

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana gaya komunikasi terbentuk pada remaja yang memiliki orang tua dengan perilaku toxic di wilayah Jawa Timur. Dengan pendekatan deskriptif kualitatif, data yang diperoleh dari wawancara mendalam menunjukkan bahwa pengalaman komunikasi dalam keluarga, khususnya dengan orang tua yang cenderung merendahkan, mengontrol, atau memanipulasi secara emosional, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap cara remaja membangun relasi komunikasi, baik di dalam maupun di luar lingkungan keluarga.

Salah satu bentuk dominasi orang tua yang paling sering ditemukan dalam penelitian ini adalah kebiasaan membandingkan anak dengan orang lain—baik dengan saudara kandung, sepupu, maupun anak dari kerabat lainnya. Para informan menggambarkan bahwa tindakan perbandingan yang terjadi secara terus-menerus menciptakan tekanan psikologis yang dalam. Mereka merasa tidak dihargai dan mengalami penurunan harga diri karena segala upaya yang dilakukan seakan tidak pernah cukup. Dalam konteks ini, sebagian besar remaja merespons dengan menarik diri dan memilih untuk diam. Mereka membentuk gaya komunikasi pasif karena menganggap bahwa menyuarakan pendapat hanya akan menimbulkan konflik atau dianggap tidak berguna. Temuan ini sejalan dengan pendapat Fahmi (2021), yang menyatakan bahwa gaya komunikasi pasif berkembang dalam situasi

tekanan di mana individu merasa tidak berdaya untuk mengungkapkan isi hati secara terbuka.

Selain pembandingan, bentuk kontrol berlebihan dari orang tua juga menjadi temuan dominan dalam penelitian ini. Beberapa informan menyampaikan bahwa orang tua tidak hanya mengatur keputusan besar, seperti pilihan jurusan atau lingkungan sosial, tetapi juga masuk dalam ranah kecil yang sangat personal, seperti penggunaan barang pribadi dan preferensi kebiasaan harian. Remaja yang mengalami kontrol semacam ini cenderung bereaksi dalam dua cara yang berlawanan. Pertama, mereka bisa menjadi semakin pasif dan patuh karena merasa tidak memiliki kuasa. Kedua, mereka justru tumbuh menjadi pribadi yang mendominasi di lingkungan sosial luar rumah, sebagai bentuk kompensasi atas tekanan yang mereka alami di dalam keluarga. Remaja dalam kelompok kedua cenderung mengembangkan gaya komunikasi agresif, ditandai dengan sikap tidak mau kalah, mendominasi, dan sulit berkompromi. Santrock (2011) menjelaskan bahwa pola komunikasi dalam keluarga memiliki dampak jangka panjang terhadap cara remaja menyikapi konflik dan menjalin hubungan sosial.

Aspek manipulasi emosional juga muncul secara eksplisit dalam narasi para informan. Bentuk manipulasi yang dialami, seperti ceramah berlarut-larut, ekspresi kekecewaan yang tidak disampaikan secara langsung, atau penggunaan diam sebagai hukuman sosial, menempatkan remaja dalam posisi serba salah. Mereka merasa bersalah tanpa tahu kesalahan apa yang mereka lakukan. Akibatnya, banyak dari mereka mengembangkan gaya komunikasi pasif-agresif. Dalam gaya ini, ekspresi ketidaknyamanan tidak disampaikan secara langsung, tetapi muncul dalam

bentuk sindiran, menjauh tanpa penjelasan, atau perilaku menghindar. Gaya komunikasi semacam ini, menurut Forward (2020), berkembang sebagai strategi perlindungan diri pada individu yang tidak merasa aman secara emosional untuk berbicara terus terang.

Namun, temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa tidak semua remaja terperangkap dalam pola komunikasi yang destruktif. Beberapa dari mereka menunjukkan proses adaptasi dan refleksi diri yang positif. Mereka mulai menetapkan batas, menyampaikan ketidaknyamanan secara jujur, dan mampu mengatakan "tidak" tanpa merasa bersalah. Gaya komunikasi asertif ini tidak muncul begitu saja, melainkan dibentuk oleh pengalaman interpersonal di luar keluarga—seperti lingkungan pertemanan yang suportif, komunitas yang memberi ruang diskusi, atau pengalaman pribadi yang memberi pencerahan emosional. Fahmi (2021) menyebut gaya komunikasi asertif sebagai kemampuan menyampaikan pendapat dengan jujur dan tegas tanpa merugikan diri sendiri maupun orang lain. Dalam konteks remaja yang memiliki orang tua toxic, kemampuan ini menunjukkan adanya proses pemulihan dan upaya menciptakan relasi sosial yang lebih sehat.

Konteks sosial-budaya Jawa Timur sebagai wilayah dengan nilai kekeluargaan yang kuat dan norma kesopanan terhadap orang tua turut menjadi latar belakang penting dalam pembentukan gaya komunikasi ini. Nilai-nilai tersebut dapat memperkuat sikap tunduk dan pasif pada remaja, terutama ketika suara anak dianggap tidak penting orang tua. Namun, beberapa remaja justru menggunakan

nilai tersebut sebagai pijakan untuk membangun komunikasi yang lebih sehat, dengan tetap menjaga hormat namun mulai menyuarakan diri.

Secara keseluruhan, gaya komunikasi remaja yang memiliki orang tua toxic sangat dipengaruhi oleh dinamika kekuasaan, kontrol emosional, dan kebiasaan komunikasi dalam rumah. Gaya pasif, agresif, pasif-agresif, hingga asertif muncul sebagai respons dari pengalaman yang berulang dan refleksi terhadap relasi yang tidak setara. Dengan memahami dinamika ini, penelitian ini memberi kontribusi pada pemahaman bahwa gaya komunikasi bukanlah hasil instan, melainkan proses panjang yang dibentuk oleh interaksi, trauma, dan upaya pemulihan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang berada dalam lingkungan keluarga tidak sehat tetap memiliki peluang untuk membangun gaya komunikasi yang lebih adaptif, asalkan mereka mendapatkan ruang aman untuk berkembang. Oleh karena itu, peran guru, konselor, teman sebaya, dan komunitas menjadi sangat krusial dalam membentuk ekosistem yang mendukung pemulihan komunikasi. Implikasi praktis dari penelitian ini adalah perlunya pendekatan edukatif dalam keluarga untuk menciptakan pola komunikasi yang terbuka dan tidak mengintimidasi, serta pentingnya menyediakan ruang diskusi emosional yang sehat di lingkungan pendidikan remaja. Dengan cara ini, remaja tidak hanya belajar untuk mendengar dan menyampaikan, tetapi juga menemukan kembali harga dirinya melalui komunikasi yang sehat dan seimbang.

5.2 Saran

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengangkat topik serupa, disarankan untuk memperluas ruang lingkup kajian agar dapat menangkap lebih banyak

perspektif yang beragam. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan membandingkan pengalaman remaja berdasarkan jenis kelamin, usia, atau latar belakang sosial-budaya. Setiap kelompok kemungkinan memiliki cara yang berbeda dalam merespons dinamika komunikasi yang terjadi dalam keluarga, sehingga perlu dikaji lebih dalam untuk mendapatkan gambaran yang lebih utuh.

Selain itu, penelitian ini hanya berfokus pada sudut pandang remaja. Akan lebih kaya secara analisis apabila penelitian di masa mendatang juga melibatkan pihak orang tua sebagai informan. Dengan melihat dinamika komunikasi dari dua sisi anak dan orang tua peneliti dapat memahami lebih baik pola hubungan yang terbentuk serta bagaimana persepsi kedua belah pihak dapat saling memengaruhi. Hal ini juga akan membuka ruang untuk melihat apakah tindakan orang tua yang dianggap toxic merupakan bagian dari pola asuh yang tidak disadari atau muncul karena faktor-faktor lain, seperti tekanan sosial, pengalaman masa lalu, atau keterbatasan emosional.

Aspek lain yang juga layak untuk dijadikan fokus adalah peran media sosial dalam kehidupan remaja. Mengingat tingginya penggunaan media digital oleh generasi muda, akan menarik untuk melihat bagaimana media sosial digunakan sebagai sarana menyampaikan perasaan atau emosi, terutama dalam konteks hubungan keluarga yang tidak sehat. Penelitian dapat menggali bagaimana remaja menyalurkan emosi secara tidak langsung melalui media, serta dampaknya terhadap hubungan interpersonal mereka.

Selain pendekatan deskriptif kualitatif, studi lanjutan dapat dilakukan dengan pendekatan longitudinal, yaitu menelusuri perubahan gaya komunikasi

remaja dari waktu ke waktu. Pendekatan ini akan memberikan wawasan lebih dalam tentang bagaimana pengalaman di masa lalu, lingkungan sosial, dan proses pendewasaan berkontribusi terhadap pembentukan pola komunikasi. Bahkan, temuan-temuan tersebut dapat menjadi dasar untuk mengembangkan bentuk intervensi ringan, seperti kegiatan pelatihan komunikasi yang sehat, layanan konseling, atau media edukatif yang ramah remaja.

Dengan pengembangan tersebut, diharapkan penelitian ke depan tidak hanya memberikan kontribusi teoritis, tetapi juga berdampak langsung pada upaya peningkatan kualitas relasi antara remaja dan orang tua. Penelitian semacam ini dapat menjadi pijakan penting bagi guru, konselor, orang tua, maupun pihak lain yang berperan dalam pendampingan perkembangan remaja, agar dapat menciptakan lingkungan yang lebih sehat, suportif, dan terbuka bagi mereka.