

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Salah satu fase pertumbuhan seseorang untuk menjadi dewasa adalah dengan melewati terlebih dahulu masa remaja. Pada masa remaja, seseorang akan cenderung memiliki emosi yang kurang stabil karena sedang mengalami perubahan fisik dan psikis (Surbakti, 2008). Ketidakstabilan ini membuat remaja akan lebih mudah dipengaruhi karena masih dalam proses mencari jati diri yang sebenarnya. Di sinilah letak orang tua menjadi penting dalam mendampingi putra putri remajanya agar tidak terlibat ke arus yang salah.

Usia remaja dikenal sebagai fase peralihan atau masa transisi dari anak-anak menuju ke masa dewasa ditandai dengan adanya perubahan sosial, fisik, dan kondisi psikologis. Umur yang menjadi fase peralihan ini membuat remaja mulai dapat berpikir kritis guna mendefinisikan ulang peran mereka sebagai seorang pembuat keputusan serta mencari hubungan yang setara dengan orang tua (Kusuma, 2017, p.50).

Namun, karena merasa putra/putrinya masih ada di masa anak-anak, orang tua cenderung menolak menyetarakan peran anaknya sebagai pengambil keputusan, karena orang tua merasa hal tersebut

menjadi ranah mereka. Melalui adanya perbedaan pola pikir antara remaja dan orang tuanya membuat beberapa dari mereka tidak dapat lepas dari konflik. Di satu sisi, sang anak ingin mandiri dalam mengambil keputusan sendiri, tetapi di sisi lain, orang tua sebenarnya hanya ingin mengontrol agar putra- putrinya tidak mengalami hal yang buruk pada anaknya. Sehingga, perlu dilakukan kompromi dan diskusi antara remaja dan orang tuanya (Fitriani, 2020, p. 3).

Perbedaan pendapat ini membawa remaja kepada sebuah krisis identitas, di mana mereka mempertanyakan perannya sendiri di tengah banyaknya peran sosial yang berbeda-beda di tengah dunia yang sedang berkembang (Zimbardo, 2000, p.149). Salah satu cara penyelesaian konflik yang dilakukan oleh remaja adalah dengan menghindari orang tuanya (Van Doorn dan Meeus, 2008) yang dikutip dari (Fitriani, 2020, p.4). Hal ini dikarenakan dalam proses penyelesaian masalah, mereka membutuhkan pendapat orang lain yang dapat sejalan dengan pendapat mereka.

Meskipun remaja terlihat cenderung berlari dari masalah, mereka sebenarnya butuh untuk dibimbing oleh orang yang lebih tua agar tidak terjerumus ke hal-hal yang tidak diinginkan. Dalam rangka mencapai hal tersebut, remaja dan orang tuanya perlu memiliki kualitas komunikasi yang baik. Terlebih, orang tua dan keluarga merupakan agen sosialisasi pertama yang didapat oleh remaja (Kusuma, 2017, p.50).

Adapun, proses komunikasi ini tidak selalu berjalan mulus.

Terlebih, pada tahun 2020, dunia mengalami situasi pandemi yang mengharuskan setiap orang berada di rumah saja. Hal ini menandakan bahwa setiap orang tua dan anaknya akan lebih sering bertemu bahkan bertatap muka setiap harinya. Ketidakpastian kondisi menjadi tantangan bagi remaja untuk tetap bertahan dan beradaptasi, terutama dalam menjalin komunikasi dengan orang tua dan keluarganya.

Dalam artikel tulisan Dewi (2020, para 5) di tirto.id, ia memaparkan pernyataan ilmuwan senior di Departemen Kesehatan Mental, Murray (2020) bahwa adanya situasi pandemi yang tidak menentu serta melonjaknya angka yang terdampak dapat menyebabkan ketegangan antara anak dan orang tua. Terlebih, bagi anak remaja yang merantau dan sebelumnya terbiasa untuk tinggal sendiri. Adanya pembatasan sosial membuat setiap orang yang sebelumnya dapat bebas pergi ke tempat hiburan atau pergi bersama teman-temannya untuk *refreshing* dari penatnya masalah di rumah harus mengurungkan niat tersebut agar terhindar dari virus.

Banyaknya kewajiban untuk beradaptasi membuat beberapa anak remaja mengalami gangguan psikologis saat pandemi. Laporan dari *Parents Together Action* (2020) menyatakan bahwa 70 persen anak remaja merasakan perasaan negatif selama pandemi, mulai dari panik, sedih, dan bingung. Hal ini dikarenakan kurangnya kemauan orang tua ataupun pihak keluarga untuk lebih mendengar pendapat dari mereka, ditambah lagi dengan beban pendidikan yang semuanya via *online*.

Menurut riset data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, tercatat 736 orang tua dan anggota keluarga melakukan kekerasan kepada anaknya, baik secara verbal maupun fisik. Tingkah laku yang cukup sering terjadi adalah meningkatnya volume suara bentakan, mengkritik kemampuan sang anak dalam proses pembelajaran daring, dan menyalahkan anak atas segala kondisi dan situasi.

Adanya gangguan psikologi pada remaja berdampak langsung pada permasalahan mental remaja. Adapun kajian mengenai Gangguan Kesehatan Mental saat Pandemi yang disusun oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) (2020) menunjukkan bahwa dari 4010 responden, 64,8% diantaranya mengalami masalah psikologis yang terbagi menjadi tiga jenis, yaitu 65% mengalami cemas, 62% depresi, dan 75% trauma. Melalui pembagian pada riset tersebut, diketahui bahwa kelompok usia < 20 tahun menempati posisi ke-3 yang memiliki masalah psikologis terbanyak sebesar 64%.

Permasalahan ini membawa remaja pada pemikiran untuk bunuh diri. Di Indonesia sendiri seperti yang dituturkan Siauw (Wisnubrata, 2019), setidaknya ada 3 pemicu bunuh diri, yaitu kesepian, perundungan, dan kekerasan seksual. Fakta ini sesuai dengan temuan Badan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2014), yang menunjukkan bahwa banyak anak-anak dan orang muda melakukan tindakan bunuh diri sebagai akibat kekerasan fisik,

kekerasan seksual, dan perundungan *offline* maupun *online*. Sementara itu efek media atau yang dikenal dengan Werther effect juga diduga memperparah peningkatan angka bunuh diri (Kresna, 2019). Maka dari itu, penting bagi orang tua sebagai orang terdekat dari remaja, terlebih pada saat pandemi, untuk memberikan perhatian terkait kesehatan mental mereka.

Sebagai upaya untuk meningkatkan kesadaran remaja maupun orang tua terkait pentingnya kondisi psikologis untuk mempertahankan kesehatan mental di tengah pandemi, penulis menyusun program *talkshow* yang berjudul LIPTEEN (*Life and Psychology of Teenager*). *Talkshow* ini dibentuk tidak hanya sebagai edukasi psikologi untuk remaja, tetapi juga ruang bicara bagi mereka yang mengalami masalah psikologi. Karena, Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia, dr. Andri, SpKJ, FAPM mengemukakan bahwa kunci utama dan hal pertama yang dapat dilakukan untuk mengatasi gejala depresi adalah bicara.

Adapun, program *talkshow* ini akan didistribusikan melalui platform YouTube karena mulai adanya pergeseran konsumsi berita dari media konvensional ke media daring. Hal ini dikarenakan media daring memiliki karakteristik yang interaktif dengan pembaca, kecepatan dalam pendistribusian informasi, serta kemampuan untuk lebih memperluas kontennya tanpa terikat oleh perjanjian tertentu (Robinson, 2011). Sehingga, media *online* dapat memenangkan persaingan karena kepraktisannya dalam mendistribusikan informasi

serta dapat memancing interaksi antara penikmat dan pembuat karya.

Tak hanya itu, survey dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menyatakan bahwa pengguna internet di Indonesia juga meningkat hingga 196 juta jiwa selama pandemi. Artinya keberadaan internet telah membuka akses bagi masyarakat Indonesia agar mendapat lebih banyak informasi. Terlebih, saat pandemi, masyarakat (khususnya remaja) menghabiskan waktu

Selain itu, penulis juga memilih YouTube sebagai platform distribusi karena survei yang dilakukan oleh We are Social bahwa terdapat 150 juta penduduk Indonesia aktif menggunakan media sosial dan Youtube menjadi platform yang paling banyak diakses, yaitu sebesar 88% dari total pengguna media sosial pada 2019. Mayoritas pengguna media sosial di Indonesia berusia dari 18-34 tahun dan lebih dari setengahnya adalah laki- laki (Redaksi, 2019). Menilik dari berbagai riset tersebut, karya ini dikemas dengan format video sebagai wadah untuk menyalurkan edukasi tentang psikologi remaja yang disajikan dalam sebuah *talkshow* sekaligus gameshow dan akan diunggah melalui YouTube.

1.2 TUJUAN KARYA

Tujuan dari skripsi berbasis karya ini adalah:

1. Memproduksi karya jurnalistik yang bisa diakses melalui platform YouTube.
2. Program ini dapat menjangkau kalangan remaja serta pendamping

mereka (ayah, ibu, kakak, dan orang dewasa yang tinggal di sekitar mereka) untuk mengerti kondisi psikologis remaja.

3. Mengenalkan adanya perspektif lain kepada khalayak terkait isu psikologi remaja, khususnya pada kualitas hubungan mereka dengan orang tua di masa pandemi.
4. Memberi wadah bagi remaja untuk dapat *sharing* tentang apa yang mereka rasakan terhadap kualitas hubungan mereka dengan orang tua.

1.3 KEGUNAAN KARYA

Kegunaan dari skripsi berbasis karya ini adalah:

1. Ilmu jurnalistik untuk berkembang di program dengan pengaplikasian *talkshow*.
2. Menumbuhkan harapan remaja agar mampu lebih dipedulikan kondisi psikologi yang mereka alami, khususnya dalam membangun hubungan dengan orang tua.
3. Meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kondisi psikologi remaja yang nantinya dapat memengaruhi perkembangan mental remaja.
4. Menjadi pengantar untuk organisasi kesehatan mental dalam penyebaran informasi dan edukasi mengenai permasalahan psikologi yang dialami para remaja.