa menengah, dan dewasa akhir. Melalui pendapat kedua tokoh dapat disimpulkan bahwa setiap individu secara umum akan melalui tahap bayi, kanak-kanak, remaja, dewasa, dan lansia. Menurut Anshory, Yayuk, & Worowirastri, (2016) setiap tahap yang dilalui akan memiliki karakteristik yang berbeda-beda.

Proses perkembangan, komunikasi, dan cara bimbingan yang diperoleh setiap anak dari orang tuanya tentu berbeda antara satu dengan lainnya. Oleh karenanya setiap individu yang bertumbuh memiliki pengalaman, serta permasalahan masing-masing yang dihadapi. Dengan marak munculnya permasalahan yang terjadi di rentang usia 18-30 tahun, hal ini kemudian menjadi fenomena yang disebut dengan fase *Quarter Life Crisis* (QLC). Istilah QLC sendiri, pertama kali dikemukakan oleh Alexander Robbins dan Abby Wilner, (2001) yang mengistilahkan remaja sebagai “twentysomethings”, atau merupakan remaja yang mengalami transisi kenyamanan hidup, dan mulai memasuki dunia yang nyata.

Menurut survey yang dilakukan oleh Johnson (2017) pada *platform* LinkedIn, sebanyak 75% laki-laki dan perempuan dari usia 18-30 tahun di dunia mengaku pernah mengalami fase QLC. Gejala QLC juga ditandai dengan hal-hal seperti kehilangan motivasi, bingung dengan masa depannya, memiliki rasa takut yang berlebih, sulit membuat keputusan, mudah depresi dan stres, bahkan hingga mengasingkan diri dari lingkungan sosial. Gejala ini dapat muncul dikarenakan tidak adanya proses bimbingan dari orang tua yang tepat pada saat anak mengalami fase QLC.

Menurut hasil penelitian Rahmatunissa (2022) keluarga memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap anak yang sedang dalam fase QLC. Hal ini terjadi karena keluarga merupakan lingkungan sosial yang sangat dekat hubungannya dengan seseorang. Di keluarga itu seseorang dibesarkan, bertempat tinggal, berinteraksi satu dengan yang lain, dibentuknya nilai-nilai, pola pemikiran dan kebiasaannya dan berfungsi sebagai saksi segenap budaya luar dan mediasi hubungan anak dengan lingkungannya (Bussard dan Ball, 1996).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amelia Halim mengenai pola komunikasi keluarga pasca perceraian. Penelitian ini menghasilkan bahwa pola komunikasi yang terjadi dalam keluarga pasca perceraian tentu akan berbeda serta sangat mempengaruhi ikatan emosi yang terjadi antara orang tua dengan anak. Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Abdul Latif mengenai pola komunikasi keluarga dalam pengambilan keputusan perkawinan usia remaja. Ditemukan bahwa pola komunikasi keluarga antara orang tua dengan anak harus terjalin lebih kreatif dan aktif, hal ini harus dilakukan agar orang tua dan anak memiliki rasa nyaman dan aman pada keluarga. Serta anak juga bisa percaya untuk menceritakan permasalahannya terhadap orang tua.

Yang menjadi kesamaan dalam penelitian ini ialah peneliti ingin mengetahui bagaimana pembimbingan yang pola komunikasi yang terjadi antara orang tua dengan anaknya dalam mengatasi sebuah persoalan. Sedangkan yang membedakan penelitian saat ini adalah pada subjek dan latar belakangnya. Pada penelitian ini, subjek peneliti merupakan anak berusia 21 tahun berinisial BS, yang mengalami gejala *Quarter Life Crisis*, yang saat ini sedang dibimbing oleh orang tua *single parent* untuk dapat keluar dari fase tersebut. Pemilihan subjek didasari dari keunikan latar belakang keluarga yang mana orang tua BS bercerai sebanyak 4x, yang kemudian membuat BS tumbuh dengan penuh rasa khawatir akan masa depannya.

Dari keseluruhan paparan peneliti, maka dari itu dalam penelitian ini peneliti merangkumnya dalam satu pertanyaan yakni “Bagaimana pola komunikasi keluarga *single parent* dalam membimbing anak yang sedang mengalami fase QLC?”

## Tinjauan Pustaka

### Pola Komunikasi Keluarga

Pola menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan sebagai proses penciptaan arti terhadap gagasan atau ide yang disampaikan, sedangkan komunikasi adalah proses penerimaan dan pengiriman pesan antara dua orang ataupun lebih dengan cara yang tepat sehingga pesan yang dimaksud mudah dipahami. Keluarga adalah individu yang memiliki hubungan darah atau hubungan tertentu yang umumnya tinggal bersama dan melakukan aktivitas bersama. Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa pola komunikasi keluarga adalah pola hubungan atau alur komunikasi yang terjadi dalam sebuah keluarga.

Menurut DeVito dalam bukunya yang berjudul “*The Interpersonal Communication*” edisi ke 14 (2016) menyebutkan bahwa ada empat pola komunikasi keluarga yang terdiri dari pola persamaan (*Equality Pattern*), pola seimbang terpisah (*Balance Split Pattern*), pola tak seimbang terpisah (*Unbalanced Split Pattern*), pola monopoli (*Monopoly Pattern*).

DeVito (2016) menjelaskan bahwa pola persamaan adalah tiap individu membagi kesempatan komunikasi secara merata dan seimbang, peran yang dimainkan oleh tiap masing-masing individu adalah sama. Kemudian pola seimbang terpisah adalah tiap orang memegang control atau kekuasaannya di bidang masing-masing. Dalam pola tak seimbang terpisah DeVito juga menjelaskan bahwa terdapat satu orang yang memegang kendali atau mendominasi dalam pola ini. Terakhir dalam pola monopoli memandang satu orang sebagai pemegang kekuasaan tertinggi, orang yang memiliki kekuasaan tertinggi lebih bersifat memerintah, dan memberi wejangan daripada meminta pendapat pada yang lainnya.

### **Pola Komunikasi Dalam Membimbing Anak**

Menurut Yusuf (2007 : 51) ada tiga pola komunikasi yang dilakukan orangtua terhadap anaknya, pola komunikasi tersebut adalah pola komunikasi *permissive*, *authoritarian*, dan *authoritative*. Pola komunikasi *permissive* adalah pola komunikasi yang cenderung memberikan kebebasan pada anak-anaknya untuk melakukan kegiatan sehari-hari tanpa adanya larangan dari orang tua. Kemudian, pola komunikasi *authoritarian* merupakan pola hubungan yang kurang sehat antara orang tua dengan anaknya, karena orang tua cenderung bersifat otoriter atau satu arah. Terakhir dalam pola komunikasi *authoritative* pada pola komunikasi ini, terjadi umpan balik antara orang tua terhadap anaknya secara aktif, orang tua berperan sebagai pembimbing, dan penasehat kepada setiap masalah yang dialami oleh anaknya.

### **Quarter Life Crisis**

Menurut Robbins dan Wilner (2001; Atwood & Scholtz, 2008) setiap individu yang tidak dapat menjalani maupun merespon dengan baik akan mengalami masalah psikologis dan mental yang dapat disebut dengan *Quarter Life Crisis* (QLC). QLC adalah perasaan khawatir yang hadir atas ketidakpastian kehidupan mendatang seputar relasi, karier, dan kehidupan sosial yang terjadi sekitar usia 20-an. QLC disebabkan oleh perasaan tidak nyaman dan khawatir yang berlebih yang berkaitan dengan mimpi, karier, dan tujuan hidup lainnya yang tidak dapat dicapai oleh individu.

## Metode

### Konseptualisasi Penelitian

Konsep dalam penelitian ini adalah berfokus untuk melihat seperti apa pola komunikasi keluarga yang digunakan oleh orang tua *single parent* dalam membimbing anaknya yang sedang mengalami fase *Quarter Life Crisis*. Pola komunikasi keluarga. Pada penelitian ini akan terlihat bagaimana seorang *single parent* yang membimbing anaknya dan membantu untuk perlahan keluar dari fase QLC.

Lebih lanjut, peneliti menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk memperoleh data secara mendalam, dan memahami bagaimana pola komunikasi keluarga yang terjadi, dan apa dampaknya jika pola komunikasi keluarga ini digunakan sebagai salah satu metode pembimbingan. Pendekatan ini juga digunakan untuk memahami emosi dan bahasa tubuh dari subjek penelitian.

Lebih dalam lagi, penelitian ini menggunakan metode studi kasus, untuk lebih memahami bagaimana proses pola komunikasi keluarga yang terjadi. Selain itu dengan menggunakan metode penelitian ini, ingin mengetahui bagaimana pola komunikasi dapat membantu secara perlahan seorang anak yang sedang mengalami fase sulit dalam jenjang kehidupannya.

### *Subjek Penelitian*

Subjek pada penelitian ini merupakan seorang mahasiswa dengan usia 21 tahun berinsial BS, dengan domisili di kota Surabaya yang saat ini sedang menjalani pendidikan sarjana hukum disalah satu Universitas di Surabaya. BS merupakan anak ke dua dari empat bersaudara, yang saat ini dibesarkan oleh seorang *single parent* berinsial THV yang berusia 48 Tahun. Semasa perjalanan hidupnya THV sudah menikah sebanyak 3 kali dan dikaruniai anak disetiap pernikahannya. THV yang memutuskan untuk bercerai dan menikah sebanyak tiga kali dikarenakan adanya ketidakcocokan dan permasalahan rumah tangga dan pada akhirnya saat ini THV memutuskan untuk menjadi seorang *single parent* sepenuhnya dan berperan sebagai seorang ibu dan juga kepala keluarga pada saat yang sama. BS juga mengalami perubahan sifat dari yang awalnya merupakan anak yang periang berubah menjadi anak yang pemurung, dan menjauh dari kehidupan sosialnya.

### *Analisis Data*

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik analisis yang dimiliki oleh Miles dan Huberman (1992 : 20) yang dibagi kedalam tiga tahap. Tahap pertama peneliti akan melakukan reduksi data dari data yang diperoleh melalui observasi dan wawancara, kemudian data tersebut akan peneliti sajikan dengan melakukan pengelompokan data. Setelah melakukan pengelompokan data peneliti akan menarik kesimpulan melalui data tersebut kedalam kalimat penting. Data yang sudah peneliti simpulkan, kemudian peneliti verifikasi dengan cara melakukan

triangulasi pada data olahan. Pada proses triangulasi ini peneliti mengajak kakak kandung dari narasumber, serta saudara kandung dari ibu narasumber.

## Temuan Data

### Latar Belakang Keluarga BS

Keluarga BS merupakan keluarga yang harmonis pada awalnya, namun karena adanya permasalahan internal yang menyebabkan keluarga BS harus hancur dan mengakibatkan BS menjadi anak *broken home*, merupakan awal mula terjadinya *trigger* dari fase yang dialami BS saat ini yaitu gejala QLC. Keluarga yang awalnya harmonis dan baik-baik saja, harus hancur dan berpisah dikarenakan permasalahan internal keluarga mulai dari perbedaan pendapat, kekerasan fisik, serta perkataan verbal yang tidak bisa diterima oleh salah satu pihak. Kejadian yang terulang terus menerus pada tahun 2008-2009 membuat kedua belah pihak tidak menemukan jalan tengah dan harus berpisah pada tahun 2010.

Pemicu latar belakang keluarga bisa bercerai dan akhirnya THV harus menjadi *single parent* sekaligus tulang punggung keluarga, dipicu dari perilaku suami THV yang tidak bisa diterima, dan sudah menyakiti fisik THV. Pada saat itu THV hanya berfokus pada dirinya dan tidak mempertimbangkan pertumbuhan anaknya jika hidup tanpa orang tua yang lengkap. Kejadian ini membuat BS merasa terpukul dan kecewa terhadap orang tuanya pada saat pertama kali mengetahui bahwa orang tuanya akan cerai. Karena menurutnya kalau dari keluarga yang harmonis maka hubungan keluarga akan sulit untuk dipisahkan. Hal ini juga yang menjadi pemicu utama BS mulai merasa ragu dengan masa depan kehidupan berkeluarga.

### Perubahan Sikap Yang Dialami Oleh BS

Seiring dengan berjalannya waktu munculnya rasa ragu, kekecewaan, dan tidak tahu arah semakin dirasakan oleh BS karena tidak adanya arahan yang jelas dari kedua orang tuanya. Melalui hal tersebut, BS mulai membandingkan keluarganya dengan keluarga harmonis lainnya. Hal ini yang menjadi penyebab utama dirinya kehilangan arah dan tujuan yang ingin dipenuhi di masa depan. Rasa keraguan, bimbang, dan sulit untuk mengambil keputusan yang dirasakan oleh BS karena perceraian orang tuanya, semakin didukung oleh kejadian-kejadian setelah perceraian orang tuanya, yang mana THV sempat menikah kembali. Pernikahan ulang yang dilakukan oleh THV berlangsung sebanyak dua kali, sebelum akhirnya bercerai, dan benar-benar menjadi *single parent*.

BS menyadari kondisinya berbeda dari sebelum ada masalah keluarga, dan kejadian yang akhirnya memicu perubahan sifat yang dialami. BS merasakan adanya perubahan sifat yang awalnya mudah bergaul, periang, dan begitu yakin dengan apa yang dijalaninya. Berubah menjadi pribadi yang lebih tertutup dan tidak mudah bergaul, serta ragu akan masa depan dan langkah selanjutnya yang akan diambil.

## **Pola Komunikasi Keluarga Sebagai Proses Pembimbingan**

Setelah mengetahui BS menunjukkan perbedaan sifat, THV sebagai orang tua tunggal tidak mau kejadian buruk menimpa anaknya. THV mulai mencari tau hal yang sebenarnya dialami oleh BS, dengan *personal approach* ia mengajak BS untuk bercerita dan dengan tulus dan terbuka, dan akhirnya BS nyaman dan ingin terbuka. Dalam proses diskusi, THV berperan menjadi pendengaran yang aktif. THV mendengarkan setiap hal yang diutarakan oleh BS, dan menunjukkan ekspresi ingin tau yang lebih pada setiap diskusi yang terjadi. Setelah itu, THV menyaring kata-kata dari BS, dan kemudian merespon setiap perkataannya dengan baik.

Setelah mengetahui apa yang dirasakan BS dengan cukup *detail*, muncul rasa khawatir dari THV. Namun, THV juga belajar untuk memahami, dan berusaha untuk memberikan bimbingan kepada BS, THV jadi lebih banyak memberikan motivasi, berdiskusi, dan mengarahkan tentang minat BS. Selama kurang lebih 6 bulan THV melakukan pembimbingan terhadap BS dengan cara mengarahkan BS, dengan berdiskusi dua arah, membahas tentang bagaimana gambaran masa depan dan menggali apa minat BS yang sebenarnya.

Melalui proses pembimbingan yang dilakukan THV secara terus menerus untuk menangani permasalahan dan perubahan sifat yang dialami oleh BS mulai menunjukkan hal yang positif serta dapat diterima secara perlahan oleh BS. BS merasa terbantu melalui proses pembimbingan dengan cara komunikasi, dengan orang tuanya. Dengan begini, BS jadi dapat melihat orang tuanya sebagai teman pada waktu bercerita, dan juga sebagai sosok orang tua yang dapat memberikan motivasi dan arahan yang jelas pada saat membimbing, dan hal ini juga turut berpengaruh kepada kembalinya sifat BS dan kepercayaan dirinya kembali.

THV merasa proses pembimbingan yang dilakukan dengan cara komunikasi, masih menjadi cara yang efektif untuk diterapkan kepada BS dan masih terus akan dilakukan, karena melihat sifat dari BS yang bisa ditangani dengan cara diajak berdiskusi, dan diberikan *support* secara mental maupun aksi.

## **Dampak Dari Pembimbingan Pola Komunikasi Keluarga**

Melalui proses pembimbingan dari THV kepada BS, muncul rasa nyaman dan terbuka dari BS untuk menceritakan semua, melalui segala permasalahan yang ada BS dapat melakukan diskusi kepada THV terkait hal yang menjadi keraguannya.

Tidak adanya batasan dari BS dan THV memunculkan komunikasi yang intens, dikarenakan BS dapat menceritakan semua permasalahan, dan opininya kepada THV, serta THV yang juga dapat memberikan *feedback* yang baik untuk setiap permasalahan dari BS.

THV selama ini berusaha untuk memberikan pengarahan sesuai dengan permasalahan anak-anaknya. BS yang ragu tentang masa depannya, coba diarahkan oleh THV, sehingga BS bisa lebih siap dan jelas untuk menghadapi masa depan.

Melalui komunikasi yang baik, rasa kepercayaan terhadap BS dan THV dapat terbangun dengan baik. BS mendapatkan *feedback* berupa *support system* dari THV yang berperan sebagai sosok kepala keluarga sekaligus ibu bagi BS.

Hingga kini, melalui proses pembimbingan dengan pola komunikasi keluarga yang dilakukan oleh THV kepada BS, memberikan dampak yang cukup baik, BS perlahan sudah mulai bisa menemukan kembali semangat hidupnya serta perlahan mulai bangkit dan berjuang untuk masa depannya, dengan bekerja di salah satu lembaga pemerintah.

Melalui segi pembimbing, THV juga merasakan adanya perubahan dari BS, yang perlahan mulai menunjukkan kembalinya sifatnya yang dulu, serta lebih ceria seperti dulu. THV juga akan terus memberikan bimbingan dan *support* kepada BS. Semua perubahan yang mengarah pada hal baik ini, juga turut dirasakan oleh kakak kandung dari BS, serta pacar dari BS yang mengakui bahwa sifat BS sudah perlahan mulai menunjukkan ketidakraguannya akan permasalahan dan pilihan yang dihadapi.

## **Analisis dan Interpretasi**

### **Pola Komunikasi Keluarga *Equality Pattern***

DeVito menjelaskan bahwa dalam pola komunikasi keluarga *equality pattern* dapat berjalan dengan baik ketika posisi komunikator dan komunikan berada sejajar, yang artinya tidak ada batasan, maupun gap dari kedua belah pihak. Pola komunikasi keluarga *equality pattern* memberikan rasa nyaman antara kedua belah pihak untuk saling berkomunikasi dan mendapatkan umpan balik satu sama lain.

Pola komunikasi keluarga yang dilakukan oleh THV terhadap BS adalah pola komunikasi keluarga *equality pattern*. Hal ini dapat terlihat dari proses pembimbingan yang dilakukan oleh THV terhadap BS, yang mana THV berusaha menjadi teman bagi BS. THV tidak pernah membatasi hal apapun yang disampaikan oleh BS, dan juga selalu mendengarkan dengan baik serta memberikan *feedback* yang baik kepada BS.

Selama melakukan proses pembimbingan, THV terus melakukan komunikasi secara intens kepada BS untuk menumbuhkan rasa nyaman serta perlahan memahami sifat dari BS. Setelah THV mengetahui bagaimana sifat dari anaknya, ia berusaha untuk menyesuaikan respon dan pembimbingan yang paling tepat untuk anaknya. Dapat dilihat bahwa komunikasi keluarga juga tidak terjadi secara acak tapi berdasarkan pola-pola tertentu, sehingga hal tersebut menentukan bagaimana sebuah keluarga berkomunikasi. Hubungan komunikasi yang berusaha dijalin oleh keduanya, adalah THV berusaha memberikan timbal balik yang sesuai dengan karakteristik dari BS, yang mana sudah disampaikan dalam hasil wawancara, bahwa THV sudah memahami karakteristik anaknya dan bisa menangani permasalahan anaknya sesuai dengan karakteristiknya masing-masing. Dengan kata lain kedudukan THV dan BS adalah *Equal*.

Pola komunikasi keluarga *Equality Pattern* yang dilakukan juga terlihat memberikan dampak yang cukup baik, dikarenakan adanya kecocokan dengan situasi, dan peranan yang harus dijalankan THV sebagai *single parent*, yang mana THV tidak hanya harus menjadi sosok kepala keluarga namun juga bisa memahami kondisi dan karakteristik serta menjadi teman bagi BS.

### **Pola komunikasi Keluarga Authoritative**

Melalui pembimbingan menggunakan pola komunikasi keluarga yang dilakukan oleh THV kepada BS, dapat dilihat bahwa THV juga menerapkan pola komunikasi keluarga demokratis atau *authoritative*. Dalam pola komunikasi ini, THV berperan menjadi sosok kepala keluarga yang memimpin dan memegang kendali dalam keluarga serta bertugas untuk membimbing dan dihormati oleh anaknya termasuk BS. Terlihat bahwa THV bukan hanya menampung cerita dari BS dan menjadi teman, namun disini THV juga mengarahkan BS terkait masa depannya. THV memberikan arahan terkait dengan gambaran bahwa kerja dimasa depan yang sesuai hati dan *passion*, serta jangan pernah menutup peluang ketika ada rekan yang memberikan peluang tersebut. THV juga membuka disuksi dan bertukar pikiran terkait permasalahan yang sedang dihadapi oleh BS.

Rasa kepercayaan BS terhadap THV tumbuh, dan memperkuat relasi diantara keduanya, oleh karenanya BS dapat bercerita tentang permasalahannya secara mendalam. BS juga mendengarkan apa yang disampaikan oleh THV dan menghormati THV sebagai kepala keluarga. THV juga memberikan *feedback* yang baik atas semua pembicaraan dari BS. Dalam prosesnya THV yang terus memberikan *support* dan pembimbingan membuahkan hasil yang cukup baik dimana BS mulai menunjukkan kembali sifat periang dan mulai membuka diri secara perlahan dalam kehidupan sosialnya. Dapat terlihat bahwa pola komunikasi keluarga *authoritative* dapat berjalan dan membantu proses pembimbingan dari BS secara perlahan.

### **Penerapan Pola Komunikasi Pada QLC**

Pada kasus BS, pola komunikasi yang diterapkan oleh THV kepada BS adalah dengan menggunakan pola komunikasi keluarga *Equality Pattern*, serta pola komunikasi keluarga demokratis atau *authoritative*. Kedua pola komunikasi ini sangat membantu untuk digunakan sebagai proses pembimbingan pada kasus BS, dikarenakan karakteristik dan latar belakang, pengalaman, perjalanan hidup, serta sifat individu yang ada dalam keluarga tersebut. Pada kasus ini THV menerapkan dua pola komunikasi keluarga *Equality Pattern*, dan *Authoritative* secara bersamaan, hal ini dikarenakan ia menyadari bahwa ia harus menjalankan dua peran yaitu sebagai ayah dan juga ibu, bagi anaknya dikarenakan THV yang merupakan seorang *single parent* dan harus memimpin keluarganya sendiri

Ketika THV berperan sebagai ibu, maka akan lebih menunjukkan sifat dan responnya sebagai teman, ketika THV berperan sebagai ayah, maka THV akan menunjukkan sifat kepemimpinan dalam hal pekerjaan, nilai kehidupan, dan mengarahkan dan memberikan contoh-contoh pengalaman yang sudah ia lalui pada

anaknyanya. Melalui berbagai proses dan usaha yang dilakukan oleh keduanya didapati bahwa adanya Perubahan sifat yang perlahan mulai kembali, ditunjukkan oleh BS juga turut dirasakan oleh orang tua, serta kakak kandung dari BS. Hal ini bisa terjadi dikarenakan JS mengatakan bahwa prosesnya sudah mulai membaik karena THV selalu memberikan dukungan kepada BS seperti motivasi dan semangat.

Menariknya, dari kedua pola komunikasi keluarga *Equality Pattern* serta pola komunikasi keluarga demokratis atau *authoritative*, bisa dijalankan secara bersamaan. Pola komunikasi ini bisa dijalankan secara bersama ketika orang tua mampu membagi peranan secara baik, dan memberikan respon yang sesuai dengan situasi yang tepat serta adanya komunikasi yang intens, dan pemahaman karakteristik dari kedua lawan bicara.

## Simpulan

Ditemukan bahwa pola komunikasi keluarga dapat menjadi salah satu metode pembimbingan dengan pola komunikasi keluarga yang tepat. Menariknya pada keluarga BS, kedua pola komunikasi ini ditemukan bisa berjalan bersama dan memberikan hasil yang baik untuk membimbing anak yang sedang dalam fase QLC.

Pertama, melalui penelitian ini dapat dilihat bagaimana permasalahan keluarga dapat mempengaruhi perkembangan sifat anak, walaupun secara tidak langsung dan terjadi di umur yang berbeda jauh dengan kejadiannya. Perubahan sifat dan permasalahan bisa disebabkan oleh permasalahan yang menumpuk dan terus berulang. Seiring dengan berjalannya waktu dan bertambahnya usia, permasalahan yang larut juga dapat muncul dan menjadi suatu pemicu permasalahan yang besar dalam kehidupan seseorang.

Kedua, ketika seorang anak sedang mengalami fase terberatnya, peran orang tua akan menjadi sangat penting pada proses pemulihan dan pembangkitan semangat dari seorang anak, karena pada dasarnya hubungan orang tua dengan anak adalah hubungan yang paling dekat. Sehingga ketika anak ada dalam fase terberat, dan mendapatkan bimbingan dan *support* yang tepat, maka anak juga perlahan akan kembali kedalam kondisi yang baik, dan permasalahan dapat terbantu oleh hubungan keluarga.

Ketiga, Pola komunikasi keluarga juga turut dapat membantu permasalahan yang terjadi dalam keluarga, walaupun permasalahan tersebut muncul dari diri anak sendiri. Pola komunikasi keluarga yang tepat, akan mempengaruhi perkembangan sifat anak menjadi lebih mandiri dan positif. Jenis pola komunikasi juga harus diterapkan dengan tepat sesuai dengan situasi dalam keluarga, karena berbeda keluarga, maka akan berbeda pola komunikasi yang diterapkan. Dalam menangani fase QLC, pada penelitian kali ini, pola komunikasi *Equality Pattern* serta pola komunikasi *authoritative* bisa menjadi pola komunikasi yang tepat untuk mengatasi permasalahan yang terjadi. Pola komunikasi keluarga *Equality Pattern* berperan untuk memberikan kenyamanan pada anak untuk bercerita pada orang

tuanya, sedangkan pola komunikasi keluarga *Authoritative* berperan untuk membimbing anak dan memberikan pandangan pada anak tentang apa yang harus dilakukan.

Terakhir, melalui pola komunikasi keluarga yang tepat, permasalahan akan dapat teratasi, bukan hanya permasalahan dalam diri, namun juga kedekatan antara orang tua dengan anak bisa terpupuk, serta rasa percaya juga dapat ditumbuhkan antara orang tua dengan anak. Harapannya pola komunikasi keluarga tidak hanya dapat membantu satu permasalahan saja, namun dapat membantu banyak permasalahan yang terjadi dan menjadi solusi yang tepat untuk permasalahan di dalam keluarga.

Dapat disimpulkan dalam penelitian ini bahwa pola komunikasi keluarga yang digunakan adalah *Equality Pattern* dan *Authoritative*. Kedua pola komunikasi ini dapat juga ditemukan dapat membantu proses pembimbingan orang tua kepada anak yang sedang mengalami fase tertentu seperti QLC, dengan menggunakan pola komunikasi keluarga.

## Daftar Referensi

- DeVito, J. A. (2012). *The Interpersonal Communication Book*. Boston, MA: Pearson.
- DeVito, Joseph A. (2016). *The Interpersonal Communications Book* (14th. ed (Global Edition)). Harlow: Pearson.
- Littlejohn, Stephen W Littlejohn dan Karen A Foss. (2009). *Teori Komunikasi, Theories of Human Communication*, Edisi 9 (hal. 287-291). Jakarta: Salemba Humanika Malang. Class Lecture.
- Yusuf, Syamsu L. N., M. Pd. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak Dan Pola Komunikasi Orang Tua & Anak Dalam keluarga*. Jakarta: PT. Reneka Cipta.
- Padang, D. U. (2022, July 6). Quarter life crisis Pada Gen-z Berdasarkan teori Pragmatis Filsafat Ilmu. Retrieved January 14, 2023, from <https://dktv.uinib.ac.id/index.php/2022/06/07/quarter-life-crisis-pada-gen-z-berdasarkan-teori-pragmatis-filsafat-ilmu/>
- Miles, Mattew B. dan A. Michael Huberman. 1992. *Qualitative Data Analysis: A Sourcebook of New Method*. Terjemahan Tjetjep Rohendi Rohidi. Analisis Data Kualitatif: Buku Sumber tentang Metode-metode Baru. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia (UI-PRESS)
- Memahami QLC Dan Cara Menghadapinya*. Alodokter. (2022, June 9). Retrieved January 14, 2023, from <https://www.alodokter.com/memahami-quarter-life-crisis-dan-cara-menghadapinya>