



Fakultas Ilmu Komunikasi
Universitas Ibnu Chaldun - Jakarta

Pola Komunikasi Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Fikom UIC Jakarta Melalui Media WhatsApp (Studi Kasus Mahasiswa UIC Semester Akhir)

Sandra Ridhola Veronica¹

ssandraa.veronica@gmail.com

Mahasiswa Universitas Ibnu Chaldun Jakarta

Hidayati Artarini, S.Sos, M.I.Kom²

hidayatiartarini65@gmail.com

Dosen Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Ibnu Chaldun Jakarta

Abstrak

Komunikasi yang efektif dalam keluarga memainkan peran penting dalam mendukung orang tua dan anak, terutama bagi mahasiswa yang sedang menghadapi berbagai tantangan. Penelitian ini menyelidiki pola komunikasi orang tua dan dampaknya terhadap kesehatan mental mahasiswa semester akhir di Fakultas Komunikasi UIC Jakarta, dengan fokus pada tiga pola komunikasi yang umum digunakan, yaitu permisif, otoriter, dan demokratis. Peneliti menggunakan metode analisis deskriptif kualitatif, penelitian ini menggunakan wawancara mendalam dan dokumentasi untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang dinamika komunikasi yang terjadi. Hasil penelitian menemukan bahwa penggunaan WhatsApp sebagai media komunikasi secara signifikan memengaruhi kesehatan mental para siswa, terutama menyoroti perubahan fisik dan psikologis yang dapat diamati di antara para partisipan. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa komunikasi melalui media WhatsApp tidak menghalangi efektivitas pola komunikasi keluarga. Sebaliknya, interaksi yang difasilitasi oleh platform ini terus memberikan dampak yang besar terhadap kesehatan mental mahasiswa tingkat akhir.

Keywords: Pola Komunikasi; Orang Tua, Kesehatan Mental; Mahasiswa; WhatsApp

Pendahuluan

Dalam beberapa tahun terakhir, isu kesehatan mental pada anak semakin mendapatkan perhatian serius di kalangan masyarakat. Hal ini dipicu oleh meningkatnya kasus pemulian di lingkungan pendidikan yang terungkap melalui berbagai media.

Fenomena pemulian ini tidak hanya terbatas pada satu jenjang pendidikan saja, melainkan terjadi hampir di semua tingkatan, mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Yang lebih mengkhawatirkan, banyak orang tua tidak menyadari bahwa anak mereka menjadi korban

pembulian, hingga berdampak serius pada kesehatan mental mereka.

Komunikasi, sebagai salah satu elemen fundamental dalam kehidupan manusia, memainkan peran yang sangat penting dalam berbagai aspek, termasuk dalam konteks keluarga. Komunikasi antara orang tua dan anak merupakan salah satu jenis interaksi yang berdampak besar pada hubungan keluarga. Di era modern ini, kemajuan teknologi telah mempermudah proses komunikasi, dengan berbagai platform yang tersedia untuk mendukung interaksi tersebut. Salah satu aplikasi yang paling populer dan banyak digunakan adalah WhatsApp, yang menyediakan berbagai fitur seperti panggilan suara, pesan teks, pesan suara, panggilan video, dan fitur lainnya. Aplikasi ini memungkinkan orang tua dan anak untuk berkomunikasi tanpa batasan ruang dan waktu, sehingga hambatan dalam interaksi dapat diminimalkan.

Setiap orang tua memiliki tujuan yang sama, yaitu memberikan yang terbaik untuk anak-anak mereka. Namun, cara atau pola komunikasi yang diterapkan bisa berbeda-beda di setiap keluarga. Ada orang tua yang lebih cenderung tegas dalam berkomunikasi dengan anak, sementara yang lain lebih memilih pola diskusi atau memberikan kebebasan penuh kepada anak. Perbedaan dalam pola komunikasi ini secara alami memengaruhi kepribadian dan karakter anak hingga mereka dewasa. Penerapan pola komunikasi yang kurang tepat dari orang tua juga dapat membawa risiko terhadap kesehatan mental anak. Sayangnya, banyak orang tua yang hanya fokus pada kesehatan fisik anak dan mengabaikan pentingnya kesehatan mental. Padahal, kesehatan mental memengaruhi kualitas hidup seseorang secara keseluruhan.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kesehatan mental adalah suatu keadaan sejahtera dimana seseorang mampu mengatasi stres dan penyakit lainnya, tetap produktif, dan berkontribusi pada lingkungan sosialnya. Dalam konteks pendidikan tinggi, banyak mahasiswa yang mengalami gangguan kesehatan mental akibat berbagai faktor, seperti tekanan akademik, tuntutan keluarga, masalah ekonomi, dan tekanan sosial. Kondisi ini sering kali memicu stres bahkan depresi di kalangan mahasiswa. Sayangnya, tidak semua mahasiswa memiliki kemampuan untuk mengatasi tekanan ini dengan baik, dan salah satu faktor yang memengaruhi kemampuan

tersebut adalah pola komunikasi yang mereka miliki dengan orang tua.

Mahasiswa Universitas Ibnu Chaldun (UIC) Jakarta, khususnya mahasiswa semester akhir, juga tidak lepas dari tekanan ini. Mahasiswa di semester akhir seringkali merasa tertekan oleh berbagai hal yang memengaruhi kesehatan mental mereka. Rasa takut akan masa depan, tekanan untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu, serta ekspektasi dari orang tua terkait karir dan masa depan mereka menjadi beban yang signifikan. Seorang mahasiswa UIC mengakui bahwa pertanyaan yang terus-menerus dari orang tua mengenai progres skripsinya membuatnya merasa tertekan dan terbebani. Selain itu, harapan besar dari orang tua agar anaknya segera mendapatkan pekerjaan dengan gaji yang sesuai juga menambah tekanan bagi mahasiswa.

Tekanan ini, jika tidak diatasi dengan baik, dapat berdampak serius pada kesehatan mental mahasiswa. Salah satu cara yang efektif untuk mengatasi tekanan ini adalah dengan berkomunikasi secara terbuka dengan orang tua. Orang tua merupakan sosok terdekat yang bisa memberikan dukungan emosional dan bimbingan dalam menghadapi berbagai persoalan. Namun, pola komunikasi yang berbeda-beda di setiap keluarga membuat tidak semua mahasiswa bisa menjalin komunikasi yang baik dengan orang tua mereka. Mahasiswa yang memiliki pola komunikasi yang baik dengan orang tua cenderung lebih bijak dan terbuka dalam menghadapi masalah, karena adanya hubungan yang harmonis dan keterbukaan dalam keluarga. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki pola komunikasi yang buruk dengan orang tua cenderung menyimpan masalahnya sendiri, terutama jika orang tua menerapkan pola komunikasi yang keras dan otoriter. Akibatnya, mahasiswa tersebut menjadi tertutup, merasa terkekang, dan lebih rentan terhadap stres.

Kesehatan mental anak, termasuk mahasiswa, sangat dipengaruhi oleh peran keluarga, terutama dalam hal pola komunikasi antara orang tua dan anak. Keluarga adalah lingkungan pertama tempat anak belajar mengenal diri sendiri, bersikap terhadap orang lain, dan mengelola emosi. Menurut Widagdo (2016), Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat, dimana kepala keluarga dan beberapa orang lainnya hidup dalam satu atap dan saling bergantung satu sama lain. Pola komunikasi yang buruk antara orang tua dan

anak dapat menyebabkan kurangnya keakraban dalam keluarga, yang pada gilirannya membuat setiap anggota keluarga cenderung menutup diri terhadap masalah yang mereka hadapi.

Keluarga, sebagai lingkungan terdekat dan tempat berlindung bagi individu, harus memiliki kesadaran untuk mulai menerapkan komunikasi yang efektif. Komunikasi yang baik dalam keluarga akan menciptakan keharmonisan dan keakraban di antara anggota keluarga, serta membangun nilai-nilai kepedulian terhadap sesama. Dengan demikian, jika ada anggota keluarga yang mengalami masalah kesehatan mental, hal tersebut dapat diketahui dan ditangani sejak dini. Oleh karena itu, sesungguhnya penelitian ini bermaksud untuk mengkasji lebih dalam tentang hubungan pola komunikasi yang diterapkan orang tua terhadap kesehatan mental anak, khususnya mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi (Fikom) UIC, melalui media WhatsApp. Penelitian ini dituangkan dalam jurnal ilmiah dengan judul “Pola Komunikasi Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Fikom UIC Melalui Media WhatsApp (Studi Kasus Mahasiswa UIC Semester Akhir).”

Kerangka Teori Komunikasi

Secara etimologis, istilah komunikasi berasal dari bahasa latin yaitu communication, yang berakar dari kata communis yang berarti “sama” dan juga “berarti sama”, artinya mempunyai arti yang sama tentang sesuatu. Komunikasi adalah sebuah proses yang kompleks dalam penyampain pesan/pikiran (berupa informasi, gagasan/ide, emosi), yang dilakukan oleh komunikator dengan stimulus verbal ataupun non verbal kepada komunikan (orang/sasaran) dengan tujuan agar pesan dapat dipahami dan dimaknai sehingga menimbulkan umpan balik (perubahan atau pembentukan perilaku) pada orang lain. Oleh karena itu, komunikasi terjadi apabila terdapat kesamaan makna di antara para pihak mengenai apa yang dikomunikasikan dan hubungan tersebut bersifat komunikatif (Effendy, 2000:3).

Keluarga

Keluarga adalah kelompok kecil yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak kandung yang saling berinteraksi yang terbentuk melalui perkawinan atau hubungan kekerabatan dan memiliki fungsi masing-masing di dalam rumah tangga.

secara tradisional keluarga terdiri atas pasangan suami, istri, dan anak-anak kandung De Vito (2013:212). Keluarga adalah suatu rumah tangga yang mempunyai hubungan darah atau perkawinan, atau yang memberikan fungsi instrumental dan ekspresi dasar suatu keluarga kepada para anggotanya dalam jaringan (Lestari, 2012). Fungsi-fungsi tersebut antara lain sebagai tempat awal penanaman nilai-nilai agama, sosial budaya, cinta kasih, tempat perlindungan yang memberikan rasa aman dan ketenangan jiwa, tempat perencanaan pewarisan keturunan, tempat berkembangnya proses interaksi, dan tempat belajar bersosialisasi dan komunikasi yang baik dan sehat, tempat penyediaan pangan, sandang, papan, dan kebutuhan materiil, serta tempat memberikan dukungan finansial kepada anggotanya dan berperan dalam menata kehidupan masyarakat dibawah garis hidup lingkungan sekitar.

Komunikasi Keluarga

Pada hakikatnya, Art Bochner (Turner & West, 2018) berpendapat bahwa “komunikasi keluarga dapat dipahami sebagai aktivitas yang membentuk nilai dan berorientasi pada makna, dimana yang dianggap penting adalah apa yang dipelajari tentang kehidupan dan apa yang dianggap penting “media untuk mengajar”. komunikasi keluarga bersifat membentuk nilai dan berpusat pada makna tentang hal-hal dalam kehidupan yang terikat dalam karakteristik tertentu yaitu non-volitional atau keterpaksaan, komitmen dan keintiman, pengembangan konsep diri, pengaruh sepanjang hayat, ketegangan dialektis, dan interaksi yang kompleks.

Yerby et al. (dalam infante et al, 1997) menyebutkan beberapa karakteristik komunikasi keluarga, yaitu:

1. Non-volitional atau keterpaksaan. Dimana manusia dilahirkan dalam keluarga: sejarahnya, rangkaian hubungan, dan jaringan kerabat sudah terbentuk sehingga terbentuklah rangkaian hubungan dan jaringan kekerabatan, dan interaksi antar anggota keluarga terbentuk secara besar-besaran. dipisahkan oleh komitmen dan keintiman keluarga.
2. Komitmen dan keintiman. Keluarga berbagi tingkat pengabdian dan keintiman yang lebih tinggi. Keluarga

- saling memandang dalam setiap situasi. Partisipasi dan komitmen aktif, bahkan pada tingkat minimal, diperlukan agar keluarga tetap aman.
3. Pengembangan citra diri. Citra diri kita terbentuk melalui interaksi kita dengan anggota keluarga. Interaksi ini mungkin merupakan sumber pengembangan diri yang paling kuat.
 4. Pengaruh sepanjang hayat. Pengaruh keluarga seseorang berlangsung seumur hidup dan pengaruh keluarga ini diwariskan dari generasi ke generasi.. Pengaruh tersebut tetap ada meskipun lembaga keluarga berfungsi atau tidak berfungsi.
 5. Ketegangan dialektis. Seluruh dimensi-dimensi relasi seperti polaritas, kontradiksi, konflik, tuntutan yang bersaing - bekerja di dalam keluarga, dengan masing-masing anggota memengaruhi yang lain.
 6. Interaksi yang kompleks. Keluarga memiliki aturan yang rumit (terutama aturan komunikasi). Aturan-aturan ini seringkali hanya dipahami oleh anggota keluarga.

Pola Komunikasi Keluarga

Pola Komunikasi Keluarga (FCP) pertama kali dikembangkan oleh Chaffe (1971), McLeod, dan Atkin. Mereka mengembangkan dua aspek utama untuk menciptakan semacam pola komunikasi dalam keluarga, yaitu pola komunikasi yang berorientasi sosial. Pola komunikasi ini menekankan pada pola komunikasi keluarga. Ketegangan antara anak dan orang tua, karena anak harus tunduk pada wewenang orang tuanya agar tidak terjadi konflik dengan dirinya. Selanjutnya, lingkungan keluarga berorientasi pada konsep, dimana orang tua secara terbuka mengutarakan pendapat anaknya, dan anak berpartisipasi aktif dalam diskusi keluarga. (Djayadin Chairunnisa, Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Anak Di Tengah Pandemi Covid-19, 2020).

Dalam perkembangannya, pola komunikasi keluarga pun dapat diidentifikasi menjadi tiga pola yaitu:

1. Pola komunikasi membebaskan /permissive, ditandai dengan adanya kebebasan tanpa batas kepada anak

untuk berbuat dan berperilaku sesuai dengan keinginan anak.

2. Pola komunikasi otoriter, di mana orang tua justru melarang anaknya dengan mengorbankan otonomi anak.
3. Pola komunikasi demokratis, pola ini ditandai dengan adanya sikap terbuka antara orang tua dan anak.

Kesehatan Mental

kesehatan mental yaitu menempatkan manusia sebagai objek atau fokus utama dalam persoalan atau permasalahan yang dihadapinya. Kesehatan mental merupakan dua kata yang dialih bahasakan dari istilah Mental Hygiene, Ini adalah bidang keilmuan yang berhubungan dengan kesehatan mental. Di sini yang menjadi fokus adalah objek material kesehatan mental individu, sedangkan objek formal berkaitan dengan permasalahan dan permasalahan yang dihadapi oleh orang tersebut (Wijaya dkk. 2019)

Mempelajari cara mengolah emosi penting untuk menjaga kestabilan mental anak. Dengan begitu manusia mampu mengelola keadaan kejiwaannya secara sadar untuk menghadapi berbagai permasalahan kehidupan dengan tepat yang datang secara internal maupun eksternal agar mencapai situasi normal. Kebiasaan yang dilakukan atau diajarkan orang tua kepada anaknya akan “direkam” dalam artian diingat oleh anaknya yang lama kelamaan akan membentuk karakter atau kepribadian sang anak (Anggelica, 2021).

Anak Sebagai Mahasiswa

Anak adalah seseorang yang belum berusia 18 tahun, termasuk anak yang masih berada dalam kandungan. Anak adalah amanah dan karunia dari Tuhan Yang Maha Esa, yang dalam dirinya melekat harkat dan martabat sebagai manusia seutuhnya. (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak, t.thn.) Anak sebagai mahasiswa yaitu suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh status terkait dengan perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun. mahasiswa mempunyai peran sebagai agen perubahan sosial seperti yang tercantum dalam tridharma perguruan tinggi (pendidikan, peneliti, dan pengabdian masyarakat). (Asiyah, 2013).

Media

Kata media berasal dari bahasa Latin *medius*, yang berarti tengah, perantara atau pengantar. Menurut Blake dan Horalsen, media merupakan medium yang digunakan untuk mengirimkan atau menyampaikan suatu pesan, di mana medium ini adalah cara atau alat yang melaluinya suatu pesan dapat disampaikan antara komunikator dengan komunikan. Media adalah segala bentuk perantara yang digunakan masyarakat untuk mengkomunikasikan dan menyebarkan gagasan, konsep, dan pendapat sehingga gagasan, konsep, dan pendapat yang disampaikan sampai kepada penerimanya (Gischa, 2023)

Media sosial menjadi media populer dan familiar digunakan oleh masyarakat. Media sosial merupakan media yang berbasis internet yang telah berevolusi dalam peran dan kerja penyebaran, dan menerima informasi. Media sosial sering digunakan untuk memfasilitasi interaksi antara individu dan kelompok secara efisien. Media sosial adalah sebuah bentuk aplikasi berbasis internet yang dibangun dengan teknologi Web 2.0 yang memungkinkan pembuatan dan pertukaran user-generated content Andreas Kaplan dan Michael Heinlein (2019), Media sosial tersebut meliputi blog, wiki, forum virtual, jejaring sosial, dan sebagainya yang dapat diakses dari mana saja diseluruh dunia. (Amar Ahmad, 2020)

WhatsApp

WhatsApp adalah media komunikasi modern berupa aplikasi berbasis internet yang bertujuan untuk memudahkan pengguna saling bertukar pesan dari jarak jauh yang didukung dengan fitur-fitur seperti teks, foto, video, pesan suara, panggilan suara, dokumentasi, dan lokasi. WhatsApp dapat mengirim dan menerima tidak dalam bentuk teks saja, melainkan juga bisa dalam bentuk gambar, video, audio, berkas-berkas kantor atau yang lainnya dalam jumlah tidak terbatas Larasati, dkk (2013).

Metodologi

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode analisis deskriptif kualitatif dengan wawancara mendalam dan dokumentasi. Penelitian analisis deskriptif kualitatif merupakan sebuah metode penelitian yang memanfaatkan data kualitatif yang kemudian di analisis dan dijabarkan secara

deskriptif. Jenis penelitian analisis deskriptif kualitatif merupakan gabungan antara penelitian deskriptif dan kualitatif dan menyajikan data yang dianalisis apa adanya, tanpa perlu manipulasi atau proses pengolahan lainnya. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25 Mei hingga 25 Juni 2024.

Subyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fikom UIC semester akhir yang berusia 22-24 Tahun terdiri dari umur 22 tahun dan 24 tahun 2 orang, 1 berumur 23 Tahun. Subjek merupakan orang atau informan pada latar penelitian yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian Moleong (2013: 132). Dan Obyek adalah segala sesuatu seperti atribut atau sifat atau nilai dari seseorang atau objek yang ditetapkan untuk dipelajari oleh peneliti sehingga dapat diperoleh informasi tentang hal tersebut dan dapat ditarik simpulannya Sugiyono (2016: 38). Adapun Obyek penelitian ini yaitu difokuskan pada Pola Komunikasi Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Fikom UIC Melalui Media WhatsApp (Studi Kasus Mahasiswa UIC Semester Akhir).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan / verifikasi.

Result and Discussion

Hasil penelitian

komunikasi melalui media WhatsApp sangatlah penting bagi orang tua dan anak sebagai mahasiswa Fikom UIC semester akhir. WhatsApp merupakan media komunikasi jarak jauh yang berbasis internet yang tidak menghabiskan banyak biaya sehingga mempermudah komunikasi orang tua dan anak. Dilihat dari hasil penelitian ini saat pengumpulan data, dapat diketahui jika komunikasi keluarga melalui media WhatsApp sangat penting terutama bagi mahasiswa semester akhir yang merasa kurang bisa mengekspresikan pikiran dan perasaannya dengan baik saat berkomunikasi secara langsung. WhatsApp sebagai media komunikasi juga berperan sebagai fungsi pengawasan bagi orang tua terhadap anaknya, komunikasi keluarga melalui media WhatsApp

sangat penting terutama bagi mahasiswa rantau agar orang tua tetap bisa memberikan perhatian dari jarak jauh dan mengetahui kabar anaknya, komunikasi melalui WhatsApp sangat berguna bagi orang tua yang sama-sama bekerja agar bisa mengawasi kegiatan anaknya, baik kegiatan yang berhubungan dengan perkuliahan maupun di luar perkuliahan, komunikasi keluarga melalui media WhatsApp sangat penting bagi mahasiswa yang merantau agar orang tua dan anak bisa tetap saling memberikan kabar.

Tidak hanya itu pola komunikasi keluarga yang dilakukan orang tua dan mahasiswa Fikom UIC semester akhir berbeda-beda. Dari 3 pola komunikasi keluargayaitu pola komunikasi membebaskan/permissive, pola komunikasi otoriter dan pola komunikasi demokratis. Dalam penelitian ini hasil data menunjukkan lebih banyak ke pola demokratis dan otoriter. Pada pola komunikasi keluarga demokrasi ditunjukkan oleh orang tua dan anak yang saling terbuka mengungkapkan apa yang dirasakan melalui media WhatsApp dan terdapat rasa akrab sehingga tidak ada rasa canggung saat berkomunikasi. Pada pola Komunikasi keluarga Otoriter ditunjukkan oleh sikap orang tua yang tegas dan cenderung memaksakan anak untuk menuruti perkataannya dan bentuk proteksi atau usaha dari kedua orang tua yang sama-sama bekerja kepada anaknya. Selain itu penelitian ini menunjukkan penggabungan dari ketiga Pola komunikasi keluarga yang ada dari ditunjukkannya orang tua mahasiswa memiliki sikap yang fleksible sehingga mampu menerapkan pola komunikasi yang berbeda sesuai dengan kondisi yang terjadi kepada anaknya.

Didapatkannya juga hasil penelitian dari berbagai fitur yang tersedia dalam WhatsApp membantu orang tua dan mahasiswa untuk bisa berkomunikasi dengan cara yang menyenangkan dan sesuai dengan kebutuhan. WhatsApp adalah media komunikasi berbasis internet yang menyediakan berbagai fitur yang bisa diterima pengguna secara instant sehingga memudahkan kita berkomunikasi meski dari jarak jauh, seperti fitur chat, call, video call, voice note, mengirimkan gambar, video atau file, dan lainnya. Dalam penelitian ini fitur chat menjadi fitur yang paling sering digunakan untuk berkomunikasi oleh orang tua dan

mahasiswa Fikom UIC semester akhir terutama jika keadaan tidak mendesak. Sedangkan fitur telepon sering digunakan ketika keadaan mendesak dan membutuhkan respon cepat. Dan fitur video call di WhatsApp digunakan untuk mengetahui keadaan secara langsung atau ingin menunjukkan sesuatu hal sehingga komunikasi lebih menyenangkan.

Pembahasan

Pola Komunikasi Antara Orang Tua Dan Mahasiswa Fikom UIC Semester Akhir Terkait Penggunaan Media WhatsApp

media WhatsApp memiliki peran penting terhadap komunikasi orang tua dan mahasiswa Fikom UIC semester akhir. Hal ini karena WhatsApp adalah media komunikasi berbasis internet sehingga tidak menghabiskan banyak biaya dan mempunyai fitur-fitur yang lengkap yang memudahkan orang tua dan anak berkomunikasi dari jarak jauh secara efektif dan menyenangkan. Jumiatmoko (2016) menyatakan bahwa WhatsApp Messenger dapat beradaptasi dengan budaya sosial penggunaannya, termasuk etika komunikasi, tanpa mengurangi kuantitas, kualitas, dan modernitas metode komunikasi. WhatsApp Messenger adalah aplikasi yang memungkinkan Anda menjangkau dimensi kecanggihan, kenyamanan, dan kesopanan.

(Rahartri, 2019) Selain itu, media WhatsApp dianggap penting bagi mahasiswa semester akhir karena sebagai salah satu solusi yang tepat untuk bisa lebih terbuka menceritakan permasalahan yang sedang dihadapi kepada orang tua. Sebagaimana yang diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa semester akhir cenderung sangat mudah mengalami stres karena dihadapkan dengan berbagai permasalahan terkait dengan perkuliahan maupun diluar perkuliahan yang banyak menyita waktu dan pikiran.

Di samping itu, komunikasi melalui media WhatsApp juga membantu orang tua tetap bisa menerapkan pola komunikasi keluarga yang dilakukan sehari-hari sebagai bentuk pengendalian atau pengawasan yang merupakan bagian dari kewajiban orang tua terhadap anak-anaknya. Seperti yang dapat dipahami bahwa pola komunikasi keluarga adalah cara membangun komunikasi antara orang tua dan anak berkaitan dengan pembentukan realitas sosial bersama. Yang mana setiap keluarga mempunyai penerapan

pola komunikasi keluarga yang berbeda-beda. Diketahui dalam perkembangannya pola komunikasi keluarga diidentifikasi menjadi tiga pola yaitu:

1. Pola komunikasi membebaskan /permissive Hal ini ditandai dengan kebebasan anak yang tidak terbatas dalam bertindak dan berbuat sesuai keinginan anak.
2. Pola komunikasi otoriter, yang ditandai dengan perilaku orang tua yang tidak ramah. Orang tua cenderung tegas dan tegas, sehingga menuntut anak melakukan sesuatu tanpa kompromi.
3. Pola komunikasi demokratis, yang ditandai dengan sikap terbuka antara orang tua dan anak.

Meskipun terdapat kelebihan dan kekurangan pada masing-masing pola komunikasi keluarga ini, namun tujuan utama orang tua adalah untuk memberikan yang terbaik kepada anak, yang merupakan bentuk cinta dan sayang orang tua kepada anak. Cara tersebut juga berkaitan dengan perwujudan dari fungsi keluarga. Menurut BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) dan Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 1994 tentang Fungsi Keluarga, fungsi keluarga dibagi menjadi delapan fungsi yaitu:

1. Fungsi agama
2. Fungsi sosial budaya
3. Fungsi cinta kasih
4. Fungsi perlindungan
5. Fungsi reproduksi
6. Fungsi sosialisasi dan pendidikan
7. Fungsi ekonomi
8. Fungsi lingkungan.

Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa media WhatsApp adalah salah satu alternatif komunikasi yang efektif yang dipilih oleh orang tua dan mahasiswa Fikom UIC semester akhir.

Pemahaman Tentang Kesehatan Mental Oleh Orang Tua Terkait Komunikasi Melalui Media WhatsApp

komunikasi orang tua dan mahasiswa Fikom UIC semester akhir melalui media WhatsApp berpengaruh terhadap kesehatan mental anak. Sebab, mahasiswa di semester akhir umumnya mengalami masa-masa yang sulit, sehingga WhatsApp dianggap menjadi salah satu cara yang efektif oleh mahasiswa dalam mengungkapkan pikiran dan perasaannya kepada orang tua selain berkomunikasi secara

langsung. Oleh karena itu, WhatsApp menjadi pilihan oleh banyak orang tua dan mahasiswa untuk berkomunikasi dari jarak jauh. Menurut Nisa (2019), kesehatan mental adalah keadaan mental atau psikologis yang mengacu pada kemampuan individu dalam mengatur atau memecahkan masalah yang ada dalam dirinya atau lingkungan eksternal.

Adanya komunikasi yang terbuka antara anak dan orang dapat membuat hubungan keluarga menjadi harmonis dan semakin akrab. Selain itu, juga orang tua dapat membantu membantu anak mengatasi permasalahan yang dialami, di mana hal ini akan berdampak positif juga pada kesehatan mental. Kesehatan mental yang baik ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut:

1. Merasa lebih bahagia dan lebih positif terhadap diri mereka sendiri dan menikmati hidup
2. Bangkit kembali dari kekesalan dan kekecewaan
3. Merasa lebih baik hubungan dengan keluarga dan teman
4. Aktivitas secara fisik dan makan makanan sehat
5. Ikut serta dalam kegiatan
6. Memiliki rasa pencapaian
7. Rileks dan tidur nyenyak
8. Merasa nyaman di komunitas mereka

Umumnya masalah kesehatan mental banyak dialami oleh para mahasiswa semester akhir karena banyaknya masalah yang dipikirkan, baik masalah perkuliahan ataupun masalah diluar perkuliahan yang tidak bisa diatasi sendiri dengan baik. Akibatnya, mahasiswa mudah stres karena tertekan dengan keadaan. Dalam kondisi ini, komunikasi melalui media WhatsApp adalah salah satu cara yang dibutuhkan antara orang tua dan mahasiswa agar bisa mendapatkan solusi atas permasalahan yang dialami. Namun, satu sisi cara tersebut juga bisa membuat kondisi mahasiswa menjadi lebih buruk. Penyebabnya, karena kurangnya edukasi dan pemahaman orang tua terhadap kesehatan mental sehingga mempengaruhi respon yang orang tua berikan kepada anak.

Kesehatan mental adalah masalah yang serius. Kesehatan mental yang terganggu haruslah ditangani secepatnya dengan cara yang cepat, jika dibiarkan semakin lama akan berakibat fatal seperti depresi berat, bahkan banyak kasus bunuh diri yang disebabkan karena masalah kesehatan mental. Kesehatan mental yang

terganggu bisa ditandai dengan gejala-gejala, seperti:

1. Perubahan perilaku
2. Perubahan suasana hati
3. Kesulitan berkonsentrasi
4. Penurunan berat badan
5. Menyakiti diri sendiri
6. Muncul berbagai masalah kesehatan
7. Perasaan yang intens.

Maka dari itu, penting bagi orang tua untuk memiliki edukasi atau pemahaman yang cukup tentang kesehatan mental agar dapat memahami dan membantu anak saat di masa sulit dengan benar. Di samping itu, penting juga bagi mahasiswa untuk menjaga kesehatan mental agar bisa menjalani aktivitas dan menghadapi permasalahan dengan baik. Kesehatan mental yang terganggu memberikan dampak pada keseluruhan aktivitas. Sebab, kesehatan mental sangat mempengaruhi kualitas hidup.

Hambatan Komunikasi Melalui Media WhatsApp

hambatan komunikasi melalui media WhatsApp yang sering dialami oleh penggunanya adalah masalah jaringan internet. Kendala pada masalah jaringan internet sering kali mengakibatkan komunikasi antara orang tua dan mahasiswa menjadi tidak lancar, delay, atau bahkan terputus. Seperti yang diketahui, WhatsApp adalah sebuah perangkat lunak yang berbasis internet yang penggunaannya bertujuan untuk bisa saling berinteraksi secara tidak langsung. Maka dari itu, komunikasi akan terganggu saat jaringan internet bermasalah, karena WhatsApp hanya bisa dilakukan saat ponsel tersambung ke jaringan internet yang stabil.

Seringnya terjadi kesalahpahaman juga menjadi masalah yang banyak dialami saat berkomunikasi. Selain karena jaringan internet yang tidak stabil, penyebab lainnya terjadi karena adanya kesalahan pengetikan (typo) dari pihak yang mengirimkan pesan (komunikator) yang berkaitan dengan masalah human-error. Biasanya masalah ini sering terjadi saat melakukan komunikasi dengan fitur chat. Namun selain human-error, kesalahan pengetikan (typo) juga sering terjadi karena pengaktifan auto-correct, yaitu fitur yang ada keyboard ponsel yang bekerja memperbaiki ejaan kata-kata yang salah secara otomatis.

Adanya kendala ketidaksesuaian kondisi waktu juga menjadi hambatan yang sering di alami oleh pengguna media WhatsApp. Hal ini, karena komunikasi yang dilakukan dari jarak jauh atau tidak secara langsung, sehingga komunikator dan komunikan tidak benar-benar mengetahui kondisi yang terjadi sebenarnya karena tidak berada di tempat dan waktu yang sama. Alhasil, pesan yang masuk tidak bisa direspon dengan cepat.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa meskipun teknologi semakin canggih dan dapat memudahkan manusia, namun tetap memiliki kelebihan dan kekurangan contohnya penggunaan WhatsApp sebagai media komunikasi. Keunggulan berkomunikasi menggunakan media whatsapp yaitu tampilan aplikasi yang mudah digunakan, memudahkan pengguna saling berinteraksi dengan efisien tanpa harus bertemu secara langsung, memiliki banyak pilihan fitur yang memudahkan interaksi dengan sesama pengguna agar nyaman dan efektif seperti chat, video call, voice note, call, group chat, berkirim foto, video atau file, dan lain sebagainya. Kekurangannya membutuhkan jaringan internet yang stabil untuk mengakses dan menggunakannya, beresiko sering menimbulkan kesalahpahaman karena aktivitas komunikasi dilakukan secara tidak langsung, pesan yang dikirim tidak selalu di respon cepat karena sifatnya daring dan kita tidak benar-benar mengetahui kondisi komunikan saat itu juga.

Oleh karena itu, hambatan-hambatan yang dialami tersebut saat komunikasi melalui media WhatsApp merupakan hambatan yang berarti karena membuat komunikasi terhambat atau tidak berjalan sesuai yang diharapkan oleh komunikator dan komunikan.

Kesimpulan

Pola komunikasi melalui WhatsApp antara orang tua dan mahasiswa Fikom UIC semester akhir memainkan peran penting dalam menjaga keharmonisan dan fungsi keluarga. Interaksi yang terbuka dan frekuen melalui whatsapp memungkinkan orang tua dan anak tetap dekat meskipun tidak bertemu secara langsung, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap kesehatan mental mahasiswa. Pemahaman yang baik oleh orang tua mengenai kesehatan mental juga menjadi faktor krusial, karena respons yang tepat dan dukungan yang

diberikan melalui komunikasi tersebut dapat membuat anak merasa aman, nyaman, dan lebih terbuka.

Hambatan dalam komunikasi melalui WhatsApp, seperti masalah jaringan, kesalahan pengetikan pesan, dan ketidaksesuaian waktu antara pihak yang berkomunikasi. Hambatan-hambatan ini dapat mengganggu aliran komunikasi dan berpotensi menurunkan efektivitas interaksi yang terjadi. Meskipun demikian, kesadaran akan hambatan ini dan upaya untuk mengatasinya dapat membantu memaksimalkan manfaat komunikasi melalui media WhatsApp dalam menjaga kesehatan mental dan hubungan keluarga yang baik.

Referensi

- A.Sukrillah, I. R. (2017). PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL MELALUI WHATSAPP GROUP FEI SEBAGAI SARANA KOMUNIKASI. *Jurnal Komunikatio*, 97.
- Amar Ahmad, N. (2020). Media Sosial dan Tantangan Masa Depan Generasi Milenial. *Avant Garde : Jurnal Ilmu Komunikasi*, 134-148.
- Angelica, S. C. (2021). Pengaruh Komunikasi Bagi Kesehatan Mental Anak. *Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan dan Konseling serta Psikologi Pendidikan*, 121.
- Ardan, F. (2021, Desember). Pengertian, Jenis-Jenis, serta Fungsi Media. Retrieved from <https://mediaindonesia.com/humaniora/451206/pengertian-jenis-jenis-serta-fungsi-media>
- Asiyah, N. (2013). Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri dan Kemandirian Mahasiswa Baru. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 108.
- Djayadin Chairunnisa, M. E. (2020). Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Anak Di Tengah Pandemi Covid-19. *Rudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 161.
- Djayadin Chairunnisa, M. E. (2020). Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Anak Di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 167.
- Elsa Savitrie, S. M. (2022, Juli 21). Mengenal Pentingnya Kesehatan Mental pada Remaja. Retrieved from <https://yankes.kemkes.go.id/>: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/362/mengenal-pentingnya-kesehatan-mental-pada-remaja
- Ganjar, R. A. (2021). Kajian Literatur Naratif Tiga Pendekatan Teoritis Komunikasi Keluarga. *Jurnal Common*, 136.
- Gischa, S. (2023, Agustus). Pengertian Media Menurut Ahli. Retrieved from [kompas.com](https://www.kompas.com/skola/read/2023/08/15/140000869/pengertian-media-menurut-ahli): <https://www.kompas.com/skola/read/2023/08/15/140000869/pengertian-media-menurut-ahli>
- gloriabarus. (2022, Oktober 24). Hasil Survei I-NAMHS: Satu dari Tiga Remaja Indonesia Memiliki Masalah Kesehatan Mental. Retrieved from https://ugm.ac.id: <https://ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental/>
- Mukhtar St. Hajar Magfirah, U. A. (2023). Komunikasi Orang Tua Pekerja Dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak. *Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 40.
- Nasional, B. K. (2020). Modul 8 Fungsi Keluarga. Retrieved from <https://dppapp.jakarta.go.id/>: https://dppapp.jakarta.go.id/uploads/default/files/modul-8-fungsi-keluarga_bkkbn-rev4.pdf
- Nugraha Moch. Didik, S. R. (2023). Hubungan antara struktur keluarga dengan kesehatan mental remaja. *Journal of Public Health Innovation (JPHI)*, 182.
- Nugraha Moch. Didik, S. R. (2023). Hubungan antara struktur keluarga dengan kesehatan mental remaja. *Journal Of Public Health Innovation*, 185.
- Oktarina Yetty, A. Y. (2017). *Komunikasi Dalam Perspektif Teori dan Praktik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Rahartri. (2019). "WHATSAPP" MEDIA KOMUNIKASI EFEKTIF MASA KINI (STUDI KASUS PADA LAYANAN JASA INFORMASI ILMIAH DIKAWASAN PUSPIPTEK). *VISI PUSTAKA*, 151.
- Ririn Puspita Tutiasri, S. M. (2016). *KOMUNIKASI DALAM*

- KOMUNIKASI KELOMPOK . Channel, 83.
- Rokom. (2021, Oktober 7). Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia. Retrieved from [sehatnegeriku.kemkes.go.id: https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/](https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/)
- Sabarua Jefrey Oxianus, M. I. (2020). Komunikasi Keluarga Dalam Membentuk Karakter Anak. *International Journal Of Elementary Education*, 82-89.
- Saskara I Putu Adi, U. (2020). Peran Komunikasi Keluarga Dalam Mengatasi "Toxic Parents" Bagi Kesehatan Mental Anak. *Pratama Widya : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 126.
- Tentang WhatsApp. (n.d.). Retrieved from [whatsapp.com: https://www.whatsapp.com/about?lang=id_ID](https://www.whatsapp.com/about?lang=id_ID)
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak. (n.d.). Retrieved from [https://hkln.kemenag.go.id: file:///C:/Users/lende/Downloads/UU%20No.23%20Tahun%202002%20ttg%20Perlindungan%20Anak.pdf](https://hkln.kemenag.go.id/file:///C:/Users/lende/Downloads/UU%20No.23%20Tahun%202002%20ttg%20Perlindungan%20Anak.pdf)
- Wardiyah Daulay, M. L. (2023). Pola Komunikasi Keluarga: Studi Kasus Pada Remaja dengan Kategori Resiko dan Gangguan Masalah Kesehatan Jiwa. *Journal of Communication Studies*, 39 - 40.