

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN

2.1 Tinjauan Pustaka

2.1.1 Tinjauan Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merupakan kajian penelitian yang pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya yang dapat diambil dari berbagai sumber ilmiah seperti skripsi maupun jurnal. Penelitian terdahulu juga berguna untuk mengetahui bagaimana metode-metode penelitian hasil penelitian yang dilakukan, penelitian terdahulu digunakan sebagai tolak ukur peneliti untuk menulis dan menganalisis suatu penelitian. Tujuan penelitian terdahulu sendiri guna mengetahui Langkah peneliti salah atau benar.

Tabel 2.1
Penelitian Terdahulu

Peneliti	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
Sandi Hidayat 2012 Universitas Komputer Indonesia	Persepsi Siswa Tentang Komunikasi Antarpribadi Antara Guru Dengan Siswa Dalam Metode Pengajaran Di SMA Pasundan 8 Bandung	Kualitatif	Hasil penelitian yang telah dilakukan terbukti adanya tujuan dalam mendidik siswa dengan menggunakan Komunikasi Antarpribadi Tentor dan Murid dalam proses belajar mengajar. Pesan komunikasi antarpribadi yang disampaikan Tentor kepada siswa efektif dilakukan dalam proses belajar mengajar.	Tujuan peneliti ini untuk mengetahui bagaimana persepsi siswa tentang komunikasi antarpribadi antara guru dengan siswa dalam metode pengajaran di Sma 8 Bandung, subjek pada penelitian ini adalah guru dan siswanya, sedangkan penelitian peneliti menggunakan Orang Dewasa muda Kota Bandung sebagai subjeknya.

<p>Surianti, 2022 Institusi Agama Islam Muhammadiyah Vol no tahun jurnal</p>	<p><i>Inner Child:</i> Memahami dan Mengatasi Luka Masa Kecil</p>	<p>Studi Pustaka</p>	<p><i>Inner child</i> dalam diri seseorang digambarkan sebagai suatu sisat dan sikap kekanak-kanakan yang dimiliki setiap individu. Karena <i>inner child</i> terbentuk dari pengalaman saat masa kecil saat usia anak-anak. Tidak salah jika dikatakan bahwa tindak tanduk seseorang terbentuk karena <i>inner child</i>.</p>	<p>Penelitian ini menggunakan jenis jenis penelitian kepustakaan dengan metode yang digunakan adalah studi Pustaka, sementara peneliti menggunakan studi deskriptif dengan menggunakan metode kualitatif.</p>
<p>Mantasia, 2016 Universitas Islam Negeri Alauddin Makasar</p>	<p>Perilaku Komunikasi Interpersonal Antara Pekerja Sosial Dengan Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werrha Gau Mabaji Kabupaten Gowa</p>	<p>Kualitatif</p>	<p>Hasil penelitian ini pertama perilaku komunikasi interpersonal yang terjadi antara pekerja sosial dengan lanjut usia terlaksana dengan baik, pekerja sosial menjalin keakraban, menciptakan keterbukaan, serta membangun kesamaan diantara mereka. Kedua, faktor yang menghambat terjalinya komunikasi diantaranya Bahasa, faktor budaya, faktor fisik, faktor psikologis dan faktor lingkungan.</p>	<p>Subjek penelitian menggunakan orang lanjut usia sementara peneliti menggunakan orang dewasa muda sebagai subjeknya.</p>

Sumber : Peneliti,2023

2.1.2 Tinjauan Tentang Komunikasi

2.1.2.1 Pengertian Komunikasi

Kata komunikasi atau *communications* dalam Bahasa Inggris berasal dari kata Latin *communis* yang berarti sama. Komunikasi pada dasarnya adalah membuat penerima pesan dan pemberi pesan sama-sama atau sesuai untuk memberikan suatu pesan. (Solihat et al., 2015: 1)

Komunikasi mengacu pada tindakan, oleh satu orang atau lebih, yang mengirim dan menerima pesan yang terdistorsi oleh gangguan (*noise*) yang terjadi dalam suatu konteks tertentu, mempunyai pengaruh tertentu dan ada kesempatan untuk melakukan umpan balik. Pengertian komunikasi menurut Carl J. Hovland yang dikutip oleh Manap Solihat, Melly Maulin P, dan Olih Solihin dalam bukunya *Interpersonal Skill* menjelaskan bahwa:

“Komunikasi adalah proses (komunikator) menyampaikan perangsang-perangsang (biasanya lambing-lambang dalam bentuk kata-kata) untuk merubah tingkah laku orang-orang lain (komunikan)” (Hovland dalam (Solihat et al., 2015: 3)

Komunikasi merupakan suatu hal yang mendasar dalam kehidupan manusia dan bahkan komunikasi telah menjadi suatu fenomena bagi terbentuknya suatu masyarakat atau komunitas yang terintegrasi oleh informasi yang di mana masing-masing individu dalam masyarakat itu sendiri saling berbagi informasi (*Information sharing*) untuk mencapai tujuan bersama.

Komunikasi berlangsung apabila antara orang-orang yang terlibat terdapat kesamaan makna mengenai suatu hal yang dikomunikasikan. Jelasnya, jika seseorang mengerti tentang sesuatu yang dinyatakan orang lain kepadanya, maka komunikasi berlangsung. Dengan lain perkataan, hubungan antara mereka itu

bersifat komunikatif. Sebaliknya jika tidak mengerti komunikasi tidak berlangsung. Dengan lain perkataan, hubungan antara orang-orang itu tidak komunikatif. (Effendy, 1993:4 dalam Rismawaty et al., 2014: 70).

2.1.2.2 Proses Komunikasi

Menurut Onong Uchajana, proses komunikasi terbagi menjadi dua tahap, yakni secara primer dan secara sekunder seperti di bawah ini:

1. Proses Komunikasi secara primer

Proses komunikasi secara primer adalah proses penyampaian pikiran dan atau perasaan seseorang kepada orang lain dengan menggunakan lambang atau symbol sebagai media. Lambang sebagai media primer dalam proses komunikasi adalah Bahasa, kial, isyarat, gambar, warna dan sebagainya yang secara langsung dapat menerjemahkan pikiran atau perasaan komunikator kepada komunikan. Media primer atau lambang yang paling banyak digunakan dalam komunikasi adalah Bahasa.

2. Proses komunikasi secara sekunder

Proses penyampaian pesan oleh seseorang kepada orang lain dengan menggunakan alat atau sarana sebagai media kedua setelah memakai lambang sebagai media pertama. Komunikator menggunakan media kedua dalam berkomunikasi karena sasaran komunikannya serta jarak yang ditempuh dari tempat komunikatornya itu sendiri. Media tersebut yang sering digunakan diantaranya adalah surat, telepon, surat kabar, majalah, radio, televisi, film dan lain-lainnya. (Effendy, 2017:11-16).

2.1.2.3 Unsur-Unsur Komunikasi

Unsur melihat sebuah proses komunikasi secara lebih lengkap, seperti diungkapkan Lasswell di mana komunikasi sebagai sebuah proses merupakan penyampaian pesan dari komunikator (*source*) kepada komunikan (*receiver*) melalui media yang menimbulkan efek tertentu, (Rismawaty et al., 2014: 96) Pesan dalam proses komunikasi yang disampaikan oleh komunikator kepada komunikan terdiri dari isi (*the content*) dan lambing (*syimbol*). Lambing dalam media primer dalam proses komunikasi adalah Bahasa, kial, isyarat, gambar, warna dan sebagainya yang secara langsung mampu menerjemahkan pikiran atau perasaan komunikator kepada komunikan.

Unsur-unsur dalam proses komunikasi menurut Cangara dalam buku *Interpersonal Skill* (Cangara dalam Solihat et al., 2015:11-12) diantara lain:

1. Sumber, individu yang berperan sebagai pengirim dan pembuat informasi selama melakukan interaksi.
2. Pesan, ucapan verbal, gambar visual, dan nonverbal perilaku yang maknanya dikaitkan selama komunikasi
3. Media, merupakan alat yang digunakan sebagai sarana untuk menyampaikan informasi kepada komunikan.
4. Penerima, adalah pihak yang menjadi sasaran dalam pesan yang dikirim oleh sumber. Penerima bisa terdiri daari satu orang atau lebih.
5. Pengaruh, suatu perasaan pembeda setelah penerima mendapatkan pesan yang dikirim oleh sumber.
6. Tanggapan balik, merupakan proses menafsirkan pesan dari orang lain

7. Lingkungan, merupakan situasi atau faktor yang dapat memengaruhi jalannya komunikasi. faktor yang dimaksud dapat digolongkan menjadi empat macam yakni lingkungan fisik, lingkungan sosial budaya, lingkungan psikologis dan lingkungan dimensi waktu.

Komunikasi tidak terlepas dari adanya interaksi antara satu individu dengan individu lainnya. Komunikasi yang efektif dapat terjadi jika pesan dapat diterima dengan baik oleh penerima sehingga memberikan efek dalam komunikasi.

2.1.2.4 Fungsi Komunikasi

William I. Gordon dalam (Mulyana, 2005: 30) mengategorikan fungsi komunikasi menjadi empat, yaitu:

1. Sebagai Komunikasi Sosial

Fungsi komunikasi sebagai komunikasi sosial setidaknya mengisyaratkan bahwa komunikasi itu penting untuk membangun konsep diri kita, aktualisasi diri, untuk kelangsungan hidup, untuk memperoleh kebahagiaan, terhindar dari tekanan dan ketegangan, antara lain lewat komunikasi yang bersifat menghibur, dan menumpuk hubungan -hubungan orang lain.

2. Sebagai Komunikasi Ekspresif

Komunikasi berfungsi untuk menyampaikan perasaan-perasaan (emosi) kita. Perasaan-perasaan tersebut terutama dikomunikasikan melalui pesan-pesan nonverbal. Perasaan sayang, peduli, rindu, simpati, gembira, sedih, takut, prihatin, marah dan benci dapat disampaikan lewat kata-kata, namun bisa disampaikan secara lebih ekspresif lewat perilaku nonverbal.

3. Sebagai Komunikasi Ritual

Suatu komunitas sering melakukan upacara-upacara berlainan sepanjang tahun dan sepanjang hidup yang disebut para antropolog sebagai *rites of passage*. Mereka yang berpartisipasi dalam bentuk komunikasi ritual tersebut menegaskan Kembali komitmen mereka kepada tradisi keluarga, suku, bangsa, ideologi atau agama mereka.

4. Sebagai Komunikasi Instrumental

Komunikasi instrumental memiliki beberapa tujuan umum yaitu, menginformasikan, mengajar, mendorong, mengubah sikap, menggerakkan Tindakan dan juga menghibur. Sebagai instrument, komunikasi tidak saja digunakan untuk menciptakan dan membangun hubungan, namun juga untuk menghancurkan hubungan tersebut. Studi komunika membuat peka terhadap strategi yang dapat di gunakan dalam komunikasi untuk bekerja lebih baik dengan orang lain demi keuntungan Bersama.

2.1.2.5 Tujuan Komunikasi

Tujuan komunikasi menurut Onong Uchjana Effendy dalam bukunya Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek, adalah sebagai berikut:

1. Perubahan Sikap (*attitude change*)
2. Perubahan Pendapat (*opinion change*)
3. Perubahan Perilaku (*behavior change*)
4. Perubahan Sosial (*social change*) (Effendy, 2017: 8).

2.1.2.6 Konteks Komunikasi

Konteks komunikasi memiliki arti lingkungan dimana sebuah proses komunikasi sedang berlangsung. Konteks memiliki makna pengkatagorian proses

komunikasi (Ramadanty, dalam Dyatmika, 2021: 30). Konteks komunikasi tersebut bersifat situasional artinya proses komunikasinya dibatasi oleh beberapa faktor antar lain jumlah peserta yang melakukan komunikasi, media yang digunakan dalam komunikasi, sifat umpan balik serta jarak interaksinya.

1. Komunikasi Interpersonal

Komunikasi ini terjadi pada individu itu sendiri, penyampai informasi adalah penerima informasi itu juga. Maka komunikasi ini terjadi pada internal diri individu tersebut.

2. Komunikasi Antarpersonal

Komunikasi ini berlangsung apabila ada dua orang yang saling bertukar informasi atau pesan, dimana penyampai pesan bisa menjadi penerima pesan dan sebaliknya.

3. Komunikasi Kelompok

Terjadinya sebuah interaksi yang ditandai dengan sekumpulan orang yang secara tiba-tiba dikumpulkan untuk melakukan sebuah hal dengan tujuan yang sama adalah komunikasi kelompok.

4. Komunikasi Organisasi

Komunikasi ini didapat pada lingkungan organisasi/lembaga/instansi yang terdiri dari orang-orang yang dibedakan menurut fungsi dan tugasnya tetapi ditujukan untuk dapat menunjang kebutuhan dan tujuan yang sama.

5. Komunikasi Massa

Komunikasi ini dibantu oleh media dalam menyebarkan informasi atau pesan yang ingin disampaikan kepada penerima pesannya yang luas yaitu

khalayak umum atau masyarakat dengan tujuan tersebarnya informasi tersebut serentak dan langsung diterima oleh pendengar/penerima pesan (Ramadanty, dalam Dyatmika, 2021: 30-35).

2.1.3 Tinjauan tentang Komunikasi Antarpribadi

2.1.3.1 Pengertian Komunikasi Antarpribadi

Menurut Dedy Mulyana dalam bukunya Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar, komunikasi antarpribadi (*Interpersonal communication*) adalah komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal ataupun nonverbal. Bentuk khususnya dari komunikasi antarpribadi ini adalah komunikasi diadik (*dyadic communication*) yang melibatkan hanya dua orang, seperti suami-istri, dua sejawat, dua sahabat dekat, guru-murid, dan sebagainya. Adapun, ciri-ciri komunikasi diadik adalah pihak-pihak yang berkomunikasi berada dalam jarak yang dekat, pihak-pihak yang berkomunikasi mengirim dan menerima pesan secara simultan dan spontan, baik secara verbal maupun nonverbal. Keberhasilan komunikasi menjadi tanggung jawab para peserta komunikasi. kedekatan hubungan pihak-pihak yang berkomunikasi akan tercermin pada jenis pesan atau respons nonverbal, seperti sentuhan, tatapan mata yang ekspresif dan jarak fisik yang sangat dekat (Mulyana, 2019: 81).

Menurut Joseph A. Davito dalam bukunya, *Communicology: an Introduction to the Study of Communication*, yang dikutip oleh Onong Uchjana Effendy, *communicology* adalah:

“Ilmu komunikasi, terutama komunikasi oleh dan di antara manusia. Seorang komunikolog adalah seorang ahli ilmu komunikasi. istilah

komunikasi dipergunakan untuk menunjukkan tiga bidang studi yang berbeda: proses komunikasi, pesan yang dikomunikasikan, dan studi mengenai proses komunikasi” (Effendy, 2017: 5).

Biasanya pendengaran dan pelihatan sering dianggap sebagai indera primer, padahal sentuhan dan penciuman juga sama pentingnya dalam menyampaikan pesan-pesan yang bersifat intim. Komunikasi antarpribadi sangat potensial untuk memengaruhi atau membujuk orang lain, karena dapat menggunakan kelima alat indera untuk mempertinggi daya bujuk pesan. Sebagai komunikasi yang paling lengkap dan sempurna, komunikasi tatap-muka ini membuat manusia merasa lebih akrab dengan sesamanya, berbeda dengan komunikasi lewat media massa seperti surat kabar maupun teknologi komunikasi yang canggih. R. Wayne Pace (1979) yang dikutip oleh Hafied Cangara dalam bukunya Pengantar Ilmu Komunikasi, definisi komunikasi antarpribadi adalah sebagai berikut:

“Komunikasi antarpribadi ialah proses komunikasi yang berlangsung antara dua orang atau lebih secara tatap muka, seperti yang dinyatakan R. Wayne Pace (1979) bahwa “*interpersonal communication is communication involving two or more people in a face to face setting*”. (Cangara, 2019)”

Menurut sifatnya, komunikasi antarpribadi dapat dibedakan atas dua macam, yakni komunikasi diadik dan komunikasi kelompok kecil dan Komunikasi Diadik

1. Komunikasi diadik ialah proses komunikasi yang berlangsung antara dua orang dalam situasi tatap muka. Komunikasi diadik menurut Pace dapat dilakukan dalam tiga bentuk, yakni percakapan, dialog, dan wawancara. Percakapan berlangsung dalam suasana yang bersahabat dan informal. Dialog berlangsung dalam situasi yang lebih intim, lebih dalam, lebih

personal sedangkan wawancara sifatnya lebih serius, yakni adanya pihak yang dominan pada posisi bertanya yang lainnya pada posisi menjawab.

2. Komunikasi kelompok kecil ialah proses komunikasi yang berlangsung antara tiga orang atau lebih secara tatap muka, dimana anggota-anggotanya saling berinteraksi satu sama yang lainnya. Komunikasi kelompok kecil oleh banyak khalayak dinilai sebagai tipe komunikasi antarpribadi karena anggota-anggotanya terlibat dalam suatu proses komunikasi yang berlangsung secara tatap muka, pembicaraan berlangsung secara terpotong-potong di mana semua peserta bisa berbicara dalam kedudukan yang sama, dengan kata lain tidak ada pembicara tunggal yang mendominasi situasi. Serta sumber dan penerima sulit diidentifikasi. Dalam situasi seperti ini, semua anggota berperan sebagai sumber dan juga sebagai penerima.

Komunikasi antarpribadi merupakan jalinan hubungan interaktif antara seorang individu dan individu lain di mana lambing-lambang pesan secara efektif digunakan, terutama lambing-lambang Bahasa. Komunikasi antarpribadi umumnya dipahami lebih bersifat pribadi dan berlangsung secara tatap muka.

2.1.3.2 Faktor-Faktor dalam Komunikasi Antarpribadi

Untuk meningkatkan hubungan komunikasi antarpribadi yang lebih baik, Jaluddin Rachmat (2007:129) menyatakan ada tiga faktor yang dapat menumbuhkan hubungan interpersonal dalam komunikasi interpersonal, yakni:

1. Percaya (*Trust*)

Secara ilmiah kepercayaan di definisikan sebagai “mengandalkan perilaku orang untuk mencapai tujuan yang dikehendaki, yang pencapaian tidak pasti dan dalam situasi yang penuh risiko”. Kepercayaan meningkatkan hubungan komunikasi antarpribadi, dengan kepercayaan seseorang akan membuka, memperjelas, dan memperluas komunikasi. ada tiga faktor yang memengaruhi kepercayaan yakni, menerima, empati, dan jujur.

2. Sikap Mendukung (*Supportive*)

Sikap suportif merupakan upaya mengurangi sikap defensif dalam komunikasi. orang defensif cenderung tidak menerima, tidak jujur dan empatik. Hal ini haruslah dihindari agar komunikasi antarpribadi dapat berlangsung efektif.

3. Sikap Terbuka (*Open Mindedness*)

Sikap terbuka memiliki karakteristik pertama, menilai pesan secara objektif kedua, mampu melihat dengan mudah dan dapat melihat suasana ketiga, berorientasi pada isi pesan keempat, mencari informasi dari berbagai sumber kelima, lebih bersifat provokasionalis dan enam, mencari pengertian pesan yang tidak sesuai dengan rangkaian kepercayaan.

Tiga faktor di atas mendukung dan menciptakan interaksi yang harmonis. Ancangan tiga hal ini menurut para filsuf humanis menentukan terciptanya hubungan antarmanusia yang *superior*. Dari kualitas umum, kemudian dapat menurunkan perilaku yang spesifik sebagai tanda komunikasi antarpribadi yang efektif (Devito, 1997: 259 dalam Solihat et al., 2015: 129)

2.1.3.3 Tujuan Komunikasi Antarpribadi

Menurut Suranto (2011) dalam bukunya Chandra dewi dan Haning Tri Widiastuti, komunikasi antarpribadi merupakan suatu aksi agar mencapai tujuan komunikasi antarpribadi antaralain:

1. Mengungkapkan perhatian kepada orang lain

Komunikasi antarpribadi hanya dimaksudkan untuk menunjukkan adanya perhatian kepada orang lain dan menghindari kesan dari orang lain sebagai individu yang tertutup, dingin dan tidak peduli.

2. Mengenal diri sendiri dan orang lain

Komunikator melakukan komunikasi antarpribadi untuk mengetahui dan mengenali karakteristik diri pribadi berdasarkan informasi dari orang lain. Komunikasi antarpribadi memberikan kesempatan kepada keduanya untuk berbicara tentang apa yang disukai dan apa yang tidak disukai keduanya. Dengan membicarakan keadaan diri, minat dan harapan maka seseorang memperoleh informasi berharga untuk mengenali jati diri.

3. Menemukan dunia luar

Dengan komunikasi antarpribadi terdapat beberapa kesempatan untuk mengetahui dan mendapatkan berbagai informasi yang penting dan aktual dari orang lain.

4. Membangun dan memelihara hubungan yang harmonis

Salah satu kebutuhan setiap orang yang paling besar adalah membentuk dan memelihara hubungan baik dengan orang lain.

5. Mempengaruhi sikap dan tingkah laku

Proses sebuah pesan dari komunikator kepada komunikan guna memberitahu atau mengubah sikap, pendapat baik secara langsung maupun tidak langsung. Ketika pihak komunikan menerima informasi, berarti komunikan telah mendapat pengaruh dari proses komunikan karena pada dasarnya adalah pengalaman.

6. Memberikan bantuan (Konseling)

Komunikasi antarpribadi dapat dipakai sebagai pemberian bantuan (konseling) bagi orang yang memerlukan. Tanpa disadari setiap orang ternyata sering bertindak sebagai konselor maupun konseling dalam kehidupan sehari-hari (Widiastuti & Dewi S, 2022: 14-16).

2.1.4 Tinjauan Perilaku Komunikasi

2.1.4.1 Pengertian Perilaku Komunikasi

Perilaku komunikasi yaitu suatu tindakan atau perilaku baik verbal maupun nonverbal yang ada pada tingkah laku seseorang. Menurut Kwick dalam J.S Kalangi (2016:5) perilaku adalah tindakan atau perbuatan organisme yang dapat diamati dan

bahkan dapat dipelajari. Dengan kata lain perilaku umumnya tersalurkan oleh keinginan untuk memperoleh tujuan tertentu. Tujuan spesifik tidak selamanya diketahui dengan sadar oleh yang bersangkutan. Dorongan yang memotivasi pola perilaku individu yang nyata dalam kadar tertentu berada dalam alam bawah sadar (Harsey & Blanch 2004: 68).

Berdasarkan definisi perilaku maka perilaku komunikasi dicitakan sebagai tindakan atau respon dalam lingkungan dan situasi komunikasi yang ada atau dengan arti lain perilaku komunikasi merupakan cara berfikir. Perilaku komunikasi seseorang dapat dilihat dari kebiasaan berkomunikasi. Berdasarkan definisi perilaku komunikasi, adapun yang dapat dipertimbangkan adalah bahwa seseorang akan melakukan komunikasi sesuai dengan kebutuhannya. Dalam berkomunikasi, setiap orang memiliki karakteristik masing-masing yang menjadi cara mereka dalam menggapai persoalan atau mengutarakan pendapat. Perilaku komunikasi yang berlangsung, hampir selalu melibatkan penggunaan lambing-lambang verbal dan nonverbal secara bersama-sama (Cangara, 2005: 95).

2.1.4.2 Bentuk-Bentuk Perilaku Komunikasi

Menurut Moefad dalam bukunya mengemukakan bentuk-bentuk perilaku komunikasi adalah sebagai berikut:

1. Perilaku tertutup adalah respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk terselubung atau tertutup, respon atau aksi terhadap stimulus ini masih terbatas pada perhatian, persepsi, pengetahuan atau kesadaran dan sikap yang terjadi belum bisa diamati secara jelas oleh orang lain.

2. Perilaku terbuka adalah respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk Tindakan nyata atau terbuka. Respon terhadap stimulus tersebut jelas dalam bentuk tindakan atau praktek (*practice*) (Moefad, 2007: 17).

2.1.4.3 Komponen Perilaku Komunikasi

Beberapa komponen terhadap perilaku komunikasi yang terbagi menjadi, kognitif, afektif dan konatif, yaitu sebagai berikut:

1. Kognitif (Pikiran)

Merupakan gambaran tentang cara seseorang dalam mempersepsi objek, peristiwa atau situasi sebagai sasaran sikap atau perilaku. Komponen ini mewakili pikiran, keyakinan, atau ide seseorang tentang suatu objek. Dalam bentuk yang sederhana kognitif merupakan kategori-kategori yang digunakan dalam berpikir. Perilaku kognitif seseorang yang memiliki *inner child* biasanya mencerminkan adanya aspek dalam diri mereka yang tetap merasa seperti anak kecil. *Inner child* mengacu pada bagian dalam diri seseorang yang menyimpan kenangan, perasaan, dan pengalaman dari masa kecil mereka. Perilaku kognitif yang terkait dengan *inner child* dapat melibatkan beberapa aspek berikut :

- a. Pola Pikiran Terkait Trauma atau Pengalaman Masa Kecil: Seseorang dengan *inner child* yang aktif mungkin mengalami pola pikiran yang terkait dengan trauma atau pengalaman negatif yang dialami saat masih kecil. Mereka mungkin sering memikirkan peristiwa-peristiwa ini dan bisa merasa terjebak dalam ingatan masa kecil mereka.

- b. Kesulitan dalam Pengambilan Keputusan: Seseorang dengan *inner child* yang dominan mungkin memiliki kesulitan dalam pengambilan keputusan yang matang. Mereka mungkin cenderung membuat keputusan impulsif atau berdasarkan emosi daripada pertimbangan yang rasional.
- c. Pertahanan Diri yang Khas: *Inner child* juga dapat menciptakan pertahanan diri khas. Seseorang mungkin merespons konflik atau stres dengan cara yang mirip dengan respons anak kecil, seperti menarik diri, menangis, atau marah.
- d. Nostalgia yang Kuat: Orang dengan *inner child* yang aktif mungkin merasa sangat nostalgia terhadap masa kecil mereka dan sering merenungkan kenangan-kenangan indah dari waktu itu.

Penting untuk diingat bahwa *inner child* adalah bagian alami dari diri seseorang dan bisa berpengaruh positif atau negatif tergantung pada bagaimana seseorang mengelolanya. Jika *inner child* menyebabkan kesulitan dalam fungsi sehari-hari atau hubungan, terapi psikologis seperti terapi berbasis trauma atau terapi *inner child* dapat membantu seseorang mengatasi dan berintegrasi dengan *inner child* mereka sehingga mereka dapat hidup dengan lebih seimbang dan bahagia.

2. Afektif (Perasaan)

Merupakan komponen yang berkaitan dengan sikap dan nilai yang mencakup perilaku seperti perasaan, minat, sikap, dan emosi. Perilaku afektif pada seseorang yang memiliki *inner child* sering kali mencerminkan

cara mereka mengungkapkan emosi yang terkait dengan bagian dalam diri mereka yang masih merasa seperti anak kecil. *Inner child* mengacu pada bagian dalam diri yang menyimpan pengalaman, perasaan, dan memori dari masa kecil. Perilaku afektif yang terkait dengan *inner child* bisa beragam seperti berikut:

- a. **Kurangnya Kemandirian:** Seseorang dengan *inner child* yang mendominasi pikiran mereka mungkin cenderung kurang percaya diri atau merasa tidak mampu mengatasi tugas-tugas dewasa. Mereka mungkin mencari bantuan atau perlindungan dari orang lain seperti anak kecil mencari dukungan dari orang tua.
- b. **Emosi Intensitas:** Orang dengan *inner child* yang aktif mungkin mengalami emosi dengan intensitas yang lebih besar. Mereka bisa sangat senang atau sangat sedih, dengan sedikit kesenjangan di antara keduanya. *Inner child* dapat membuat mereka lebih terbuka terhadap perasaan dan merasakannya secara mendalam.
- c. **Reaksi Emosional yang Kuat terhadap Peristiwa atau Situasi:** *Inner child* dapat mempengaruhi cara seseorang merespons peristiwa atau situasi tertentu. Mereka mungkin merasa terlalu senang atas sesuatu yang positif atau sangat terluka dan terpukul oleh sesuatu yang negatif.
- d. **Kesulitan dalam Mengelola Emosi Negatif:** Seseorang dengan *inner child* yang mendominasi mungkin kesulitan dalam mengatasi emosi negatif seperti kemarahan atau kecemasan. Mereka bisa merespons

dengan cara yang lebih mirip dengan respons anak kecil, misalnya, menangis atau marah tanpa kontrol.

- e. Ketergantungan pada Orang Lain: Orang dengan *inner child* yang mendominasi mungkin cenderung menggantungkan diri pada orang lain, seperti mencari perlindungan, dukungan, atau perhatian, mirip dengan cara anak-anak mencari perhatian dan dukungan dari orang tua mereka.
- f. Hubungan yang Kuat dengan Kenangan dan Objek dari Masa Kecil: Orang dengan *inner child* yang kuat mungkin sangat menghargai kenangan dan objek dari masa kecil mereka. Mereka mungkin menyimpan benda-benda berharga atau sering mengingat kenangan-kenangan masa kecil yang positif.
- g. Keinginan untuk Rekonsiliasi dengan Emosi Masa Kecil: Seseorang dengan *inner child* mungkin memiliki dorongan untuk mengatasi dan memahami emosi-emosi dari masa kecil mereka. Mereka mungkin merasa perlu untuk "merekonsiliasi" dengan bagian dalam diri mereka yang masih merasa seperti anak kecil.

Penting untuk diingat bahwa *inner child* adalah bagian yang normal dari diri seseorang, dan dalam banyak kasus, memahami dan merangkul *inner child* dapat membantu seseorang tumbuh secara pribadi dan mengatasi trauma atau perasaan yang tertekan. Namun, jika perilaku afektif yang terkait dengan *inner child* mengganggu fungsi sehari-hari atau kesejahteraan seseorang, pertimbangkan konsultasi dengan seorang profesional kesehatan mental yang berpengalaman untuk mendapatkan

dukungan dan bimbingan lebih lanjut. Terapi *inner child* atau terapi berbasis trauma bisa menjadi pilihan yang baik untuk menjalani proses penyembuhan.

3. Konatif (Tindakan)

Merupakan komponen yang berkaitan dengan sesuatu yang dapat dipercaya memengaruhi sikap mereka dan pada akhirnya memengaruhi perilaku dan tindakan mereka terhadap sesuatu. Perilaku konatif pada seseorang yang memiliki *inner child* mencerminkan bagaimana mereka bertindak atau berperilaku dalam respons terhadap *inner child* mereka, yang merupakan bagian dalam diri mereka yang masih merasa seperti anak kecil. *Inner child* mengacu pada kenangan, perasaan, dan pengalaman masa kecil yang memengaruhi perilaku seseorang. Berikut adalah beberapa contoh perilaku konatif yang terkait dengan *inner child*:

- a. Penghindaran Tanggung Jawab Dewasa: Seseorang dengan *inner child* yang dominan mungkin cenderung menghindari tanggung jawab dewasa. Mereka mungkin enggan atau sulit untuk menghadapi tugas-tugas dan kewajiban dewasa, seperti membayar tagihan, mengurus keuangan, atau menjalani rutinitas harian.
- b. Kemampuan Bertindak Impulsif: *Inner child* dapat memicu tindakan impulsif, di mana seseorang bertindak tanpa pertimbangan panjang. Ini mungkin termasuk membelanjakan uang secara impulsif, mengonsumsi makanan berlebihan, atau melakukan tindakan lain yang mungkin tidak sejalan dengan kepentingan mereka dalam jangka panjang.

- c. Resistensi terhadap Perubahan: *Inner child* bisa membuat seseorang merasa nyaman dengan rutinitas dan kestabilan yang mirip dengan pengalaman masa kecil. Oleh karena itu, mereka mungkin menunjukkan resistensi terhadap perubahan atau perkembangan yang diperlukan untuk pertumbuhan dewasa.
- d. Kegigihan dalam Mempertahankan Keinginan atau Harapan: Seseorang dengan *inner child* yang dominan mungkin tetap gigih dalam mempertahankan keinginan atau harapan yang mungkin tidak realistis. Mereka mungkin sulit menerima kenyataan yang berbeda.
- e. Ketidakstabilan Emosi: Orang dengan *inner child* yang mendominasi mungkin cenderung mengalami fluktuasi emosi yang tajam dan cepat. Mereka bisa berubah dari euforia menjadi kesedihan atau kemarahan dengan cepat. (Hallim *et al.*, 2019: 42-49).

Dalam hal ini penulis ingin mengetahui bagaimana sikap, perasaan dan tindakan seorang yang memiliki *inner child* terhadap orang lain. Sama seperti dalam aspek-aspek sebelumnya yang terkait dengan *inner child*, penting untuk diingat bahwa *inner child* adalah bagian normal dari diri seseorang. Namun, jika perilaku konatif yang terkait dengan *inner child* mengganggu kehidupan sehari-hari atau kesejahteraan seseorang, konsultasi dengan seorang profesional kesehatan mental yang berpengalaman dapat membantu individu untuk memahami dan mengelola *inner child* mereka dengan lebih baik, sehingga mereka dapat mencapai keseimbangan yang lebih sehat dalam kehidupan dewasa mereka

2.1.4.4 Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku

Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap perilaku yang digolongkan menjadi faktor biologis dan faktor sosiopsikologis, yaitu sebagai berikut:

1. Faktor biologis, yaitu faktor bawaan yang dimiliki oleh setiap makhluk hidup yang dimana faktor ini merupakan kebutuhan primer yang harus dicukupi demi kelangsungan hidupnya. Faktor ini berupa insting yang membawa perilaku bawaan tanpa campur tangan lingkungan. Misalnya, seperti perilaku makanan, minum, merawat anak serta perilaku agresif hal itu merupakan perilaku yang di dorong oleh faktor biologis.
2. Faktor sosiopsikologis yaitu meliputi motif-motif sosiogenis, sikap, emosi, kepercayaan yang dibentuk oleh pengetahuan, kebiasaan dan kemauan yang dimana motif tersebut merupakan keinginan untuk memperoleh pengalaman baru, keinginan mendapat respon, ingin diakui, rasa aman, berprestasi, kasih sayang, berkuasa serta pemenuhan diri. Kebiasaan merupakan aspek perilaku yang menetap dan berlangsung secara otomatis tidak direncanakan. Setiap orang akan memiliki kebiasaan yang berbeda dalam menanggapi respon dan stimulus (Suciati, 2015: 23).

Maka setiap suasana juga menuntut perilaku yang berbeda, faktor-faktor sosial menjelaskan bahwa didalam masyarakat perilaku manusia ditata dengan aturan dalam kelompok serta dengan karakteristik populasi akan menentukan perilaku masyarakatnya.

2.1.4.5 Proses Pembentukan Perilaku

Perilaku manusia terbentuk karena adanya kebutuhan, menurut Abraham Haroold Maslow, manusia memiliki lima kebutuhan dasar, yaitu:

1. Kebutuhan biologis, merupakan kebutuhan pokok utama yaitu seperti, makan dan seks. Apabila kebutuhan ini tidak terpenuhi akan terjadi ketidakseimbangan fisiologis.
2. Kebutuhan rasa aman, misalnya seperti rasa aman terhindar dari adanya konflik.
3. Kebutuhan mencintai dan dicintai, misalnya, mendambakan kasih sayang dari orang lain, baik keluarga, atau teman.
4. Kebutuhan harga diri, misalnya ingin dihargai dan menghargai orang lain atau adanya toleransi dalam hidup berdampingan.
5. Kebutuhan aktualisasi diri, misalnya menginginkan kesuksesan dalam menggapai cita-cita (Abraham Haroold Maslow dalam Sunaryo, 2019: 5).

Tingkat dan jenis kebutuhan satu dan lainnya tidak dapat dipisahkan karena merupakan satu kesatuan walaupun pada hakikatnya kebutuhan fisiologis merupakan faktor yang dominan untuk kelangsungan hidup manusia. Pembentukan perilaku dapat ditempuh dengan kebiasaan, dengan cara membiasakan diri untuk berperilaku seperti yang diharapkan, sehingga terbentuknya perilaku tersebut.

2.1.5 Tinjauan Tentang Psikologi Komunikasi

2.1.5.1 Pengertian Psikologi Komunikasi

Psikologi komunikasi merupakan ilmu yang berusaha menguraikan, meramalkan dan mengendalikan peristiwa mental dan behavioral dalam komunikasi. Peristiwa adalah mediasi dari stimuli sebagai akibat berlangsungnya komunikasi, sementara peristiwa behavioral adalah apa yang nampak ketika orang berkomunikasi. Peristiwa yang terjadi saat melakukan komunikasi dengan orang lain serta mencoba menganalisa peristiwa sosial secara psikologis akan membawa seseorang kepada psikologi sosial yang disebut dengan komunikasi. Maka dari itu, pendekatan psikologi sosial disebut juga sebagai psikologi komunikasi. Psikologi komunikasi membahas tentang bagaimana komunikasi yang berlangsung antar manusia dapat efektif sehingga menjadikan manusia memahami sebuah kemutlakan apabila ingin meningkatkan keberhasilan dalam komunikasi dengan orang lain.

2.1.5.2 Ruang Lingkup Psikologi Komunikasi

Psikologi komunikasi membahas mengenai berbagai konsep-konsep utama komunikasi dan aplikasi komunikasi berbagai level relasi. Menurut DeVito (2018) dalam buku Alfaruqy yang berjudul Psikologi Komunikasi setidaknya membagi ruang lingkup psikologi komunikasi sebagai berikut:

1. Jenis pesan dalam komunikasi meliputi pesan verbal dan non verbal. Pesan verbal merupakan pesan yang menggunakan kata-kata, sementara non verbal merupakan pesan yang menggunakan bahasa tubuh.

2. Dinamika interpersonal, dalam berkomunikasi dengan orang lain terjadi proses mental di dalam diri individu. Dinamika interpersonal menyoroti tentang kognisi, pembentukan konsep diri, persepsi dan sikap
3. Dinamika komunikasi interpersonal, komunikasi yang bersifat interpersonal melibatkan relasi yang dekat antara komunikator dan komunikan. Komunikasi interpersonal meliputi konteks komunikasi pertemanan, relasi romantis dan keluarga.
4. Dinamika komunikasi kelompok, komunikasi kelompok dapat terjadi pada kelompok kecil maupun organisasi seperti perusahaan dan organisasi kerja, selain itu kerap ditemukan konflik dan resolusi konflik.
5. Dinamika komunikasi publik, dikaji tentang bagaimana mempersiapkan dan menyampaikan pesan di depan umum, komunikasi yang informatif maupun komunikasi persuasif (Alfaruqy, 2020: 9-10).

2.1.5.3 Ciri-ciri Pendekatan Psikologi Komunikasi

Menurut Fisher dalam bukunya Psikologi Komunikasi menyebutkan empat ciri pendekatan psikologi pada komunikasi antara lain:

1. Penerimaan stimuli secara indrawi (*sensory reception of stimuli*).
2. Proses yang mengantarai stimulus dan respons (*internal mediation of stimuli*).
3. Prediksi respon (*prediction of respons*).
4. Peneguhan respon (*reinforcement of respons*).

2.1.5.4 Tujuan Komunikasi Psikologi

Psikologi meneliti kesadaran dan pengalaman manusia yang diarahkan pada pusat perhatian perilaku manusia dan mencoba menyimpulkan proses kesadaran yang menyebabkan terjadinya perilaku manusia. Psikologi komunikasi juga melihat bagaimana respon yang terjadi pada masa lalu dapat meramalkan respon yang terjadi pada masa yang akan datang.

Psikologi komunikasi adalah ilmu yang berusaha menguraikan, meramalkan, dan mengendalikan peristiwa mental dan behavioral dalam komunikasi. Peristiwa mental adalah sebagai akibat berlangsungnya komunikasi. Psikologi komunikasi sangat berperan dalam perubahan perilaku manusia, terutama saat berkomunikasi dengan satu sama lain. Peran psikologi komunikasi dalam perkembangan masyarakat dan pengetahuan cukup besar. Psikologi komunikasi diterapkan dengan tujuan untuk mencapai efektivitas komunikasi yang ditandai dengan, pengertian, kesenangan, memengaruhi sikap, hubungan sosial yang baik, dan tindakan (Rakhmat, 2015 dalam (Hadras et al., 2021: 40-41).

2.1.6 Tinjauan Tentang *Inner Child*

2.1.6.1 Pengertian *Inner Child*

Setiap orang pasti memiliki kepribadian yang terbentuk dari pengalaman seseorang mengenai bagaimana cara bertindak untuk dicintai yang didapatkan ketika masa kanak-kanak. Bradshaw (1992) yang dikutip oleh Surianti dalam Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani pengertian *inner child* adalah sebagai berikut :

“Inner Child merupakan sisi kepribadian dalam diri seseorang yang dihasilkan dari pengalaman masa kecil yang berdampak pada kehidupan

sekarang atau sisi kekanak-kanakan dalam diri seseorang. *Inner child* merupakan hasil dari pengalaman atau kejadian dimasa lalu yang belum terselesaikan dengan baik” (Bradshaw, 1992).

Definisi mengenai *inner child*, sebagai berikut:

“*Inner child* merupakan bagaian dari diri seseorang yang dihasilkan dari suatu pengalaman saat masih kecil yang berdampak pada kehidupan sekarang *atau inner child* merupakan bagian dari ego anak yang bagaimana ia mendapatkan pengalaman di masa kecilnya. *Inner child* terbentuk dari perasaan atau emosi dalam jiwa anak yang sedang bertumbuh yang akan membentuk mental dan kepribadianya, jika anak mendapatkan perilaku atau pola asuh yang baik dari lingkungannya, maka jiwa dan kepribadianya akan terpenuhi, sebaliknya jika anak mendapatkan pola asuh yang kurang baik atau buruk dari lingkungannya maka akan timbul kekurangan rasa jiwa dan kepribadian”. (Kamisah & Herawati, 2019)

Definisi lain menurut Diamond (2008) adalah sebagai berikut:

“*inner child* merupakan kumpulan peristiwa yang terjadi baik peristiwa buruk maupun peristiwa baik yang dialami anak dan akan membentuk kepribadian anak hingga dewasa” (Diamond, 2008).

Dari definisi pengertian diatas *inner child* akan muncul ketika dewasa dalam bentuk tingkah laku atau dalam kondisi emosional yang tidak disadari. Pengalaman masa lalu menyakitkan yang didapatkan seseorang semasa ia kecil seperti tindakan kekerasan, pengabaian, kurangnya kasih sayang dan perlindungan yang didapatkan dari orang tua akan melukai *inner child* seseorang. Apabila luka tersebut tidak disadari atau disembuhkan maka akan terbawa hingga ia dewasa.

Pada saat kecil, setiap orang pernah mengalami masa-masa sulit sebagai seorang anak serta mayoritas anak pernah mengalami trauma. Hal ini yang biasanya membuat *inner child* yang ada pada diri seseorang menjadi terluka. Untuk menghindari rasa sakit dan luka yang dialami biasanya dilakukan pengabaian, menghindar dan menekanya ke dalam alam bawah sadar sengan mengabaikanya

agar berharap luka tersebut akan hilang. Akan tetapi *inner child* yang sudah terlanjur terluka tidak dapat dengan mudah untuk hilang jika belum disembuhkan atau belum berdamai dengan masa kecilnya.

Kategori *inner child* yang terluka dan tidak terluka adalah konsep yang terkait dengan pengalaman masa kecil seseorang dan bagaimana pengalaman-pengalaman tersebut memengaruhi perkembangan emosional dan perilaku mereka di masa dewasa. Ini adalah konsep dalam bidang psikologi yang digunakan untuk menjelaskan bagaimana pengalaman-pengalaman masa kecil dapat memengaruhi kesejahteraan mental seseorang. Berikut penjelasan singkat tentang kedua kategori ini:

1. *Inner Child* yang Terluka

Inner child yang terluka mengacu pada bagian dalam diri seseorang yang mengalami pengalaman-pengalaman traumatis, sakit, atau negatif saat masa kecil mereka. Pengalaman ini bisa berupa pelecehan, penelantaran, kehilangan, atau peristiwa traumatis lainnya. *Inner child* yang terluka dapat menyimpan perasaan marah, takut, sedih, atau tidak aman yang berasal dari masa kecil. Ketika *inner child* yang terluka tidak diatasi atau diobati, ini dapat menyebabkan masalah emosional dan perilaku di masa dewasa, seperti masalah dalam hubungan, depresi, kecemasan, atau perilaku yang merusak diri sendiri.

2. *Inner Child* yang Tidak Terluka

Sebaliknya, *inner child* yang tidak terluka mengacu pada bagian dalam diri seseorang yang mengalami pengalaman-pengalaman positif, dukungan, dan cinta saat masa kecil mereka. Ini bisa mencakup pengalaman keluarga yang stabil, hubungan yang sehat dengan orang tua, dan perasaan aman dan dicintai. *Inner child* yang tidak terluka cenderung memiliki rasa percaya diri yang kuat, kebahagiaan, dan kemampuan untuk membentuk hubungan yang sehat di masa dewasa.

Penting untuk diingat bahwa kebanyakan individu memiliki campuran *inner child* yang telah mengalami luka dan yang tidak. Terapi dan pekerjaan yang berfokus pada aspek emosional dapat membantu individu dalam mengatasi dan menyembuhkan *inner child* yang terluka, sambil juga memperkuat *inner child* yang tidak mengalami luka. Tujuannya adalah untuk mencapai keseimbangan emosional yang lebih baik dan meningkatkan kualitas hidup seseorang

2.1.6.2 Faktor/Tanda Utama Gejala *Inner Child*

Gejala awal dari *inner child* biasanya akan menimbulkan rasa sedih, marah, takut dan rasa tidak nyaman dalam diri seseorang disebabkan karena adanya perasaan trauma yang terus menerus terpendam. Jika terus berlanjut, sering kali akan ada sikap yang menonjol pada diri seseorang seperti merasakan sakit dalam jiwanya jika berada pada suatu peristiwa atau kejadian yang menyerupai yang telah dialaminya dulu, orang yang memiliki gejala *inner child* akan sering menyalahkan dirinya sendiri walaupun terkadang bukan ia yang bersalah dan orang yang

memiliki gejala *inner child* akan sulit percaya serta memiliki rasa khawatir yang berlebihan pada orang lain.

Seseorang yang mempunyai gejala *inner child* negatif seringkali merasa kurang percaya diri, merasa haus akan kasih sayang, merasa tidak berdaya dan merasa dirinya tidak berharga. Hal ini yang akan terus menerus mengendap dalam jiwa seseorang yang akan dibawanya dalam hubungan pertemanan, pernikahan dan juga hubungan pekerjaan. Jika sewaktu kecilnya ia tidak merasakan kasih sayang maka dampak saat dewasa ia akan mencari kasih sayang dan perhatian yang berlebihan dari orang lain.

Meregulasi emosi adalah keterampilan penting dalam menjalani kehidupan yang sehat dan bahagia. Emosi yang tidak terkendali dapat mengganggu kesejahteraan seseorang dan hubungan dengan orang lain. Berikut adalah beberapa langkah yang dapat membantu dalam meregulasi emosi:

1. Kesadaran Emosional (Emotional Awareness): Langkah pertama adalah mengenali dan memahami emosi. Cobalah untuk mengidentifikasi apa yang dirasakan dan mengapa seseorang bisa merasakannya. Kesadaran emosional adalah dasar untuk mengelola emosi.
2. Praktik Meditasi dan Mindfulness: Meditasi dan mindfulness adalah teknik yang membantu tetap terhubung dengan momen ini. Dengan berlatih mindfulness, seseorang dapat belajar untuk mengamati emosi tanpa menilainya atau bereaksi terhadapnya.
3. Teknik Pernapasan: Teknik pernapasan yang dalam dan terkendali dapat membantu menenangkan sistem saraf. Latihan pernapasan sederhana dapat

membantu mengurangi stres dan memberi kendali lebih besar atas emosi yang dimiliki.

4. **Perawatan Fisik:** Merawat tubuh dengan tidur yang cukup, makan makanan sehat, dan berolahraga secara teratur dapat membantu mengatur keseimbangan emosi. Tubuh yang sehat cenderung lebih baik dalam mengatasi tekanan emosional.
5. **Berbicara dengan Orang Lain:** Terkadang, berbicara dengan seseorang yang percaya tentang emosi dapat memberi seseorang sudut pandang yang berbeda dan dukungan yang dibutuhkan.
6. **Menulis Jurnal:** Menulis jurnal adalah cara yang baik untuk mengekspresikan emosi. Dengan menulis apa yang dirasakan, dapat lebih memahami perasaan seseorang dalam mencari pola dalam emosi yang dirasakannya.
7. **Respon yang Sehat:** Saat mengalami emosi yang kuat seperti marah atau frustrasi, cobalah untuk tidak langsung bereaksi. Berikan diri waktu untuk merenung sebelum bertindak dan pilih respons yang lebih sehat.
8. **Belajar dari Pengalaman:** Cobalah untuk belajar dari pengalaman. Identifikasi apa yang memicu emosi seseorang dan pertimbangkan cara-cara untuk menghadapinya dengan lebih baik di masa depan.
9. **Konsultasi Profesional:** Jika mengalami kesulitan yang berat dalam mengendalikan emosi, pertimbangkan untuk berkonsultasi dengan seorang profesional kesehatan mental seperti seorang psikolog atau psikiater. Mereka dapat memberikan bantuan dan dukungan yang lebih khusus.

Mengatur emosi adalah proses yang memerlukan waktu dan usaha, tetapi dengan latihan dan kesadaran yang terus-menerus, dapat mengembangkan kemampuan untuk mengelola emosi seorang dewasa muda dengan lebih baik. *Inner child* merupakan bagian dari alam bawah sadar yang terbentuk dari pengalaman masa lalu seseorang. Pengalaman masa kecil seseorang baik yang positif maupun negatif yang bersama-sama berperan dalam pembentukan kepribadian seseorang yang akan berpengaruh ketika ia menjadi dewasa. Untuk berdamai dengan *inner child* yang dialami adalah dengan menyembuhkan dan memaafkan. Meskipun tidak mudah, tapi dengan mencoba memahami, mengenali dan menghadapi *inner child* itu sendiri maka cara tersebut akan membantu untuk berkembang dan lebih mengeksplor diri menjadi lebih baik.

2.1.7 Tinjauan Tentang Dewasa Muda

2.1.7.1 Pengertian Dewasa Muda

Masa dewasa merupakan masa yang ditandai dengan adanya ketidaktergantungan seseorang baik secara finansial serta adanya rasa tanggung jawab terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan. Dewasa muda dimulai sekitar usia 20 sampai 40 tahun (Lemme, 1995). Sejalan dengan yang dikatakan Hurlock (dalam Lemme, 1995) mengemukakan kembali tanggung jawab tersebut, bahwa individu dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukannya dalam masyarakat bersama orang dewasa lainnya. Masa dewasa muda merupakan periode penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan sosial yang baru.

Definisi dewasa muda menurut Seto Mulyadi dalam bukunya *Perkembangan Dewasa Muda* mengemukakan bahwa :

“Dewasa muda mulai dari 20 sampai 40 tahun, orang dewasa muda sudah serius memikirkan perkembangan karir maupun persiapan perkawinan. Mereka sudah mengetahui minat dan bakatnya sendiri sehingga benar-benar berusaha memasuki program studi atau fakultas di perguruan tinggi. Usai dari perguruan tinggi, mereka menembangkan dan meneliti karir untuk mencapai keamanan ekonomi. Pencapaian karir yang tepat akan membantu individu untuk mulai menikah dan membentuk kehidupan keluarga” (Mulyadi, 2010 : 10).

Dapat diambil kesimpulan bahwa dewasa muda adalah masa dimana individu memiliki rasa tanggung jawab atas tindakan, sikap, keinginan yang ia miliki dan tidak bergantung pada orang lain. Pada tahapan ini dewasa muda memiliki tugas penting yang harus diselesaikan seperti mempersiapkan karir, membangun hubungan dekat seperti persahabatan atau pernikahan. (Duffy & Atwater, 2005).

2.1.7.2 Ciri Perkembangan Dewasa Muda

Dewasa muda merupakan suatu masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan yang baru serta harapan sosial yang baru. Masa dewasa muda adalah awal kelanjutan dari masa remaja. Sebagai kelanjutan masa remaja, sehingga ciri-ciri masa remaja tidak jauh berbeda dengan perkembangan remaja. Adapun ciri-ciri perkembangan dewasa muda yaitu:

1. Usia Reproduksi (*Reproductive Age*), biasanya masa ini ditandai dengan membentuk sebuah rumah tangga, tetapi masa ini bisa ditunda dengan beberapa alasan. Karena saat ini terdapat beberapa orang dewasa muda belum mau membentuk keluarga sampai mereka menyelesaikan dan memulai karir yang diinginkan.

2. Usia pemantapan baik dibidang pekerjaan dan bidang kehidupan keluarga, masa ini ditandai dengan masa dimana seseorang mengatur hidup dan bertanggungjawab atas hidupnya.
3. Usia banyak masalah (*Problem age*), masa ini adalah masa yang dimana penuh dengan masalah. Jika seseorang tidak siap memasuki tahap ini, ia akan kesulitan dalam menyelesaikan tahap perkembangannya.
4. Usia tegang dalam hal emosi (*emotional tension*), banyak orang dewasa muda mengalami kegagalan emosi yang berhubungan dengan persoalan yang dialaminya. Ketegangan emosional seringkali dinampakan dalam ketakutan-ketakutan atau kekhawatiran yang timbul ini pada umumnya bergantung pada ketercapaiannya penyesuaian terhadap persoalan yang dihadapi.
5. Masa keterasingan sosial, seseorang yang sudah berada ditahap dewasa muda akan sering mengalami keterpencilan sosial atau krisis keterasingan yang dinamakan pada masa ini akan merasakan kesepian.
6. Masa komitmen, dimasa ini orang dewasa muda dituntut untuk memikul sebuah tanggungjawab yang terlalu berat untuk dipikul.
7. Masa ketergantungan, pada masa ini dimana ketergantungan pada orang lain yang sudah berjasa dalam dirinya.
8. Masa perubahan nilai terjadinya perubahan nilai pada orang dewasa muda karena ingin diterima pada kelompok orang dewasa lainnya.
9. Masa kreatif, bentuk kreativitas yang akan terlihat sesudah orang dewasa akan tergantung pada minat dan kemampuan individual, kesempatan untuk

mewujudkan keinginan dan kegiatan-kegiatan yang memberikan kepuasan sebesar-besarnya (Jannah *et al.*, 2021: 123-126).

2.1.7.3 Masalah Perkembangan pada Dewasa Muda

Seiring dengan bertambahnya usia, semakin bertambah pula masalah-masalah yang terjadi. Dewasa muda adalah masa transisi dari remaja yang penuh dengan kegaduhan, ke masa yang menuntut tanggung jawab. Tidak bisa dimungkiri bahwa banyak orang dewasa muda mengalami masalah dalam perkembangannya. Masalah-masalah itu antara lain masalah dalam dirinya (*personal hazard*), fisiknya (*physical hazard*), dan masalah dengan masyarakat (*social hazard*):

1. Penentuan identitas diri dengan keaburan identitas, penentuan identitas diri adalah hal yang harus ada pada masa ini karena jika masa ini sudah bermasalah, kemungkinan individu akan mengalami keaburan identitas.
2. Kemandirian atau tidak mandiri.
3. Sukses dalam meniti jenjang pendidikan, karir atau gagal menempuh jenjang pendidikan dan karir.
4. Menikah atau tidak menikah.
5. Hubungan sosial yang sehat atau menarik diri.
6. Latihan yang tidak berkesinambungan (*discontinuities*) merupakan salah satu penghambat penguasaan tugas-tugas perkembangan dewasa muda, yang berhubungan erat dengan pengalaman belajar dan latihan dimasa lalu.
7. Perlindungan yang berlebihan (*over protective*), bersangkutan dengan pola asuh orangtua yang pernah dialami dalam masa kanak-kanak.

8. Perpanjangan pengaruh-pengaruh peer-group (*prolongation of peer-group influences*), yaitu pengaruh kelompok-kelompok khusus bagi perkembangan dewasa muda.
9. Inspirasi yang tidak realistis (*unrealistic aspiration*), permasalahan dewasa muda dapat ditimbulkan oleh konsep-konsep yang tidak realistis dalam benak pada masa dewasa muda (Jannah *et al.*, 2021: 126-128).

2.2 Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran merupakan alur pikir yang dijadikan sebagai skema pemikiran atau dasar-dasar pemikiran untuk memperkuat fokus yang melatarbelakangi penelitian ini. Dalam kerangka pemikiran ini peneliti akan menjelaskan masalah pokok penelitian. Adapun judul penelitian ini adalah Perilaku Komunikasi dalam kesadaran *inner child* dikalangan usia dewasa muda di Kota Bandung. Perilaku Komunikasi menurut Menurut Walgito (2004, dalam Sudaryono. 2022: 35) Perilaku komunikasi adalah sebuah respon kita terhadap orang lain saat berinteraksi, respon ini didukung melalui beberapa tahapan yaitu kognitif (pikiran), afektif (perasaan), konatif (tindakan).

1. Kognitif (Pikiran)

Kognitif dalam pengertian ini merupakan sebagai sasaran sikap yang mewakili bagaimana individu yang memiliki *inner child* untuk mempersepsi objek, atau ide gagasan tentang suatu objek orang lain untuk digunakan dalam berpikir. Sehingga berpengaruh dalam menumbuhkan perilaku komunikasi. Perilaku kognitif seseorang yang memiliki *inner child*

biasanya mencerminkan adanya aspek dalam diri mereka yang tetap merasa seperti anak kecil. *Inner child* mengacu pada bagian dalam diri seseorang yang menyimpan kenangan, perasaan, dan pengalaman dari masa kecil mereka. Kognitif yang terkait dengan *inner child* dapat melibatkan beberapa aspek seperti pola pikir terkait pengalaman masa kecil, kesulitan dalam mengambil keputusan, memiliki pertahanan diri yang khas serta nostalgia yang kuat akan keinginannya di masa kecil.

2. Afektif (Perasaan)

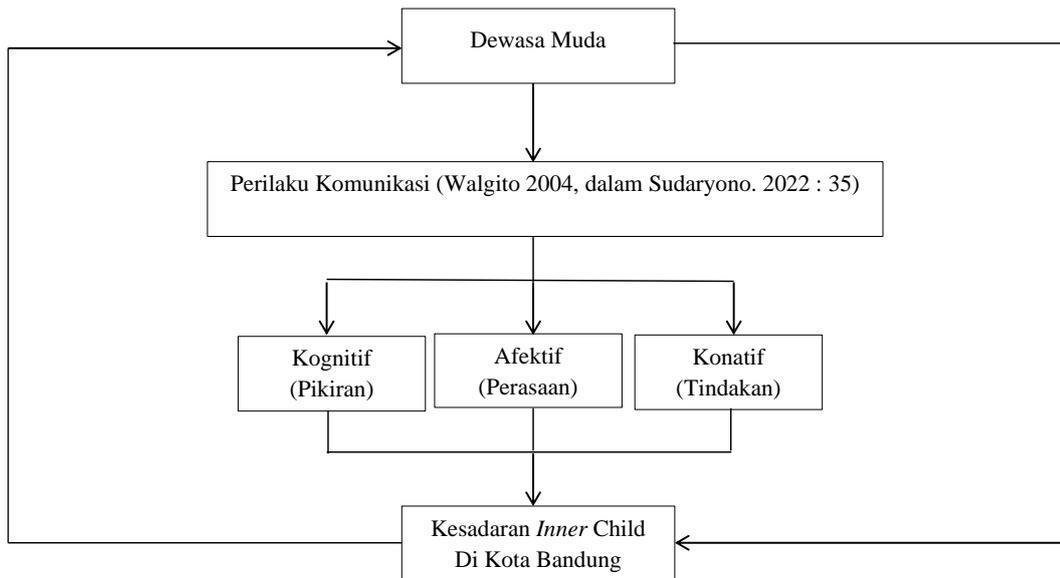
Afektif yaitu merasakan perasaan yang dirasakan individu yang memiliki *inner child* tersebut ataupun sebagai suatu kesedian untuk memahami orang lain secara baik. Apabila perasaan tersebut tumbuh dalam proses komunikasi maka suasana hubungan komunikasi akan dapat berkembang dan akan tumbuh sikap saling pengertian dan penerimaan. Afektif yang terkait dengan *inner child* dapat melibatkan beberapa aspek seperti kurangnya kemandirian, memiliki emosi intensitas, reaksi emosional, kesulitan dalam mengelola emosi negative, ketergantungan pada orang lain, keinginan untuk rekonsiliasi dengan emosi masa kecil.

3. Konatif (Tindakan)

Konatif merupakan kecenderungan kepercayaan/pengetahuan individu tentang sesuatu dipercaya dapat memengaruhi sikapnya dan pada akhirnya memengaruhi perilaku dan tindakan berdasarkan penilaian yang baik tanpa ada rasa bersalah yang berlebihan. Konatif yang terkait dengan *inner child* dapat melibatkan beberapa aspek seperti penghindaran tanggung jawab,

kemampuan bertindak implusif, resistensi terhadap perubahan yang baru, kegigihan dalam mempertahankan keinginan dan harapan.

Gambar 2. 1
Kerangka Berpikir



Sumber: Peneliti, 2023

