

BAB II

KERANGKA TEORI/KERANGKA KONSEP

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian ini adalah hasil dari pengembangan dan pembaharuan penelitian sejenis yang sudah pernah dilakukan sebelumnya. Referensi penelitian dipilih berdasarkan kesamaan topik, konsep, metodologi, dan lingkup objek penelitian. Peneliti menemukan lima penelitian terdahulu dalam bentuk jurnal ilmiah yang relevan dijadikan sebagai landasan atau acuan pada penelitian ini.

Penelitian pertama yang disusun oleh Desi Yoanita (2020) membahas *love and hate relationship* antara anak generasi Z dengan orang tuanya. Ketegangan relasi ini terjadi karena anak gen Z kini memiliki kesadaran dan kemandirian, tetapi orang tua masih mengambil otoritas penuh kepada mereka. Konsep yang digunakan adalah orientasi pola komunikasi keluarga Fitzpatrick dengan pendekatan kualitatif deskriptif dan metode studi kasus. Hasil penelitian yang didapat adalah kebersamaan keluarga membutuhkan komitmen dan manajemen waktu. Dalam menjalin keintiman dan keterikatan tersebut, *instant messaging* telah menghubungkan komunikasi keluarga. Setiap keluarga memiliki batasan keterbukaan sehingga tak semua topik memiliki porsi yang sama untuk dibicarakan. Anak generasi Z ditemukan memiliki keinginan dianggap dewasa melalui keterlibatan keputusan keluarga, tetapi mereka juga memahami kondisi orang tua tidak menceritakan masalah keluarga guna menjauhkan stressor kepada anak. Peran Ibu terlihat menjadi perantara komunikasi antara anak dan Ayah. Ayah dan Ibu menjadi role model untuk menciptakan komunikasi keluarga yang hangat.

Penelitian kedua yang dilakukan oleh Rini Rinawati dan Dedeh Fardiah (2016) berfokus pada efektivitas komunikasi orang tua dan anak korban kekerasan dalam mencegah tindak kekerasan. Penelitian ini menggunakan teori penetrasi sosial dan konsep komunikasi antarpribadi dalam keluarga yang terdiri dari pola komunikasi keluarga DeVito dan orientasi komunikasi keluarga Fitzpatrick dengan metode studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keluarga di Bandung menerapkan keterbukaan yang tinggi tentang tindakan kekerasan sehingga

meningkatkan kedekatan orang tua dan anak. Sikap komunikasi orang tua bersifat empati, mendukung, dan positif yang membuat anak merasa nyaman. Orang tua cukup menerapkan kesetaraan komunikasi sehingga melibatkan anak dalam pengambilan keputusan dan pemecahan masalah keluarga.

Penelitian selanjutnya yang ditulis oleh Fitri Sayidati Mukaromah, Akif Khilmiyah, dan Aris Fauzan (2020) berfokus pada pola komunikasi orang tua dan anak milenial dalam membentuk kecerdasan sosial. Penelitian kualitatif ini menggunakan metode etnografi yang bersifat deskriptif analitik. Konsep yang digunakan adalah pola komunikasi keluarga (Hurlock) dengan subjek penelitiannya, yaitu keluarga guru yang memiliki anak milenial di Desa Bumirejo. Hasil penelitian menyatakan bahwa pola komunikasi keluarga yang diterapkan adalah demokratis dan permisif. Lalu, strategi yang dilakukan keluarga guru dalam mencapai komunikasi keluarga yang lancar adalah memberi kesan nyaman dan membatasi anak dalam mengonsumsi teknologi terlebih *handphone*.

Penelitian keempat menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metodologi fenomenologi. Jeffrey Oxianus Sabarua dan Imelia Mornene (2020) memberi fokus penelitian pada efektivitas komunikasi keluarga guna membentuk karakter anak yang menduduki kelas IV SD di Inpres 3 Wosia. Hasil penelitian membuktikan bahwa orang tua menggunakan komunikasi positif dan menghindari cara komunikasi yang berdampak negatif. Pola komunikasi yang sama diterapkan pula oleh siswa kepada lingkungannya. Lalu, pola komunikasi keluarga diurutkan dari yang paling banyak tidak diterapkan adalah otoriter, paternalistik, manipulasi, dan permisif. Sedangkan, pola komunikasi yang paling banyak digunakan adalah demokratis.

Penelitian terakhir yang diambil adalah karya Firdanianty Pramono, Juara P. Lubis, Herien Puspitawati, dan Djoko Susanto (2017). Penelitian ini berfokus pada pola komunikasi dan tipologi keluarga pada remaja laki-laki dan perempuan di Bogor. Dengan pendekatan kuantitatif dan penyebaran survei, penelitian ini menemukan bahwa ada perbedaan signifikan pada orientasi kesesuaian untuk perempuan dan laki-laki, sedangkan pada orientasi percakapan tidak ada perbedaan signifikan untuk remaja perempuan dan laki-laki. Keterbukaan dan topik diskusi

dari orang tua tidak dibedakan berdasarkan jenis kelamin anak. Namun, topik diskusi yang sama memiliki cara diskusi dan respon komunikasi yang berbeda antara remaja perempuan dan laki-laki. Berdasarkan tipologi, keluarga konsensual adalah tipe yang paling umum diterapkan, lalu dilanjutkan protektif, *laissez-faire*, dan pluralistik. Orientasi percakapan dan orientasi kesesuaian anak remaja perempuan lebih tinggi daripada remaja laki-laki. Remaja perempuan lebih mendominasi tipe keluarga konsensual, sementara remaja laki-laki tipe protektif.

Persamaan kelima penelitian di atas adalah semua berfokus pada hubungan komunikasi keluarga antara orang tua dan anaknya. Perbedaan terletak pada kondisi anak, yaitu ada *love and hate relationship*, korban kekerasan, kecerdasan sosial, karakter anak, dan pemakaian narkoba. Tiga diantaranya merupakan penelitian kualitatif dengan metode studi kasus dan etnografi, lalu dua penelitian kuantitatif dengan penyebaran kuesioner. Semua penelitian menggunakan konsep tipologi keluarga yang diukur dengan dimensi orientasi kesesuaian/konformitas dan orientasi percakapan menurut Koerner dan Fitzpatrick, kecuali satu penelitian menggunakan Hurlock yang mengelompokkan tipe keluarga menjadi otoriter, demokratis, dan permisif. Hasil kelima penelitian mengungkap adanya keterikatan komunikasi orang tua dan anak yang dilakukan dalam rangkaian komunikasi keluarga. Peran keluarga terlihat sangat berkaitan dengan keberlangsungan kehidupan anak sehingga komunikasi keluarga menjadi pusat hubungan orang tua dan anaknya.

Melalui pemetaan penelitian sebelumnya, peneliti menemukan hal menarik yang dapat mengembangkan penelitian sejenis. Dalam penelitian ini, peneliti menganalisis komunikasi keluarga antara orang tua dan anak generasi Z yang sudah mengalami dan melewati krisis kehidupan atau disebut *quarter life crisis*. Lalu, pengumpulan data akan dilakukan dari kedua belah pihak, yakni anak generasi Z dan kedua orang tuanya. Hal tersebut menjadi kebaruan dan pembeda antara penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan peneliti.

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian	I	II	III
Judul Penelitian	Pola Komunikasi Keluarga di Mata Generasi Z	Efektivitas Komunikasi Antarpribadi dalam Mencegah Tindak Kekerasan Terhadap Anak	Pola Komunikasi Orang Tua dalam Pembentukan Kecerdasan Sosial di Kalangan Remaja Milenial
Nama Peneliti	Desi Yoanita	Rini Rinawati dan Dedeh Fardiah	Fitri Sayidati Mukaromah, Akif Khilmiyah, dan Aris Fauzan
Tahun Penelitian	2022	2017	2020
Jenis & Sifat Penelitian	Kualitatif Deskriptif	Kualitatif Deskriptif	Kualitatif Deskriptif Analitik
Metodologi Penelitian	Studi Kasus	Studi Kasus	Etnografi
Teori/Konsep	Tipologi Keluarga Koerner & Fitzpatrick	Teori Penetrasi Sosial, Tipologi Keluarga Koerner & Fitzpatrick	Pola Komunikasi Keluarga Hurlock
Hasil Penelitian & Kesimpulan	Anak generasi Z relatif lebih komunikatif dengan Ibu yang menjadi perantara komunikasi anak kepada Ayah. Anak generasi Z ingin terlibat dalam keputusan keluarga, tetapi keterbukaan diskusi masih terbatas meskipun media <i>instant messaging</i> telah menghubungkan komunikasi keluarga. Orang tua adalah <i>role model</i> untuk menciptakan komunikasi keluarga yang hangat.	Keluarga di Bandung menerapkan keterbukaan yang tinggi tentang tindakan kekerasan yang meningkatkan kedekatan orang tua dan anak. Orang tua bersikap empati, mendukung, dan positif sehingga anak mendapatkan manfaat komunikasi dengan perasaan nyaman. Kesetaraan komunikasi diterapkan orang tua sehingga melibatkan anak dalam pengambilan keputusan dan pemecahan masalah keluarga.	Pola komunikasi demokratis dan permisif digunakan oleh keluarga guru di Desa Bumirejo kepada remaja milenial. Dalam rangka melancarkan komunikasi, keluarga guru di Desa Bumirejo menggunakan strategi yang menghasilkan rasa nyaman bagi anak milenial dan membatasi pemakaian telepon selular.
Akreditasi	Sinta 3	Sinta 2	Sinta 3
Sumber	https://doi.org/10.9744/scriptura.12.1.33-442	https://bppkibandung.id/index.php/jpk/article/view/49	https://doi.org/10.26740/jpitt.v13n2.p102-113

Penelitian	IV	V
Judul Penelitian	Komunikasi Keluarga dalam Membentuk Karakter Anak	<i>Communication Pattern and Family Typology of High School Adolescents in Bogor - West Java</i>
Nama Peneliti	Jefrey Oxianus Sabarua dan Imelia Mornene	Firdanianty Pramono, Djuara P. Lubis, Herien Puspitawati, dan Djoko Susanto
Tahun Penelitian	2020	2017
Jenis & Sifat Penelitian	Kualitatif Deskriptif	Kuantitatif
Metodologi Penelitian	Fenomenologi	Kuesioner
Teori/Konsep	Pola Komunikasi Keluarga (Djamarah)	Tipologi Keluarga Koerner & Fitzpatrick
Hasil Penelitian & Kesimpulan	Orang tua menerapkan pola komunikasi positif dan menghindari cara komunikasi yang berdampak negatif. Pola komunikasi yang sama diterapkan pula oleh siswa kelas IV SD Inpres 3 Wosia. Lalu, pola komunikasi keluarga diurutkan dari yang paling banyak tidak diterapkan adalah otoriter, fathernalistik, manipulasi, dan permitif. sedangkan, pola komunikasi yang digunakan paling banyak adalah demokratis.	Pada orientasi percakapan, tidak ada perbedaan signifikan antara perempuan dan laki-laki. Sedangkan, pada orientasi kesesuaian terlihat perbedaan signifikan. Topik diskusi serupa memiliki cara dan respon komunikasi orang tua yang berbeda kepada remaja perempuan dan laki-laki. Orientasi percakapan dan kesesuaian pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Remaja perempuan dominan pada tipe konsensual dan laki-laki pada protektif.
Akreditasi	Sinta 2	Sinta 2
Sumber	https://doi.org/10.23887/ijee.v4i1.24322	http://dx.doi.org/10.25008/jkiski.v2i1.95

2.2 Konsep yang Digunakan

Peneliti menggunakan konsep Pola Komunikasi Keluarga menurut DeVito (2022). Komunikasi keluarga dapat diukur melalui dua dimensi, yaitu Orientasi Konformitas dan Orientasi Percakapan yang membentuk empat tipe keluarga, yakni Tipe Konsensual, Tipe Protektif, Tipe Pluralistik, dan Tipe *Laissez-faire*. Berdasarkan kasus yang diambil, peneliti menggunakan konsep *Quarter Life Crisis* menurut Robinson (2013).

2.2.1 Komunikasi Keluarga

Keluarga dideskripsikan berdasarkan ikatan biologis, hukum, maupun perkawinan. Secara luas, keluarga adalah orang yang hubungannya saling mempengaruhi pada masa lalu, masa kini, dan masa depan. Mereka tinggal bersama selama periode waktu tertentu untuk mendukung satu sama

lain. Anggota keluarganya berasal dari ikatan keturunan, perkawinan yang sah, adopsi secara hukum, dan ikatan sukarela. Keluarga disebut sebagai sistem yang dibentuk, ditentukan, dan dikelola melalui pola komunikasi anggota yang berkelanjutan. Komunikasi keluarga yang diciptakan seseorang relatif sama seperti orang tersebut diciptakan dari keluarga sebelumnya (Galvin et al., 2016). Sebagai kelompok sosial pertama dalam kehidupan manusia (Sabarua, 2020), keluarga menjadi peran memiliki pengaruh paling besar untuk kehidupan manusia.

Komunikasi keluarga dilakukan untuk membahas tujuan, menanamkan nilai-nilai, menentukan aturan, dan meraih keseimbangan keluarga (Pramono et al., 2017) ataupun sekedar memberi kabar tentang hal yang terjadi pada setiap anggota keluarga (Fatimah, 2014). Komunikasi keluarga berlangsung menggunakan ucapan verbal berupa kata-kata dan non-verbal seperti bahasa tubuh dan intonasi suara serta kombinasi tindakan guna menghasilkan *image* dan ungkapan perasaan agar saling memahami satu sama lain (Safrudin dalam Sabarua, 2020). Lebih dari itu, komunikasi keluarga adalah kesiapan anggota untuk berbicara hal yang menyenangkan atau tidak dengan terbuka hingga kesiapan untuk menyelesaikan masalah keluarga secara sabar, jujur, dan terbuka (Hadi dalam Fatimah, 2014). Ketika anggota keluarga saling memahami pesan dengan benar dan merespon sesuai yang diinginkan, maka komunikasi keluarganya dapat disebut efektif (Fatimah, 2014). Komunikasi keluarga bukan hanya membahas tentang seberapa banyak komunikasi terjadi, melainkan juga cara komunikasi itu sendiri dilakukan (Setyowati dalam Rinawati et al., 2016). Dengan demikian, komunikasi keluarga membentuk pola komunikasi yang diinterpretasikan sebagai hubungan dua orang atau lebih yang memberi dan menerima pesan dengan cara yang sesuai sehingga pesan dapat dipahami oleh kedua belah pihak (Pramono, 2017).

Berdasarkan penjelasan di atas, pengertian keluarga menurut peneliti adalah kelompok orang yang bersama-sama berjuang mencapai keseimbangan melalui jalinan komunikasi yang dilakukan oleh anggota

keluarga itu sendiri, yakni orang tua dan anak-anaknya. Keluarga hadir sejak seseorang lahir sehingga hubungannya sangat erat dalam membentuk sikap anggotanya bahkan keluarganya di masa depan. Hubungan ini dirajut melalui kegiatan komunikator menyampaikan pesan melalui media kepada komunikan yang akan menerimanya supaya hubungannya berkelanjutan dengan kualitas yang sehat. Tidak berhenti sampai aktivitas penyampaian dan penerimaan, komunikasi keluarga mencakup pengertian dan pemahaman bagi setiap anggotanya. Manfaat konsep ini dalam penelitian adalah sebagai dasar pemikiran dan pemahaman mengenai komunikasi keluarga itu sendiri. Pada penelitian ini, aktor komunikasi keluarga merujuk kepada orang tua dan anak generasi Z yang berusia 23 dan 26 tahun.

2.2.2 Tipologi Keluarga

Komunikasi keluarga yang dijalankan orang tua dan anak mengandung perilaku komunikasi berupa orientasi konformitas/kesesuaian dan orientasi percakapan. Kedua orientasi kemudian menghasilkan realitas sosial keluarga sekaligus menciptakan tipologi keluarga yang dilihat dari tinggi rendahnya orientasi. Orientasi konformitas dan orientasi percakapan adalah hasil perkembangan konsep yang dikemukakan oleh Koerner dan Fitzpatrick.

Conformity orientation atau orientasi konformitas merujuk pada sejauh mana anggota keluarga mengekspresikan kesamaan atau perbedaan sikap, nilai, dan keyakinan. Semakin tinggi konformitas, semakin banyak kesamaan sikap, nilai, dan keyakinan sehingga menghindari konflik. Semakin rendah konformitas, semakin sedikit kesamaan atau banyak perbedaan sikap, nilai, dan keyakinan sehingga relatif terlibat interaksi konflik. Keluarga dengan konformitas tinggi cenderung lebih harmonis dan anak diharapkan patuh kepada orang tua tanpa pertanyaan. Sedangkan, keluarga dengan konformitas rendah cenderung kurang harmonis dan anak diberikan lebih banyak kebebasan berbicara dan berperilaku sesuai keinginannya.

Conversation orientation atau orientasi percakapan merujuk pada sejauh mana anggota keluarga berani mengungkapkan pikirannya guna menemukan dan memahami arti dari topik yang menciptakan realitas sosial. Frekuensi orientasi percakapan yang tinggi berarti anggota berani untuk berdiskusi berbagai isu dan menyuarakan pendapatnya. Sedangkan, keluarga dengan orientasi percakapan rendah menghambat diskusi dan penyuaran pendapat. Tinggi rendahnya kedua orientasi membentuk empat tipe keluarga sebagai berikut.

A. Keluarga Konsensual (Consensual Families)

Tingkat orientasi konformitas tinggi dan orientasi percakapan tinggi. Maka, lebih banyak kesamaan sikap, nilai, dan keyakinan sehingga terdorong untuk aktif berkomunikasi dalam rangka berdiskusi dan menyuarakan pendapat masing-masing.

B. Keluarga Protektif (Protective Families)

Tingkat orientasi konformitas tinggi dan orientasi percakapan rendah. Maka, anggota keluarga menganut sikap, nilai, dan keyakinan yang sama, tetapi tidak ada dorongan untuk membuka ruang diskusi mengenai berbagai isu guna menghindari konflik.

C. Keluarga Pluralistik (Pluralistic Families)

Tingkat orientasi konformitas rendah dan orientasi percakapan tinggi. Banyaknya perbedaan sikap, nilai, dan keyakinan bukan menjadi masalah sebab anggota keluarga diberikan kebebasan berdiskusi dan berpendapat. Oleh sebab itu, terbentuk keberanian untuk menyuarakan perbedaan sambil saling mendukung.

D. Keluarga Laissez-faire (Laissez-faire Families)

Tingkat orientasi konformitas rendah dan orientasi percakapan rendah. Keluarga bertindak menghindari interaksi, komunikasi, dan

memprioritaskan privasi sehingga memiliki sikap “lakukan apa yang Anda inginkan”.

Tabel 2.2 Orientasi Komunikasi dalam Tipe Keluarga

Tipe Keluarga	Orientasi Komunikasi		Kecenderungan
	Konformitas	Percakapan	
Konsensual	Tinggi	Tinggi	Kesepakatan dan komunikasi terbuka
Protektif	Tinggi	Rendah	Komunikasi sedikit sehingga menekan kesepakatan demi konflik terhindari
Pluralistik	Rendah	Tinggi	Komunikasi terbuka mengekspresikan sikap dan sudut pandang berbeda sambil saling mendukung
<i>Laissez-faire</i>	Rendah	Rendah	Banyaknya perbedaan mendorong interaksi komunikasi sedikit dengan prioritas privasi

Tipologi keluarga dalam penelitian ini akan digunakan untuk mengidentifikasi perilaku komunikasi yang diterapkan keluarga partisipan, terlebih orang tua ketika menyikapi anak generasi Z yang sedang mengalami *quarter life crisis*. Pandangan akan dilihat melalui sisi orang tua dan anak generasi Z itu sendiri. Dengan tipologi keluarga, peneliti secara terarah dapat mengetahui pola komunikasi keluarga orang tua pada *quarter life crisis* anak generasi Z di Jakarta.

2.2.3 Pola Komunikasi Keluarga

Mengutip DeVito, interaksi komunikasi orang tua dan anak yang teranyam dalam sebuah keluarga memang sudah diubah oleh teknologi. Keberadaan anggota keluarga di dunia maya memungkinkan kita untuk saling berkomunikasi melalui media seperti Instagram, Twitter, Facebook, dan situs lainnya. Bahkan, intensitas komunikasi dengan komunitas daring menjadi lebih banyak dibandingkan dengan anggota keluarganya. Namun, tidak dapat dipungkiri bahwa budaya negara ikut ambil andil dalam hal berkomunikasi. Oleh sebab itu, pola komunikasi keluarga menjadi berbeda-beda dengan satu pola yang pasti mendominasi. Empat pola komunikasi keluarga yang diidentifikasi DeVito adalah sebagai berikut.

A. Pola Kesetaraan (The Equality Pattern)

Sesuai dengan namanya, pola ini memiliki kesetaraan antar anggota keluarga. Setiap orang memiliki kesempatan yang sama sebagai komunikator dan komunikan. Peran yang dimainkan oleh masing-masing anggota keluarga memiliki porsi yang sama. Oleh karenanya, setiap orang memiliki tingkat kredibilitas yang sama. Kesamaan tersebut hadir dalam bentuk keterbukaan ide, pendapat, dan kepercayaan satu sama lain. Pengungkapan diri berada di posisi setara bagi masing-masing anggota. Oleh sebab itu, pola ini mampu menghasilkan kepuasan keluarga atau hubungan yang paling tinggi karena hubungannya setara dan adil.

B. Pola Perpecahan Seimbang (The Balanced Split Pattern)

Pola perpecahan yang seimbang memiliki hubungan setara, tetapi otoritas atas domain setiap orang berbeda. Setiap orang adalah ahli atau pengambil keputusan sesuai bidangnya. Hal ini terjadi dalam keluarga inti tradisional, suami dianggap ahli untuk mempertahankan kredibilitas bisnis atau politik. Sedangkan, istri menjaga kredibilitas tinggi terkait perawatan anak dan memasak. Konflik yang hadir dianggap tidak mengancam karena pribadi lepas pribadi memiliki keahlian khusus. Maka, setiap solusi dari konflik tertentu ditentukan oleh ahlinya.

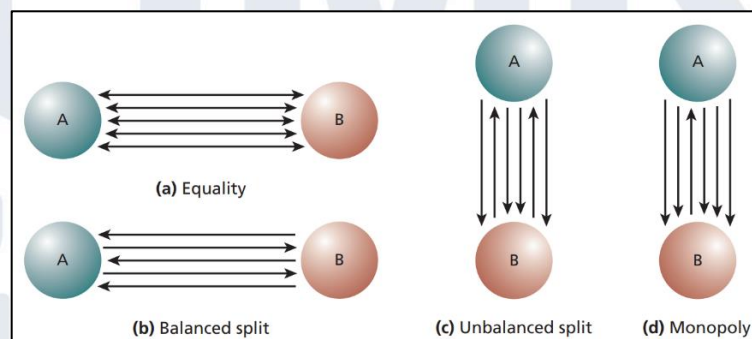
C. Pola Perpecahan Tidak Seimbang (The Unbalanced Split Pattern)

Pola perpecahan tidak seimbang ditandai dengan seorang mendominasi yang dipandang sebagai ahli di lebih dari setengah bidang komunikasi timbal balik. Keahlian ini sama halnya seperti pengambil kontrol sehingga satu orang tersebut mengendalikan hubungan secara statis atau teratur. Orang pemegang kendali cenderung menarik secara fisik dan berprestasi lebih. Sedangkan, pihak yang kurang menarik dan prestasinya lebih rendah akan menyerah kepada orang lain, membiarkan argumennya menang, dan merelakan keputusan yang diambil orang lain. Pemegang kendali lebih banyak memberikan pernyataan dan

menyuruh orang lain terhadap apa yang harus dilakukan. Selain itu, bebas memberikan pendapat, menggunakan kekuatan yang dimilikinya untuk menjaga kendali atas hubungan, dan jarang meminta pendapat sebagai balasannya. Berbeda dengan orang yang tidak mengendalikan. Mereka cenderung mengajukan pertanyaan, mencari pendapat, memandang pihak lawan untuk mengambil keputusan.

D. Pola Monopoli (The Monopoly Pattern)

Dalam pola monopoli, satu orang dipandang sebagai otoritas yang mempunyai kuasa penuh atas seluruh keluarga. Ia cenderung menggurui dibandingkan melakukan komunikasi dua arah. Orang tersebut jarang mencari nasihat dari orang lain dan memiliki hak untuk mengambil keputusan akhir. Ia mendaftarkan hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan oleh orang lain. Porsi berbicara akan dimakan habis oleh satu orang ini. Orang yang tidak mengendalikan, sebaliknya, ia meminta izin kepada pengendali terhadap opininya dan tidak bisa mengambil keputusan sendiri sebab keputusan sepenuhnya dipilih oleh si pengendali layaknya orang tua yang maha tahu dan maha kuasa. Dengan kondisi seperti itu, pihak yang tidak pegang kendali menjadi tidak mengerti cara berargumentasi yang sehat untuk setuju maupun tidak setuju terhadap suatu pernyataan. Pola ini tidak adil dan sering menyakiti orang lain.



Gambar 2.1 Pola Komunikasi Keluarga

Sumber: DeVito (2022)

2.2.4 Fase Perkembangan Kepribadian

Erik Erikson adalah psikolog yang percaya bahwa kepribadian seseorang berkembang dalam serangkaian tahapan. Tahapan ini mendeskripsikan pengaruh pengalaman sosial yang terjadi sepanjang hidup. Perkembangan dimulai dari *infancy, toddler, preschool, middle school, teen, young adult, middle age, dan older adulthood*. Setiap tahap memiliki konflik masing-masing yang mampu menghasilkan titik balik atau *turning point* dalam perkembangannya. Salah satu tahap yang dianggap penting dan menjadi perhatian adalah masa peralihan dari remaja menuju dewasa yang sejalan dengan topik penelitian ini (Robinson, 2013).

Young adult (dewasa muda) atau *early adult* (dewasa awal) dikatakan Erikson mengandung krisis perkembangan. Pada dasarnya, tahap keenam ini seseorang berupaya untuk memiliki interaksi lebih dalam demi mencapai hubungan intim atau akrab dengan sosialnya. Ketika tidak mampu mencapainya, seseorang merasa terasingkan, sendirian, dan kesepian (Krismawati, 2013). Meskipun begitu, tahap mengawali dewasa awal memiliki respon yang berbeda-beda. Beberapa merasa senang, antusias, dan tertantang. Namun, ada pula yang cemas, khawatir, tertekan, bahkan hampa karena tidak siap (Nash dalam Fatchurrahmi, 2022). Oleh sebab itu, tahap yang disebut juga dengan *emerging adulthood* ini dapat berakhir dengan dua potensi, yakni *intimacy* atau *isolation*.

Emerging adulthood merupakan masa, periode, atau fase yang berada di perbatasan antara remaja dan dewasa. Selama berdiri di tahap ini, tuntutan dan tekanan dari lingkungan semakin banyak mengingat semakin kompleksnya masa dewasa. Padahal di sisi lain, belum ada kematangan sebagai manusia dewasa seutuhnya. Arnett menjelaskan kondisi *emerging adulthood* dengan tema-tema besar, yaitu *identity explorations, instability, self-focus, feeling in-between, dan a sense of wide-open possibilities* berdasarkan empat profil yang diwawancarainya. *Identity exploration* atau eksplorasi identitas artinya bagaimana seseorang menjelajahi identitas dirinya melalui pekerjaan yang diselami dan hubungan percintaan yang dibangun. *Instability* atau

ketidakpastian memiliki arti bahwa bagaimanapun perjuangan atau dedikasi seseorang terhadap pekerjaannya, pendidikan, percintaan, dan diri sendiri, semuanya terasa tidak pasti dan inilah duka duka *emerging adulthood*. Selanjutnya adalah *self-focus* yang membahas bagaimana eksplorasi identitas dalam *emerging adulthood* dijadikan sebagai waktu untuk fokus ke diri sendiri, baik untuk mencapai tujuan atau perkembangan diri supaya menjadi pribadi yang mandiri. Sementara itu, ada *feeling in-between* atau perasaan bukan lagi anak remaja, tetapi belum sepenuhnya menjadi manusia dewasa. Terakhir, *a sense of wide-open possibilities* adalah perasaan yang dibalut dengan keyakinan bahwa kemungkinan dan kesempatan untuk mencapai impian terbuka lebar (Arnett, 2015).

Eksplorasi dengan kondisi ketidakpastian menjadi satu kesatuan yang tidak terpisahkan selama berada di tahap *emerging adulthood*. Kebebasan mengeksplor memang menakutkan dan menjadi kesempatan baik untuk memiliki harapan tinggi dan cita-cita yang besar. Namun, ini juga saatnya kecemasan melanda mengingat tidak adanya kestabilan tinggi dalam berpikir dan bertindak. Akhirnya kehidupan dewasa awal menjadi tidak pasti, apalagi tidak diketahui pula ke mana eksplorasi akan membawa seseorang (Arnett, 2015). Ditambah dengan pihak eksternal yang terus menuntut untuk memenangkan persaingan demi pertahanan hidup justru mengakibatkan dewasa awal stres dan terbebani (Atwood dalam Fatchurrahmi, 2022). Ketidaksanggupan untuk menghadapi kondisi ini dapat menghadirkan krisis emosional atau respon negatif yang dikenal dengan sebutan *quarter life crisis* (Fatchurrahmi, 2022).

2.2.5 Quarter Life Crisis

Fenomena *quarter life crisis* akan menjadi jantung dari karya ilmiah ini. Berikut peneliti jabarkan pengertian *quarter life crisis* beserta fase-fase di dalamnya.

A. Definisi Quarter Life Crisis

Istilah *quarter life crisis* pertama kali dikemukakan oleh Alexandra Robbins dan Abby Wilner pada 2001 lampau melalui bukunya yang bertajuk *Quarterlife Crisis The Unique Challenges of Life in Your Twenties*. Penelitian Robbins dan Wilner saat memasuki abad ke-20 kepada kaum muda Amerika menemukan bahwa kaum muda baru saja pergi dari zona nyaman kehidupan sebagai mahasiswa dan masuk ke ‘dunia nyata’ yang mengandung tuntutan bekerja atau menikah (Sujudi & Ginting, 2020). Oleh sebab itu, kondisi ini dijuluki “*twentysomethings*” karena kelak sungguh ada perubahan besar dalam kehidupan 20-an (Hidayah & Kistanto, 2016). Meskipun sering juga disebut *quarter life* atau seperempat kehidupan, peristiwa ini bukan berarti hanya berlangsung tepat saat usia 25 tahun, melainkan terjadi selama periode usia 20-30 tahun (Mustika, 2022).

Perubahan besar dalam *twentysomethings* merujuk pada peralihan struktur kehidupan dari yang tidak stabil, terbuka, dan penuh eksplorasi menuju kehidupan yang lebih tetap, lebih terprediksi, dan lebih berakar pada produktivitas. Layaknya *locked-out form* dan *locked-in form*, *quarter life crisis* adalah serangkaian fase berurutan yang tumpang tindih. Transisi dimulai dari *locked-out form*, yaitu proses keluar dari masa ketidakstabilan remaja akhir yang berlanjut masuk ke *locked-in form*, yaitu kondisi dewasa awal yang lebih stabil dan terprediksi (Robinson, 2019). Proses *locked-out* dan *locked-in form* menjadi peralihan yang sangat krusial karena seseorang harus mendalami dirinya melalui aspek akademik, pekerjaan, karier, peran sosial, dan menyelami hubungan lawan jenis (Aristawati et al., 2021). Namun, saat itu juga situasi kehidupan sedang kehilangan stabilitas dan prediksi yang akhirnya mendorong seseorang untuk melakukan hal tak terduga. Ketika kondisi ini tidak mampu dikendalikan, krisis pun datang berupa rasa panik dan putus asa (Afnan et al., 2020).

Psikolog Tara de Thouars ikut melengkapi bahwa *quarter life crisis* hadir karena rasa takut (*fear*) yang terdiri dari kecemasan (*anxiety*) dan keputusasaan (*despair*). Cemas yang menghadang masa depan timbul

karena berpikir negatif secara berlebihan. Kekhawatiran membuat pusat emosi di otak mengirim sinyal untuk mengaktifkan mode bertahan hidup (*survival mode*). *Survival mode* ini kemudian mengecok emosi seperti naik darah, imun, dan pencernaan terganggu, pola tidur menjadi tak menentu, dan lainnya (Marfuah, 2021). Hal ini serupa dengan pernyataan Fischer bahwa *quarter life crisis* adalah rasa takut terhadap kehidupan masa depan (Fischer dalam Aristawati et al., 2021). Seseorang dikatakan berhasil melewati *quarter life crisis* ketika hidupnya mencapai kestabilan, lebih mampu menghadapi persoalan, dan mengakui bahwa keterpurukan dibutuhkan guna mencapai hal yang diinginkan (Argasiam dalam Artiningsih et al., 2021). Berbeda dengan orang yang masih berada di *quarter life crisis* karena masih terjebak dalam perasaan ragu, tidak berdaya, dan takut gagal (Martin dalam Artiningsih et al., 2021).

B. Fase Quarter Life Crisis

Proses *quarter life crisis* yang dialami seseorang dapat dinyatakan dalam lima fase (Robinson dalam Aristawati et al., 2021) antara lain:

- 1) Fase pertama adalah muncul perasaan terjebak dalam pilihan hidupnya dan merasa hidupnya seperti autopilot yang bergerak otomatis tanpa kendalinya.
- 2) Fase kedua adalah hadir dorongan untuk merubah kondisi hidup dan sadar bahwa untuk merubahnya hanya perlu sebuah pergerakan yang dikerjakan.
- 3) Fase ketiga adalah motivasi lebih kuat sehingga melakukan tindakan untuk keluar dari komitmen yang sedang dijalani. Hal ini dilakukan dengan menyendiri guna menemukan jati dirinya kembali serta tujuan hidupnya.
- 4) Fase keempat adalah menemukan fondasi baru yang akan dibangun sedikit demi sedikit demi mencapai tujuan hidupnya.
- 5) Fase kelima adalah menciptakan komitmen baru yang cocok dengan minat serta sesuai nilai moral yang dipercayainya.

Buku *The Quarter-life Breakthrough* karya Adam Smiley Poswolsky juga menyebutkan asumsi perjalanan *quarter life crisis* antara lain sebagai berikut:

- 1) Seseorang bersedia untuk menolak ekspektasi sosial demi memenuhi kepuasan diri. Seseorang akan menghabiskan waktunya untuk hal-hal yang menginspirasi dirinya. Memberikan kesan baik untuk orang tua dan sosial bukan menjadi prioritas utama sebab seseorang lebih tertarik mengejar impian terdalam dari dirinya. Pujian orang lain atas kesuksesan tidak ditelan cuma-cuma karena jauh lebih penting mencari arti sukses menurut diri sendiri. Hal ini dilakukan sebab tak seorang pun masuk ke dalam satu kotak sehingga seseorang tidak dapat didefinisikan berdasarkan jurusan kuliah ataupun jalur kariernya.
- 2) Seseorang berjuang menghasilkan perubahan positif dalam kehidupan orang lain. Seseorang ingin menciptakan dampak kepada sosial entah melalui penyelesaian besar lingkup sosial entah sekedar membuat orang lain merasa lebih baik di harinya. Mencari nafkah juga harus beriringan dengan melakukan hal penting. Kehidupan didedikasikan untuk sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri.
- 3) Seseorang mempersiapkan aksinya sekarang. Memulai perjalanan adalah bagian tersulit, tetapi seseorang sudah siap melakukannya sekarang. Esensi ingin kembali hidup dengan kebahagiaan yang diharapkan akhirnya dijalankan sekarang. Langkah kecil bergerak sekarang.

Wahyu Ramadhan dalam Kreativv.com juga memaparkan lima fase runtutan saat menghadapi *quarter life crisis*. Fase tersebut terdiri dari:

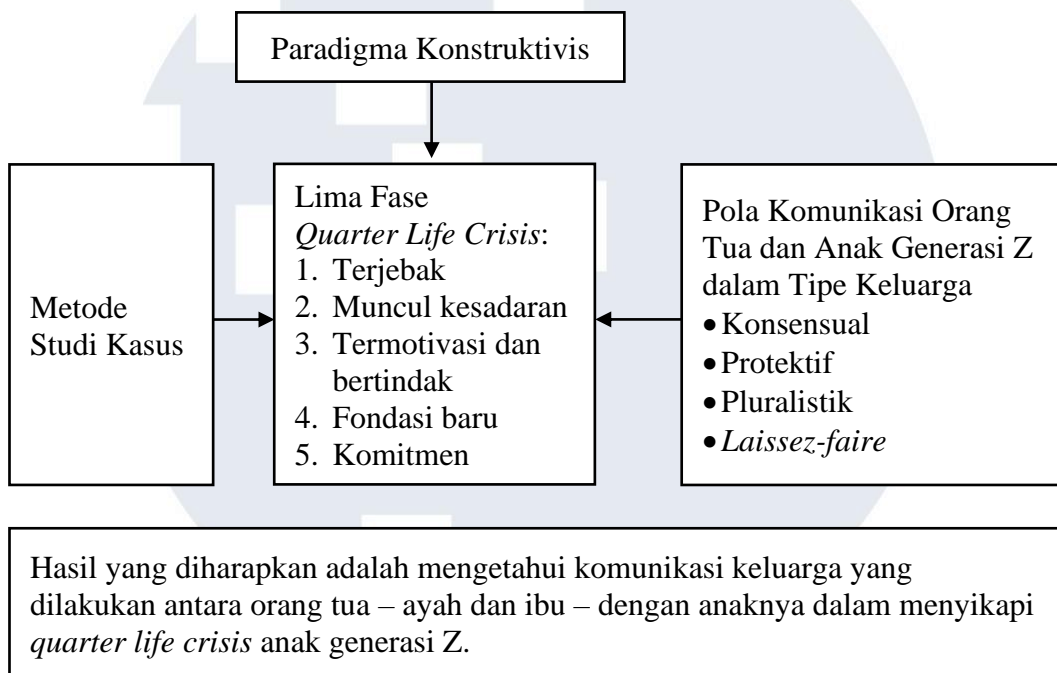
- 1) *Pre-crisis*, yaitu fase ketika seseorang mengambil keputusan karier/pekerjaan, pendidikan, percintaan, dan urusan pribadi. Keputusan besar yang sudah diambil ini justru membuat seseorang merasa terjebak. Namun, keinginan untuk lepas dari sana dibantah oleh pikiran yang menganggap dirinya tidak bisa keluar dari keadaan.

- 2) Kepanikan, yaitu kondisi pertentangan di fase sebelumnya yang perlahan lenyap ditelan rasa panik. Seseorang tidak yakin dengan keputusan yang telah diambil dan berandai-andai terhadap keputusan lain yang mungkin lebih baik. Dengan begitu, muncul motivasi untuk mengubah kehidupannya walaupun belum dilakukan dengan aksi nyata.
- 3) Penyangkalan pikiran cemas dan berlagak semua baik adalah fase ketiga. Hal ini justru membuat gelombang panik surut. Segala keputusan terasa benar dan sesuai rencana sehingga sedikit demi sedikit seseorang memiliki kemampuan untuk menyusun kembali kehidupannya.
- 4) Antisipasi memiliki arti bahwa seseorang tidak lagi menyesal akan keputusannya di masa lalu, melainkan sudah ikhlas yang menandakan adanya kesiapan untuk berjumpa dengan masa depan. Walaupun begitu, tahap ini masih berat sebab seseorang mulai mencari solusi tepat untuk menghadap masa depannya.
- 5) Penerimaan adalah fase ketika seseorang sadar bahwa usianya masih muda sehingga masih banyak kesalahan yang akan diperbuat dan dari situlah ada pembelajaran hidup. Berani mengambil risiko dan menikmati jatuh banggunya perjuangan menjadi *turning point* di masa pendewasaan.



2.3 Alur Penelitian

Berdasarkan penjabaran konsep yang digunakan peneliti, maka alur penelitian yang akan dilakukan tampak sebagai berikut.



Gambar 2.2 Alur Penelitian

UMMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA