

BAB 2

Tinjauan Pustaka

2.1 Konsep Komunikasi Keluarga

2.1.1 Definisi Komunikasi Keluarga

Keluarga merupakan unit dasar sosial yang merupakan dasar dalam membangun struktur dan organisasi dalam setiap budaya (Akhlaq, 2013). Keluarga merupakan bentuk sebuah sistem, sehingga disana terdapat interaksi berkelanjutan dan umpan balik diantara lingkungan baik eksternal maupun internal (Friedman, 2003). Sebuah keluarga pasti memiliki cara dalam menyampaikan keinginan maupun harapannya. Hal tersebut akan disampaikan oleh keluarga dalam bentuk satu komunikasi.

Komunikasi merupakan kegiatan yang selalu dilakukan oleh setiap individu dalam kehidupan sehari harinya. Pada umumnya, komunikasi dapat dilakukan secara lisan ataupun verbal yang mampu dipahami oleh pemberi ataupun penerima pesan. Pengertian komunikasi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2011) adalah suatu proses pengiriman dan penerimaan pesan maupun berita antara dua orang atau lebih sehingga pesan yang dimaksud dapat dipahami.

Komunikasi keluarga sendiri diartikan sebagai salah satu dimensi struktural dari sistem keluarga yang ada berhubungan dengan kekuatan, pengambilan keputusan, peran, serta nilai dan norma keluarga. Komunikasi dalam keluarga menjadi sangat penting karena dengan komunikasi maka anggota keluarga mampu menyelesaikan masalah yang tidak mungkin dihindari dalam perkembangan sebuah keluarga (Friedman, 2003). Sedangkan menurut

Epstein, komunikasi keluarga adalah cara pertukaran informasi antar anggota keluarga baik secara verbal maupun non verbal (Akhlq, 2013).

Beberapa pengertian yang telah dijabarkan diatas dapat ditarik sebuah kesimpulan mengenai komunikasi keluarga, dimana komunikasi keluarga dapat diartikan sebagai suatu cara untuk menyampaikan sebuah informasi antar anggota keluarga baik secara verbal maupun *non verbal* dengan tujuan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dalam perkembangan sebuah keluarga. Komunikasi keluarga ini dianggap penting untuk menjaga keutuhan dari setiap keluarga.

2.1.2 Komponen Komunikasi Keluarga

Komunikasi yang terjadi dalam sebuah keluarga membutuhkan beberapa komponen agar informasi ataupun pesan yang disampaikan dapat diterima dengan baik. Komponen yang ada dalam komunikasi tersebut diantaranya adalah :

a. Pengirim Pesan

Pengirim pesan adalah seseorang yang mencoba untuk mengirimkan sebuah pesan kepada orang lain.

b. Saluran atau Chanel Komunikasi

Saluran komunikasi merupakan rute ketika informasi itu dikirim hingga sampai pada penerima. Jaringan yang terjadi pada komunikasi keluarga bisa berjalan maju maupun mundur. Hal ini tergantung pada lingkungan keluarga itu sendiri. Misalnya pada keluarga patriatikal, saluran komunikasinya akan berjalan dari ayah ke ibu lalu dari ibu baru ke anak. Saluran komunikasi ini menggambarkan mengenai struktur kekuasaan , kedekatan dari hubungan antar anggota keluarga, peran keluarga dan kepopuleran individu diantara keluarga.

- c. Penerima Pesan
Penerima pesan merupakan seseorang yang menjadi target dari pengirim pesan untuk menerima pesan yang akan diberikan.
- d. Interaksi antara Pengirim dan Penerima Pesan
Interaksi merupakan bentuk yang lebih luas yang merujuk pada proses pengiriman dan penerimaan pesan, termasuk respon yang timbul dari pengirim maupun penerima pesan. Interaksi yang terjadi meliputi proses perubahan secara konstant dari komunikasi yang terjadi antar orang.

2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Komunikasi Keluarga

Komunikasi adalah kemampuan individu yang dipelajari sejak kecil dan dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya (Shives, 2007) :

- a. Sikap
Sikap merupakan hasil dari interaksi individu dengan lingkungan, asimilasi dengan sikap orang lain, pengalaman hidup, tingkat intelektual atau pengalaman yang menimbulkan trauma. Sikap merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh individu sebagai ungkapan atas perasaan dan pikiran.
- b. Latar Belakang Sosial Budaya
Komunikasi yang dilakukan oleh setiap individu akan memiliki berbagai perbedaan dan keragaman yang tergantung pada adat dan aturan yang diikuti di daerah individu tinggal.
- c. Pengalaman Masa Lalu
Pengalaman masa lalu yang dialami oleh individu akan mempengaruhi cara individu berkomunikasi baik didalam keluarga maupun di lingkungan sosial.

d. Kepemimpinan

Pemimpin dalam sebuah keluarga mempunyai peranan yang sangat penting dan strategis. Dinamika hubungan dalam keluarga dipengaruhi oleh pola kepemimpinan. Karakteristik seorang pemimpin akan menentukan pola komunikasi bagaimana yang akan berproses dalam kehidupan yang membentuk hubungan-hubungan tersebut. Kepemimpinan adalah komunikasi yang secara positif mempengaruhi kelompok untuk bergerak ke arah tujuan kelompok. Kepemimpinan adalah faktor yang paling menentukan keefektifan komunikasi kelompok.

e. Bahasa

Komunikasi verbal yang dilakukan oleh orang tua atau anak pasti menggunakan bahasa sebagai alat untuk mengekspresikan sesuatu. Bahasa yang dipergunakan oleh orang tua kepada anaknya dapat mewakili suatu objek yang dibicarakan secara tepat, tetapi dilain kesempatan bahasa yang digunakan tidak mampu mewakili suatu objek yang dibicarakan secara tepat. Bahasa yang digunakan dalam berkomunikasi dituntut menggunakan bahasa yang mudah dimengerti antara komunikator dan komunikan agar pesan dapat dipahami.

f. Perbedaan Usia

Komunikasi dipengaruhi oleh usia. Itu berarti setiap orang tidak bisa berbicara sekehendak hati tanpa memperhatikan siapa yang diajak bicara. Berbicara kepada anak kecil berbeda ketika berbicara kepada remaja. Mereka mempunyai dunia masing-masing yang harus dipahami

g. Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan yang berbeda akan memiliki perbedaan pula dalam menyampaikan maupun menerima informasi atau pesan. Pesan yang

disampaikan hendaknya menyesuaikan dengan pengetahuan penerima informasi.

h. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan seperti waktu, tempat, jumlah orang yang hadir dan tingkat kebisingan lingkungan akan mempengaruhi keefektifan penyampaian dan penerimaan informasi.

Penelitian Afrina (2010), menunjukkan bahwa lingkungan keluarga mempengaruhi bentuk komunikasi yang terjadi dalam keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat nyata ($p \leq 0,01$) pada keluarga yang tinggal di pemukiman dengan penggunaan komunikasi verbal dalam kehidupan sehari-hari, sedangkan pada keluarga di perkampungan terdapat hubungan yang sangat nyata ($p \leq 0,01$) dengan penggunaan komunikasi *verbal* dan *non verbal*. Perbedaan ini terjadi karena kedua orangtua di pemukiman lebih banyak yang bekerja dan meninggalkan keluarganya.

Penelitian Awalia (2010) di Desa Gempolan, menunjukkan bahwa tingkat pendidikan orangtua responden adalah SMU (41,5%) melakukan komunikasi secara terbuka dan efektif yang merupakan tanda dari komunikasi fungsional sebanyak 36,6%.

2.1.4 Jenis Komunikasi Keluarga

Pola komunikasi yang terjadi dalam keluarga bisa dilihat langsung dari tingkah laku dan perbuatan seorang individu. Pola komunikasi akan terus berkembang sesuai dengan perkembangan usia seorang individu. Bentuk komunikasi yang kompleks akan terjadi saat individu memulai masa remaja dimana individu akan mampu membandingkan bagaimana pola komunikasi yang dilakukan di dalam keluarganya dengan pola komunikasi yang digunakan di lingkungan sosial.

Pola komunikasi dalam keluarga menurut Friedman (2003) terbagi menjadi 2 pola yaitu :

a. Pola Komunikasi Keluarga Fungsional

Pola komunikasi fungsional dipandang sebagai kunci bagi sebuah keluarga yang berhasil dan sehat. Komunikasi fungsional dalam lingkungan keluarga ini menuntut bahwa maksud dan arti dari pesan yang disampaikan oleh anggota keluarga memiliki pemahaman dan arti yang sama dengan anggota keluarga lainnya (penerima pesan).

Pola komunikasi fungsional ini ditandai dengan adanya keterbukaan nilai, saling menghormati perasaan, pikiran dan perhatian, spontanitas, antusias serta membuka diri. Membuka diri dalam konteks komunikasi berarti keluarga menyatakan secara tegas bahwa anggota keluarga yang berbicara terbuka satu sama lain adalah orang yang cukup percaya diri untuk mempertaruhkan interaksi yang penuh arti.

Agar komunikasi fungsional dapat dilaksanakan, dibutuhkan beberapa hal diantaranya (Friedman, 2003) :

a) Mampu mendengarkan secara aktif dan efektif

Mendengarkan secara efektif artinya berfokus penuh pada sesuatu yang sedang dikomunikasikan dan menghambat distraksi dari luar. Pendengar yang pasif akan merespon pesan dengan ekspresi kosong dan kelihatan acuh sementara pendengar yang aktif merespon dengan gestur yang aktif pula. Untuk mendengarkan secara aktif, harus menunjukkan empati, memikirkan kebutuhan dan hasrat orang lain, dan menghindari menyela saat pengirim pesan membagi informasi melalui komunikasi.

Penelitian Sukma (2013), mendapatkan hasil bahwa sebuah keluarga yang menggunakan berkomunikasi dengan anaknya

menggunakan *gadget* dapat memantau kondisi anak yang berada jauh dari tempat tinggal, tetapi *gadget* juga mampu menghambat komunikasi karena sering tidak didapatkannya informasi yang jelas dari pengirim pesan ke penerima pesan dan hal tersebut mengakibatkan kurangnya intensitas komunikasi.

Penelitian Satir (1983) dalam Friedman (2003) menyatakan bahwa keluarga yang sehat adalah keluarga yang mengenali perbedaan satu sama lain, prasangka (*judgement*) yang minimal, serta kritik yang membangun satu sama lain. Komunikasi pada keluarga yang sehat merupakan komunikasi yang sangat dinamis dan mempunyai timbal balik.

b) Menggunakan Komunikasi Emosional

Komunikasi emosional berhubungan dengan ekspresi emosi seperti marah, terluka, kesedihan, iri dengan kebahagiaan, cinta, dan kelembutan. Pada keluarga fungsional, nampak penuh dengan ekspresi perasaan sedangkan pada keluarga disfungsional, ekspresi emosinya lebih terbatas dan cenderung kaku. Pada keluarga yang disfungsional, kemarahan dapat diijinkan asal bersal dari orang tua ke anak, bukan anak ke orang tua. Ekspresi kelembutan dan kasih sayang tidak begitu nampak pada keluarga disfungsional.

Komunikasi dengan emosi dapat dilihat bila anak menangis berarti menunjukkan bahwa dia sedang sedih dan putus asa, jika ia tersenyum menunjuka bahwa ia sedang senang atau gembira.

c) Berkomunikasi Terbuka dan Menimbulkan Umpan Balik

Keluarga dengan pola komunikasi fungsional ditandai dengan adanya rasa saling menghormati pikiran, ide, dan perasaan satu sama lain, berdiskusi mengenai banyak sisi kehidupan, baik sisi personal

maupun sosial. Komunikasi yang terbuka dalam keluarga yang sehat akan mampu menimbulkan umpan balik. Tujuan dari memberikan umpan balik adalah melakukan verifikasi ulang apakah pesan yang dikirimkan telah diterima oleh penerima pesan dengan baik atau tidak serta untuk mendapatkan klarifikasi dari informasi.

Komunikasi terbuka terjadi ketika remaja diperbolehkan orang tua untuk bercerita dimana orang tua mampu merepon cerita yang disampaikan oleh anak. Penyelesaian masalah yang dipilih merupakan keputusan dari anak yang telah dibicarakan bersama dengan orangtua.

d) Kekuatan Pemimpin Dan Peran Keluarga

Sistem keluarga didasarkan pada kekuatan pemimpin dimana suatu komunikasi mengandung perintah. Kekuasaan dan kepemimpinan ini dibutuhkan apabila suatu keluarga sedang menjalani tahap perkembangan.

Kekuatan pemimpin keluarga sangat mempengaruhi komunikasi yang terjadi dalam keluarga, misalnya remaja yang meminta izin kepada orang tuanya ketika akan pergi keluar rumah dan akan menghubungi orang tua ketika harus pulang terlambat.

b. Pola Komunikasi Keluarga Disfungsional

Pola komunikasi disfungsional didefinisikan sebagai pengirim (transmisi) dan penerima isi dan perintah dari pesan yang tidak jelas atau tidak langsung atau ketidaksepadanan antara tingkat isi dan perintah dari pesan. Faktor utama yang menyebabkan adanya pola komunikasi disfungsional adalah keegoisan, kebutuhan kesepakatan mutlak dan kurangnya empati.

Pada pola komunikasi keluarga disfungsional ini terjadi beberapa hal, diantaranya (Friedman, 2003) :

a) Berpusat pada Diri Sendiri atau Keegoisan

Individu yang fokus pada kebutuhan mereka sendiri dengan mengesampingkan kebutuhan, perasaan, atau sudut pandang orang lain merupakan karakteristik dari komunikasi yang berpusat pada diri sendiri. Dengan kata lain, Anggota keluarga yang egois berusaha untuk mendapatkan sesuatu dari orang lain untuk memenuhi kebutuhan mereka sendiri. Ketika orang-orang ini harus memberikan, mereka melakukannya dengan sikap enggan, bermusuhan, defensive atau bersikap mengorbankan diri. Sehingga perundingan atau negosiasi secara efektif menjadi sulit, karena orang yang egois percaya kalau apa yang mereka berikan tidak memberikan hasil.

Contohnya saja, di saat remaja melakukan sebuah kesalahan kemudian orang tua langsung memarahi dengan menggunakan kata kasar. Komunikasi yang berpusat pada diri sendiri juga ditunjukkan ketika remaja memiliki masalah maka orangtua akan memutuskan sendiri jalan keluar tanpa memperhatikan pendapat anak.

b) Kurangnya Empati

Anggota keluarga yang egois dan tidak bisa mentolerir perbedaan juga tidak dapat mengenali pengaruh dari pikiran mereka sendiri, perasaan, dan perilaku pada anggota keluarga lainnya, mereka juga tidak dapat memahami pikiran, perasaan dan perilaku anggota keluarga lain. Mereka dihabiskan dengan memenuhi kebutuhannya sendiri dan tidak memiliki kemampuan untuk bersikap empati.

Komunikasi yang kurang empati dapat tercermin dari perilaku orang tua ketika anak mencoba menceritakan mengenai masalah dan

perasaannya namun orang tua cenderung acuh dan tidak ingin mengetahui masalah yang dihadapinya.

c) Komunikasi Tertutup dan Tidak Menimbulkan Umpan Balik

Sementara keluarga lebih fungsional memiliki area komunikasi lebih terbuka, keluarga kurang fungsional sering menunjukkan area komunikasi yang lebih tertutup. Keluarga memiliki peraturan tidak tertulis mengenai apa saja yang bisa diterima atau tidak bisa diterima untuk didiskusikan.

Komunikasi tertutup ditandai ketika remaja mencoba menyampaikan pemikirannya mengenai pemecahan masalah, namun orang tua cenderung acuh dan mengaggap hal tersebut bukan cara yang terbaik

d) Membuat respon secara *judgmental*

Membuat prasangka dikarakteristikan sebagai evaluasi pesan berdasarkan pemikiran pengirim pesan itu sendiri tanpa memperhatikan pendapat dari penerima pesan. Bentuk dari membuat prasangka juga terwujud dalam hal lain yakni ketidakpuasan pada interaktan lain .

Sebai contoh, orangtua yang berkata “ Kamu sangat tidak cekatan”. Tetapi, maksud yang diinginkan sebenarnya adalah orangtua ingin sang anak lebih rajin lagi saat melakukan suatu pekerjaan. Orangtua juga terkadang membandingkan sang anak dengan saudaranya dengan tujuan agar dapat memberi contoh yang baik, tetapi hal tersebut dianggap tidak menyenangkan oleh anak yang merasa kurang.

2.1.5 Konflik dalam Komunikasi Keluarga

Konflik verbal merupakan hal yang sering terjadi di dalam keluarga. Konflik keluarga sendiri merupakan indikator dari keluarga sehat, dimana dapat dilihat apakah keluarga mampu untuk melawan dan menyeimbangkan kembali konflik yang ada untuk menyadari adanya keuntungan positif dari adanya konflik tersebut tetapi tidak sampai merusak hubungan antar anggota keluarga (Friedman, 2003).

Perkembangan keluarga dengan seorang anak remaja, sering sekali menimbulkan konflik. Konflik biasa terjadi akibat kurang seimbangnya pemahaman komunikasi orang tua terhadap perkembangan anak menjadi seorang remaja. Secara karakteristik, remaja memiliki suatu bahasa dan budaya mereka sendiri yang membuat mereka berbeda. Contohnya, remaja menolak untuk menjawab atau menjawab hanya satu suku saja saat diberikan suatu pertanyaan. Kondisi remaja yang cenderung diam tersebut menunjukkan jika mereka berada dalam posisi terdesak atau sedang merasa tidak nyaman untuk berbicara, jika orang tua tidak memahami komunikasi verbal yang disampaikan oleh remaja ini maka akan timbul suatu konflik komunikasi dalam keluarga (Wong, 2013).

Komunikasi dalam keluarga dianggap bermasalah apabila terdapat beberapa kondisi seperti (Silliar, 2004) :

- a) Tingkah laku yang ditunjukkan oleh keluarga tidak memiliki makna atau tidak berarti apa-apa bagi anggota keluarga
- b) Maksud atau tingkah laku dalam keluarga tidak dapat dimengerti oleh anggota keluarga lain

Konflik yang sering terjadi pada keluarga dengan remaja biasanya terjadi karena ketidakcocokan antara pemikiran orang tua dan remaja. Konflik dapat terjadi karena orang tua lebih sering berbicara daripada mendengarkan, merasa tahu lebih banyak, cenderung memberi arahan dan nasihat, tidak mendengar

dulu apa yang sebenarnya terjadi dan tidak memberi kesempatan pada remaja untuk mengemukakan pendapat serta sering kali orang tua merasa putus asa dan marah karena tidak tahu lagi apa yang harus dilakukan terhadap remaja.

(Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional: 2011)

Proses pikir yang terjadi pada remaja awal sering mengalami ketidakseimbangan dengan proses tumbuh kembangnya. Remaja sering menganggap diri mereka lebih mempunyai hak dan kebebasan yang lebih dari ketergantungan orangtua sehingga tingkah laku memberontak pada remaja terlihat semakin meningkat (Silliar, 2004).

Penelitian yang dilakukan Sholikah (2007) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara pola komunikasi keluarga dengan perilaku agresi remaja dengan p value 0,011. Data menunjukkan, dari 239 sample yang diteliti, sebanyak 118 (49,4%) responden memiliki pola komunikasi disfungsional. Dari 118 remaja yang menggunakan pola komunikasi disfungsional, sebanyak 73 responden sering menunjukkan perilaku agresif positif dan sisannya sebanyak 45 responden menunjukkan perilaku agresif negatif.

Penelitian yang dilakukan oleh Marseliana (2011), juga mengungkapkan bahwa dari 10 responden yang diteliti, didapatkan sebanyak 30% remaja dengan komunikasi disfungsional dan dari 3 responden tersebut memiliki perilaku seperti suka membolos, merokok dan melanggar tata tertib sekolah. Responden mengatakan bahwa terjadi komunikasi yang kurang baik dengan orang tua sehingga mereka lebih dekat dengan teman sebayanya. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pola komunikasi disfungsional mampu memunculkan perilaku yang negatif pada remaja.

2.1.6 Upaya Meningkatkan Komunikasi Fungsional Keluarga

Salah satu kunci dari keluarga yang sehat adalah adanya komunikasi yang jelas dan kemampuan untuk mendengarkan satu sama lain. Komunikasi menjadi sangat penting untuk menciptakan dan mempertahankan hubungan saling menyayangi antar keluarga. Faktor utama yang berpengaruh dalam kesehatan keluarga adalah ketika anggota keluarga memiliki suatu masalah maka terdapat kehadiran dari komunikasi yang terbuka, jujur, dan jelas dalam menghadapi kondisi yang menyebabkan stress maupun kondisi yang berkaitan (Friedman, 2003).

Komunikasi yang dapat meningkatkan kondisi kesehatan keluarga adalah komunikasi yang bersifat fungsional. Komunikasi fungsional antara keluarga dan remaja dapat diterapkan dengan 2 cara, yaitu (Wong, 2013) :

a) Membangun suatu pondasi

Pondasi yang akan dibangun untuk meningkatkan komunikasi keluarga dengan remaja dapat dilakukan dengan meningkatkan jumlah waktu bersama remaja, mendukung ekspresi, ide-ide, dan perasaan yang muncul. Selain itu, orang tua juga harus berusaha menghormati penyelesaian masalah dari sudut pandang remaja, memberikan pujian terhadap hal positif yang telah dilakukan remaja. Jika orang tua ingin remaja melakukan penyelesaian masalah dengan baik maka orang tua harus menghormati privasi mereka dan memberikan contoh yang baik.

b) Berkomunikasi secara efektif

Komunikasi yang efektif didapatkan dengan memberikan perhatian secara penuh, mendengarkan dengan seksama yang disampaikan oleh remaja serta menunjukkan sikap yang baik, tenang dan berpikir secara terbuka. Menghindari respon yang berlebihan terhadap masalah yang disampaikan remaja, menghindari sikap menghakimi ataupun mengkritik

serta membantu memberikan semua pilihan yang dapat dilakukan serta memberikan pengharapan yang jelas.

Selain itu, masih terdapat beberapa kegiatan yang dapat membantu remaja dan keluarga untuk meningkatkan komunikasi diantara mereka, yaitu (Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional: 2011) :

a) Mengetahui diri sendiri

Mengetahui diri sendiri dapat dilakukan dengan cara menghargai diri sendiri yaitu dengan tidak membandingkan diri dengan orang lain karena setiap orang itu unik. Menghargai upaya yang telah dilakukan adalah cara kedua, walaupun usaha mungkin belum berhasil tetapi kita harus tetap menghormatinya. Mampu mengendalikan perasaan merupakan cara terakhir dimana kita tidak boleh mudah marah, menghadapi sesuatu dengan wajar dan tidak berlebihan serta bisa menerima penjelasan remaja dengan tenang.

b) Mengetahui diri remaja melalui pemahaman perasaan remaja

Penting bagi orang tua untuk memahami perasaan remaja karena banyak masalah yang muncul karena hal ini. Dua perasaan yang sering dialami remaja adalah perasaan negatif dan positif. Perasaan negatif contohnya adalah marah, bosan, kecewa, merasa tidak dicintai dan lain-lain, sedangkan perasaan positif seperti berani, puas, yakin pada diri sendiri, senang, bangga, berminat dan sebagainya.

Perasaan ini terkadang sering muncul dengan adanya bahasa tubuh. Contohnya disaat remaja menangis menunjukkan bahwa dia sedang putus asa, marah, kesal atau terkadang terharu dan bahagia. Remaja yang menghentakan kaki menunjukkan bahwa dia sedang kesal atau marah. Bersedia menerima perasaan tersenut menunjukkan

bahwa kita menghargai remaja dan hal tersebut akan membuat remaja merasa berharga

c) Mendengar aktif

Mendengar aktif adalah cara mendengar dan menerima perasaan serta memberi tanggapan yang menunjukkan kepada remaja bahwa dengan sungguh telah menangkap pesan dan perasaan mereka.

Kegiatan yang dilakukan saat mendengar aktif adalah seperti berperan sebagai cermin dengan memantulkan kembali, serta mengulangi inti pesan yang disampaikan sehingga remaja merasa didengar, dipahami dan didukung.

d) Mengenal dan menghindari gaya penghambat komunikasi

Remaja dan orang tua sering mengalami hambatan komunikasi karena orang tua sering bereaksi terhadap ungkapan, perasaan, pikiran maupun pernyataan remaja dengan gaya yang membuat perasaan menjadi tidak nyaman dan merusak harga diri remaja.

Tindakan yang harus dihindari adalah memerintah, menyalahkan, membandingkan, mengancam dan menyindir seperti mengatakan “Jangan mengeluh, kerjakan saja” atau “Kamu malas sekali belajar, lihatlah apa yang dilakukan adikmu!”. Perkataan memerintah akan membuat remaja merasa bahwa ia harus patuh dan tidak punya pilihan dan merasa tidak disayang.

Penelitian Afrilia (2008) menyatakan bahwa semakin efektif komunikasi antara orang tua dan anak maka semakin rendah kenakalan remaja. Komunikasi efektif orang tua dan anak memberikan sumbangan relatif sebesar 14,45% terhadap penurunan angka kenakalan remaja (Santrock, 2002). Adanya komunikasi fungsional ini dapat mengurangi kemungkinan terjadinya perilaku menyimpang pada anak usia remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Astri (2012) mengenai hubungan komunikasi positif keluarga dengan perilaku asertif remaja juga memberikan pernyataan yang sama, yaitu hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien determinan= 0,447). Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel komunikasi positif dalam keluarga memberi sumbangan efektif sebesar 44,7% dalam mempengaruhi asertivitas siswa SMP Negeri 2 Depok, sedangkan sisanya 55,3% dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain.

2.2 Konsep Strategi Koping Remaja

2.2.1 Definisi Strategi Koping Remaja

Remaja sendiri diartikan sebagai suatu masa peralihan dari masa anak dan masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan baik dari segi fisik, biologis, psikologi dan ketergantungan dari kemampuan sosial serta ekonomi. Remaja adalah suatu kondisi dimana mulai terjadi perubahan yaitu remaja mulai meninggalkan sikap dan perilaku kanak-kanakan untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku dewasa. Masa remaja inilah sering timbul berbagai konflik akibat adanya perubahan perkembangan pada remaja terutama pada remaja awal (Efendi, 2009).

Menghadapi masalah yang muncul dan mengakibatkan stress ini, setiap remaja tersebut memiliki reaksi yang berbeda dalam mengatasi masalah yang dihadapinya. Perilaku atau cara yang digunakan individu dalam mengalihkan perasaan yang menekan atau stress sering disebut sebagai koping (El-Nafis, 2009).

Sedangkan menurut Ahyar (2010), koping adalah sebuah strategi untuk mengatasi perubahan yang dihadapi atau beban yang diterima tubuh dan beban tersebut menimbulkan respon tubuh yang sifatnya nonspesifik yaitu stres. Apabila strategi koping ini berhasil, seseorang akan dapat beradaptasi terhadap perubahan atau beban tersebut.

Kesimpulan yang dapat diambil dari uraian diatas adalah coping adalah suatu perilaku individu untuk mengurangi, mentoleransi, meminimalisasikan atau mengatasi suatu beban yang dihadapi oleh tubuh agar mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi. Sedangkan coping stress remaja dapat diartikan sebagai upaya, baik mental, maupun perilaku, untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi, atau meminimalisasikan suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan pada masa peralihan dari anak menjadi dewasa.

2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Coping Remaja

Faktor – faktor yang mempengaruhi strategi coping pada diri seseorang menurut Stuart (2006) yaitu :

a) Kesehatan

Dalam usaha mengatasi stress individu tentunya akan membutuhkan banyak energi yang harus didasari dengan perasaan sehat baik fisik ataupun psikis

b) Keyakinan atau pandangan positif

Individu yakin akan kemampuan yang dimiliki untuk dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi dan berpikir positif bahwa masalah yang dihadapi pasti dapat terselesaikan

c) Ketrampilan memecahkan masalah

Kemampuan individu untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternative tindakan, kemudian mempertimbangkan alternative tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat

d) Ketrampilan sosial

Kemampuan untuk berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara -cara yang sesuai berdasarkan nilai - nilai yang berlaku dimasyarakat

e) Dukungan sosial

Dukungan akan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman dan lingkungan masyarakat sekitar

f) Materi

Dukungan sumber daya berupa uang atau barang – barang

Penelitian Agustina (2012) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kemampuan kontrol diri terhadap kemampuan coping stress, dengan Hasil uji kolerasi *product moment* antara variabel dukungan teman sebaya dan coping stres diperoleh koefisien kolerasi $r = 0,485$ dengan probabilitas $(0,000) < \alpha (0,05)$. Artinya hubungan antara dukungan teman sebaya dengan coping stres terdapat kolerasi yang sedang atau cukup. Data menunjukkan siswa mendapat dukungan paling banyak pada tingkat sedang yaitu sebesar 48 siswa (80%) pada dukungan teman sebaya dan 56 siswa (93%) kontrol diri dapat melakukan coping stress tingkat sedang sebanyak 56 siswa (97%), pada siswa dengan dukungan teman sebaya yang rendah 3 siswa (5%) dan kontrol diri rendah 1 siswa (2%) menghasilkan coping yang buruk pula sebanyak 1 siswa (2%).

2.2.3 Jenis Strategi Coping

Bentuk strategi coping antara lain (Lazarus, 2000) :

a) Coping Berfokus Masalah (*Problem Focused Coping*)

Strategi coping yang berpusat pada masalah atau situasi yang menyebabkan stres. Strategi ini meliputi cara-cara yang dilakukan individu secara konstruktif terhadap stres yang dialami individu yang bersangkutan, sehingga individu dapat terbebas dari masalah tersebut.

Strategi ini membawa pengaruh pada individu yaitu perubahan pengetahuan individu terkait masalah yang dihadapi beserta dampak

dari sumber masalah yang dihadapinya. Strategi ini berorientasi pada mencari dan menghadapi masalah dengan cara mempelajari strategi atau keterampilan baru dalam rangka menghadapi stressor yang didadapi dan dirasakan.

Indikator yang menunjukkan strategi koping yang berfokus masalah yaitu :

a. Tindakan Langsung atau Perencanaan Tindakan (*Direct Action*)

Individu melakukan usaha dan merencanakan langkah- langkah yang mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung serta menyusun rencana untuk bertindak dan melaksanakannya. Penelitian yang dilakukan oleh Nadya (2012), memberikan hasil dimana dari total 194 siswa, 51% siswa menggunakan Koping berfokus masalah dalam menghadapi stressor berupa ujian nasional dengan tindakan berupa setelah mengikuti program bimbingan belajar disekolah, mereka juga mengikuti bimbingan belajar diluar sekolah, menembah buku referensi dan sering berlatih soal try out

b. Berhati-hati (*Cautiousness*)

Individu berfikir, meninjau dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah, berhati hati dalam memutuskan masalah, serta mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan sebelumnya dan individu menahan diri dalam bertindak yang didasari dengan pertimbangan.

Tindakan dalam cautioness ini adalah seperti remaja yang tidak terburu buru dalam menghadapi masalah dan membuat rencana untuk menghadapinya.

c. Mencari Bantuan (*Negotiation/ Assistance Seeking*)

Individu melakukan beberapa usaha untuk membicarakan serta mencari cara penyelesaian dengan orang lain yang terlibat didalamnya dengan harapan masalah dapat terselesaikan.

Kegiatan dalam strategi ini adalah seperti mengkomunikasikan masalah yang dihadapi dengan orang lain. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Hidayah (2008), dimana didapatkan hasil bahwa sekitar 31% remaja lebih memilih untuk bercerita kepada orangtua mereka saat sedang menghadapi masalah karena remaja menganggap bahwa orang tua dapat secara bijak membantu memilih penyelesaian masalah.

b) Koping Berfokus Emosi (*Emotional Focused Coping*)

Strategi ini mengikutsertakan usaha mengubah emosi, berdasarkan pengalaman yang disebabkan oleh peristiwa yang menimbulkan stres. Perilaku yang ditunjukkan pada strategi koping emosi adalah berupa upaya mencari dan memperoleh rasa nyaman dan memperkecil tekanan yang dirasakan dengan mengubah faktor dari dalam diri sendiri dalam cara memandang situasi lingkungan yang memerlukan adaptasi. Strategi koping berfokus pada emosi berusaha untuk mengurangi dan meniadakan beban pikiran individu tetapi tidak pada masalah yang sebenarnya.

Koping berfokus emosi ini merupakan penyelesaian masalah yang dilakukan individu dalam menghindari kondisi stres dengan cara berkhayal atau membayangkan seandainya individu berada pada situasi yang menyenangkan. Indikator dari strategi ini diantaranya :

a. Penolakan (*Minimalization or Denial*)

Usaha yang dilakukan individu untuk menghindari masalah dengan cara menolak memikirkan masalah dan menganggap seakan akan masalah tersebut tidak ada dan menekan masalah menjadi seringan mungkin.

Koping dengan meminimalisasikan masalah ini terjadi misalnya remaja yang berfikir bahwa masalah akan teratasi dengan seiring waktu dan kegiatan yang bisa dilakukan hanyalah menunggu. Selain kegiatan tersebut, remaja biasanya juga memilih untuk melupakan masalah yang dihadapinya.

b. Mencari arti (*Seeking Meaning*)

Suatu proses dimana individu mencari arti kegagalan yang dialami bagi dirinya sendiri dan mencoba hal yang penting dalam hidupnya. Individu mencoba mencari hikmah atau pelajaran yang bisa dipetik dari masalah yang telah dan sedang dihadapinya.

c. Menyalahkan diri (*Self Blame*)

Perasaan menyesal, menghukum, menarik diri dari lingkungan sekitar dan menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah yang terjadi atau strategi lain yang bersifat pasif yang ditujukan ke dalam diri sendiri.

Penelitian Potts (2012), menyebutkan bahwa risiko bunuh diri di USA meningkat sebesar 18% pada 2003-2004 dimana anak usia 12-15 th, 15% diantaranya berisiko tinggi bunuh diri, 11% diantaranya memiliki rencana bunuh diri dan 7% telah dilaporkan mencoba bunuh diri. Kondisi ini disebabkan karena anak tidak mampu menghadapi masalah yang ada dan

beranggapan bahwa semua masalah adalah karena dirina sendiri.

d. Pelarian diri (*Escapism or Avoidance*)

Usaha yang dilakukan individu untuk menghindari masalah dengan membayangkan hasil yang akan terjadi atau berkhayal seandainya individu berada dalam situasi yang lebih baik dari situasi yang dialaminya sekarang. Beberapa cara yang sering digunakan adalah seperti tidur lebih banyak, minum minuman keras, penyalahgunaan obat terlarang dan menolak kehadiran orang lain.

Kegiatan yang dilakukan pada strategi ini contohnya adalah remaja lebih memilih unutup tidur, ketika ia harus memiliki masalah dengan teman atau orangtuannya karena ia beranggapan bahwa setelah bangun tidur maka masalahnya akan hilang.

Penelitian yang dilakukan oleh Nadya (2012), memberikan hasil dimana dari total 194 siswa, 49% siswa menggunakan Koping berupa pelarian diri dalam menghadapi stressor berupa ujian nasional dengan tindakan berupa pergi berbelanja dan bermain bersama teman seusai jam sekolah. Remaja yang melakukan koping pelarian diri ini menganggap bahwa dia mampu melupakan masalahnya saat hatinya merasa senang.

National Youth federation (2013) membagi bentuk strategi koping stress menjadi strategi koping stress adaptif dan maladaptive dimana didalam masing masing koping tersebut terdiri dari strategi koping stress yang berfokus masalah dan strategi koping stress berfokus emosi, yaitu :

a) Strategi Koping Adaptif

Koping adaptif merupakan salah satu bentuk upaya atau usaha seseorang dalam menghadapi suatu keadaan yang mengakibatkan stress dan mampu memberikan hal yang positif. Perilaku yang adaptif dari individu mampu membantu untuk menyesuaikan dengan kondisi sakit, penyelesaian masalah dan meningkatkan kerjasama dengan program terapeutik (Sanders, 2009). Strategi koping stress adaptif terdiri dari beberapa komponen koping, antara lain :

a. Perencanaan

Strategi koping perencanaan ini merupakan suatu rencana kegiatan untuk mencari jalan keluar dan menyelesaikan masalah. Contoh nyata bentuk strategi ini adalah mencoba mengembangkan strategi mengenai tindakan apa yang akan dilakukan pertama.

b. Reinterpretasi positif / Pemikiran terstruktur

Strategi koping ini mengutamakan pengamatan terlebih dahulu terhadap masalah yang terjadi dan mencoba memandang dari suatu sudut pandang yang berbeda. Bentuk kegiatan strategi ini adalah mencoba belajar dari pengalaman yang sebelumnya telah dialami dan mengaturnya dalam strategi yang baru.

c. Mencari dukungan sosial

Strategi koping ini merupakan suatu tindakan untuk mencari saran dari orang lain yang pernah mengalami permasalahan yang sama. Bentuk kegiatannya adalah bercerita mengenai masalahnya kepada seseorang yang dianggap mampu melakukan sesuatu secara terstruktur.

d. Mengekspresikan emosi

Bentuk strategi koping ini adalah mengekspresikan perasaan yang dirasakan ketika menghadapi masalah.

Koping ini menghindari adanya penekanan perasaan yang dapat menimbulkan stress yang berlebih.

b) Strategi Koping Maladaptif

Koping maladaptif merupakan suatu bentuk strategi yang menghasilkan suatu ketidaksesuaian dengan keadaan lingkungan. Keadaan ini mengakibatkan suatu ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan yang menimbulkan stress dimana tidak terbentuk suatu tindakan untuk menyelesaikan suatu permasalahan (Sanders, 2009). Strategi koping stress maladaptif terdiri dari :

a. Pengabaian Masalah

Bentuk kegiatan strategi koping ini adalah mengalihkan pemikiran terhadap masalah kepada aktivitas lain. Contohnya adalah seperti akan lebih dari biasanya ataupun tidur lebih dari biasanya.

b. Pengharapan / Pengandaian

Bentuk kegiatan ini adalah berharap atau berangan angan senadainnya tidak terlibat dalam masalah tersebut. Koping ini akan memberikan keringanan pemikiran pada seseorang tetapi tidak segera mencari solusi terhadap masalah yang dihadapi.

c. Menyalahkan Diri

Bentuk kegiatan ini adalah menyalahkan diri akibat masalah yang terjadi. Seseorang dengan strategi koping ini dapat melakukan penarikan diri terhadap kegiatan sosial atau

melakukan hal yang berbahaya bagi dirinya sendiri sebagai bentuk suatu hukuman.

2.2.4 Masalah pada Koping Remaja

Perubahan yang terjadi pada perkembangan remaja membuat remaja berada dalam keadaan yang sulit karena remaja harus menyesuaikan diri dengan perubahan yang dialami. Kegagalan yang terjadi pada remaja dalam menyesuaikan perubahan yang terjadi dalam dirinya dapat mengarahkan remaja untuk berperilaku maladaptif. Penyesuaian yang sulit ini disebabkan karena remaja merupakan masa '*in between periode*', yaitu masa dimana individu tidak bisa digolongkan lagi sebagai anak-anak, namun belum matang untuk menjadi orang dewasa. Belum matangnya pemikiran pada remaja dapat menjadi suatu masalah tersendiri bagi remaja dalam menghadapi masalah yang muncul (Santrok, 2003).

Kebanyakan remaja dihadapkan pada masalah yang cukup kompleks mulai dari masalah kecil sampai masalah yang besar. Masalah bisa datang mulai dari penyesuaian diri terhadap perubahan dari perkembangannya sampai pada adanya tuntutan di lingkungan sekitarnya yang seringkali bertentangan satu dengan yang lainnya. Berkaitan dengan masalah yang muncul, remaja memiliki tuntutan untuk memecahkan masalah dan situasi yang menekan atau yang biasa disebut dengan strressor (Anggraningtyas, 2013).

Remaja lebih sering menghadapi masalahnya dengan cara mengabaikan stressornya. Remaja mengabaikan masalah yang dihadapinya dengan cara mendengarkan musik, menonton televisi, berolahraga atau berkumpul bersama teman. Strategi koping tersebut dianggap remaja dapat menghilangkan stress yang dirasakannya. Strategi tersebut sebenarnya dikatakan sebagai salah satu strategi koping yang tidak konstruktif karena tidak terdapat usaha yang dilakukan

untuk menyelesaikan masalah atau mengurangi stress (Frydenberg, 2008 dalam Nadya, 2012).

Penelitian dari Nicky (2012), menunjukkan dampak pada remaja yang tidak mampu menghadapi masalah yang ada diantaranya adalah adanya gangguan mood yang diperikarakan insidennya terjadi pada 0,3% anak pra sekolah, 2% anak usia sekolah dan 5-8% pada remaja dengan perbandingan laki-laki dengan perempuan adalah 1:2. Kasus bunuh diri pada remaja juga mengalami peningkatan pada masa remaja dimana pada tahun 2004-2005 terjadi peningkatan sampai 18% dengan hasil survey 11% remaja telah memiliki rencana unutup bunuh diri dan 7% diantaranya telah melakukan percobaan bunuh diri.

Penelitian yang dilakukan oleh Virginia (2009), mendapatkan hasil bahwa prevalensi dari masalah kesehatan mental yang dialami remaja adalah sekitar 14% dan masalah yang paling banyak terjadi adalah cemas dan depresi dalam menghadapi tugas perkembangan barunnya. Sebanyak 8984 siswa menengah pertama di Australia memiliki gejala cemas dan depresi sebesar 10,5% untuk laki-laki dan 21,7% pada siswa perempuan. Selain itu, remaja usia 12-18 th yang telah mencoba menggunakan rokok adalah sekitar 16% dimana telah mengalami peningkatan sebesar 50% dari tahun sebelumnya.

2.2.5 Upaya Peningkatan Koping Remaja

Tugas perkembang yang harus dilakukan oleh remaja merupakan salah satu risiko dari peningkatan masalah pada remaja seperti penyalahgunaan obat terlarang, perilaku yang menyimpang serta kegagalan dalam tugas sekolah karena ketidakmampuan remaja dalam menghadapi tugas perkembangannya. (Tammy, 2008).

Masalah yang sering terjadi pada remaja diantaranya adalah tugas sekolah sebesar 78%, hubungan dengan keluarga sebesar 68%, hubungan keakraban sebesar 64%, masalah dengan teman sebaya 64% serta permasalahan dengan saudara sebesar 64% (Barner, 2006). Menghadapi adanya masalah tersebut, remaja akan merasakan adanya suatu kondisi yang menekan atau membuatnya stress sehingga remaja akan berusaha untuk mengurangi atau menyelesaikan masalah tersebut.

Cara yang digunakan oleh remaja dalam menghadapi masalah atau yang disebut dengan coping akan berbeda-beda pada tiap remaja. Menurut Barner (2006), sebagian remaja lebih memilih untuk melakukan coping yang berorientasi pada emosi dimana perilaku terbanyak yang dilakukan oleh remaja adalah *avoidance* atau menghindari masalah tersebut. Upaya remaja untuk menghindari masalah yang datang mampu menyebabkan kondisi stress yang kronis karena masalah tidak akan terselesaikan dan justru akan mampu menimbulkan masalah kesehatan.

Menghindari terjadinya coping stress yang tidak adaptif, remaja dapat melakukan beberapa cara untuk meningkatkan perilaku copingnya, diantaranya (Patricia, 2008) :

a) Mencari dukungan Sosial

Memiliki seseorang untuk bercerita baik teman, keluarga bibi atau paman menjadi sangat penting terutama jika mulai merasa cemas. Mengatakan permasalahan yang dialami dengan seseorang bukan mampu mengurangi rasa cemas dan dapat membantu mencari solusi masalah dari sudut pandang yang berbeda

b) Belajar untuk rileks

Jika mulai merasa cemas dengan kondisi yang dialami, maka istirahat dulu sejenak sebelum memikirkan solusi permasalahan yang dihadapi akan lebih baik.

c) Menyediakan waktu untuk berfikir

Memtuskan pemecahan masalah yang akan diambil tidak bisa diselesaikan dengan terburru-buru. Keputusan yang dipilih harus difikirkan dengan matang berfokus pada kemampuan management waktu dan menprioritaskan tindakan

d) Menentukan tujuan yang realistik

Menentukan yang tidak realistik merupakan salah satu ide yang kurang baik karena jika tujuan yang diinginkan tidak tercapai, maka akan menyebabkan perasaan gagal pada diri sendiri

Selain itu, penggunaan koping yang maladaptif pada remaja biasanya disebabkan karena adanya konflik peran yang terjadi pada remaja yaitu adanya keinginan untuk bebas tetapi masih bergantung pada orang tua. Sikap remaja tersebut terbukti pada data yaitu sekitar 46% atau hampir sebagian remaja hanya kadangkadang saja mencari dukungan atau saran dari orang tua atau tenaga kesehatan, dan 23% menyatakan tidak pernah sekalipun meminta saran (Hidayah, 2008).

Menghindari sikap remaja yang tidak adaptif dalam mnelakukan koping stress diperlukan bantuan pula dari kedua orang tua. Penelitian Virginia (2009) untuk membantu remaja menghadapi masalah yang muncul keluarga bisa melakukan terapi berbasis intervensi keluarga agar remaja terhindar dari penyimpangan dengan prinsip :

- a) Mempertahankan hubungan keluarga yang positif dengan meningkatkan komunikasi dan penyelesaian masalah

- b) Mengatasi masalah dalam keluarga yang mampu menjaga penyalahgunaan obat pada remaja
- c) Meningkatkan dukungan yang diberikan dari orangtua kepada remaja
- d) Mengalih fokuskan masalah dari sesuatu dalam remaja untuk menjadi sesuatu dalam sistem keluarga

Penelitian Hidayah (2008), mengungkapkan bahwa perhatian kepada anak yang cukup dengan menyediakan waktu untuk remaja dapat meningkatkan kepercayaan pada orangtua. Data menunjukkan bahwa sekitar 47,8% orangtua yang menyediakan cukup waktu untuk remaja, maka sekitar 79,1% remaja mampu melakukan koping yang cukup adaptif dalam menghadapi maraknya peredaran narkoba di kalangan remaja.

2.3 Hubungan Komunikasi Keluarga dengan Strategi Koping stress Remaja

Pola komunikasi yang diterapkan disetiap keluarga akan mempengaruhi cara seorang remaja dalam memilih strategi koping yang ada. Menurut Friedman (2003), komunikasi keluarga dikonsepsikan sebagai salah satu dimensi struktural dari sistem keluarga, melalui kekuatan, pengambilan keputusan, peran, serta nilai dan norma keluarga. Keluarga merupakan bentuk sebuah sistem, sehingga disana terdapat interaksi berkelanjutan dan umpan balik diantara lingkungan baik eksternal maupun internal.

Goldenbergh (2000), menyebutkan bahwa komunikasi fungsional dalam keluarga merupakan inti dari kesuksesan dan kesehatan sebuah keluarga. Pada keluarga dengan pola komunikasi yang fungsional, memungkinkan adanya masukan ke dalam sistem keluarga dengan cara menerima ide, informasi, sumber dan kesempatan baru sehingga dapat memberikan dukungan sistem yang sesuai.

Pola komunikasi fungsional ini ditandai dengan adanya umpan balik yang positif dimana keluarga mengacu pada proses dalam keluarga yang membantu anggota keluarga mengidentifikasi kekuatan dan kebutuhan dan menentukan bagaimana baiknya suatu penyelesaian masalah dapat dicapai. Umpan balik inilah yang diharapkan mampu membimbing remaja menggunakan cara penyelesaian masalah yang konstruktif.

Berbeda dengan adanya komunikasi disfungsional pada keluarga, dimana dalam keluarga ini tidak terjadi umpan balik antar anggota keluarga. Keluarga memandang suatu perubahan yang terjadi sebagai suatu ancaman bagi keluarga. Keluarga menjadi curiga terhadap berbagai dukungan yang tersedia dan cenderung untuk mempertahankan sistem keluarga dengan menghindari pengaruh dari luar.

Pernyataan diatas dapat memberikan sedikit kesimpulan, dimana seorang anak yang berada dalam keluarga dengan komunikasi fungsional akan cenderung melakukan penyelesaian masalah atau koping yang berfokus pada penyelesaian masalah dimana keluarga akan memberikan bantuan dalam menghadapi masalah pada anak. Sedangkan pada anak yang berada dalam keluarga dengan komunikasi disfungsional akan cenderung mematuhi apa yang diperintahkan oleh keluarganya sesuai dengan nilai yang dipercaya keluarga. Perlakuan keluarga yang cenderung memaksakan kehendak pada anak ini akan cenderung mengakibatkan anak menyelesaikan masalahnya dengan koping yang berfokus emosi.

Seperti yang dilansir dalam Kompas tahun 2009, dilaporkan bahwa 70% pengguna narkoba dari total pencarian sebanyak 75.608.612 adalah dari kalangan remaja. Penyebab terbesar adalah komunikasi antara orangtua dan remaja yang sering memunculkan konflik sehingga remaja cenderung mencari pelarian dari masalah yang dihadapinya (Sinta, 2009). Penelitian yang

dilakukan oleh Nadya (2012) juga memberikan hasil dimana dari total 194 siswa. 51% siswa menggunakan Koping berfokus masalah dalam menghadapi stressor berupa ujian nasional dengan tindakan berupa setelah mengikuti program bimbingan belajar disekolah, mereka juga mengikuti bimbingan belajar diluar sekolah, menambah buku referensi dan sering berlatih soal *try out*. Tindakan tersebut didasarkan pada diskusi yang telah dilakukan dengan orangtua mereka sebelumnya. Sedangkan sebanyak 49% sisanya menggunakan koping berfokus pada emosi dengan tindakan seperti memilih keluar bersama teman atau tidur dan terkadang menagis. Hal tersebut mereka lakukan karena merasa takut untuk membicarakan masalahnya dengan orangtua.

