



VIDEO DOKUMENTER DAMPAK POLA ASUH TOXIC PARENTS TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA GEN Z

Mochammad Aptianopa Nur¹, Aldrian Agusta²

¹Desain Komunikasi Visual, Institut Teknologi Nasional Bandung

²Desain Komunikasi Visual, Institut Teknologi Nasional Bandung

mochammad.aptianopa@mhs.itenas.ac.id¹, ian@itenas.ac.id²

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 30 Oktober 2024

Revised: 7 November 2024

Accepted: 24 November 2024

Keywords:

Toxic,
Mental Health,
Relationship,
Parenting,
Gen Z

ABSTRAK

A healthy and harmonious relationship is essential for creating warmth within a family. However, the quality of interaction between parents and children is often overlooked, which can significantly impact a child's mental health and habits. A lack of effective communication and understanding of appropriate parenting approaches can affect this relationship, especially in the child's emotional development. This documentary aims to raise public awareness, particularly among parents, about the effects of less harmonious parent-child relationships on the mental health of teenagers. The documentary seeks to rekindle the feelings of love, safety, and warmth experienced in childhood for teens facing these challenges. Presented from three perspectives—children, parents, and psychologists—this documentary provides neutral, balanced, and comprehensive information. As an effective medium, it is expected to bring this important issue to the public, especially in educating parents and teenagers about the impact of toxic parenting on children's mental health.

1. PENDAHULUAN

Istilah "toxic" seperti dalam *toxic people* mengacu pada individu yang dianggap memiliki pengaruh negatif atau "beracun." Kini, istilah toxic juga dipakai dalam konteks keluarga, khususnya dalam hubungan antara orang tua dan anak, yang dikenal dengan sebutan "toxic parents." Lalu, seperti apa sebenarnya yang dimaksud dengan toxic parents? Apakah orang tua yang memukul atau terlalu mengontrol anak-anaknya termasuk dalam kategori ini?. Menurut (Berliana dkk., 2022) Terkadang, orang tua membuat kesalahan karena mereka juga manusia yang memiliki berbagai masalah pribadi. Namun, ada pula orang tua yang menerapkan pola asuh negatif secara konsisten dan dominan dalam kehidupan anak-anak mereka. Pola asuh seperti inilah yang berisiko terhadap perkembangan fisik dan mental anak. Meski demikian, ada pengecualian untuk

aspek “konsisten” dalam pengasuhan ini, seperti dalam kasus pelecehan fisik atau seksual yang meskipun hanya terjadi sekali dapat menimbulkan trauma emosional yang mendalam. Berdasarkan pemahaman ini, dapat disimpulkan bahwa toxic parents adalah orang tua yang menerapkan pola asuh negatif secara dominan dan terus-menerus dalam kehidupan anak, seperti melalui kekerasan, penghinaan, atau pelecehan yang dapat menyebabkan trauma dan kerusakan mental pada anak.

Toxic parenting umumnya tidak muncul begitu saja. Pengalaman masa lalu orang tua dalam menerima pola asuh yang sama, tingkat pendidikan yang rendah, lingkungan sosial yang mendukung pola asuh serupa, serta tekanan ekonomi sering kali menjadi faktor utama yang menentukan gaya pengasuhan yang akan mereka terapkan pada anak-anak mereka. Rumah seharusnya menjadi tempat yang paling aman dan nyaman bagi setiap individu, terutama bagi anak-anak yang sedang tumbuh dan berkembang. Namun, kenyataannya, masih ada keluarga yang menerapkan pola asuh yang kurang tepat, bahkan merusak. Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan remaja, khususnya di era digital saat ini. Generasi Z adalah kelompok generasi yang lahir setelah generasi milenial, yaitu generasi yang tumbuh di tengah perkembangan teknologi yang pesat. Generasi ini mencakup individu yang lahir antara tahun 1998 hingga 2012, dan saat ini sebagian besar anggotanya berada dalam tahap remaja. Generasi Z dikenal memiliki karakteristik yang lebih terbuka terhadap berbagai isu, termasuk isu sosial, lingkungan, multikulturalisme, serta kemajuan teknologi (Pujiono, 2021). Remaja Gen Z, yang lahir dan tumbuh dalam lingkungan yang sangat dipengaruhi oleh teknologi, sering kali menghadapi berbagai tekanan baik dari lingkungan sosial maupun keluarga. Salah satu faktor yang signifikan dalam mempengaruhi kesehatan mental remaja adalah pola asuh orang tua. Sayangnya, tidak semua orang tua mampu menerapkan pola asuh yang positif. Pola asuh yang cenderung toxic atau merusak, yang dikenal dengan istilah toxic parenting, dapat berdampak serius terhadap kesehatan mental anak. Toxic parenting ditandai dengan sikap otoriter, manipulatif, dan kurangnya dukungan emosional yang sehat. Kondisi ini menciptakan lingkungan yang penuh tekanan bagi remaja, yang pada akhirnya memengaruhi perkembangan psikologis dan emosional mereka.

Video merupakan rangkaian gambar bergerak yang dilengkapi dengan audio, terdiri dari berbagai frame yang berbeda. Setiap frame berfungsi sebagai bagian dari keseluruhan video. Dalam waktu tertentu, video menampilkan sejumlah frame yang berurutan namun berbeda-beda (Wiraraja dkk., 2023). Film dokumenter adalah jenis film yang merepresentasikan realitas dengan

menyajikan fakta-fakta yang ada dalam kehidupan. Video dokumenter memiliki dampak yang signifikan, karena mampu memberikan edukasi, meningkatkan kesadaran, dan menggugah empati penonton terhadap isu-isu tertentu. Dengan menyajikan kisah nyata dan perspektif mendalam, video dokumenter dapat memotivasi perubahan perilaku, membangun pemahaman lintas budaya, serta menginspirasi individu atau komunitas untuk bertindak atau terlibat dalam solusi sosial yang relevan (Rauf & Happy, 2021). Melalui video dokumenter ini, akan diangkat isu mengenai dampak pola asuh toxic parents terhadap kesehatan mental remaja Gen Z. Dokumenter ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat, terutama para orang tua, mengenai pentingnya pola asuh yang sehat dalam mendukung perkembangan mental anak. Selain itu, video ini juga diharapkan dapat menjadi refleksi bagi para remaja untuk memahami bahwa masalah yang mereka hadapi mungkin berakar pada pola asuh yang diterima. Penelitian mengenai kesehatan mental remaja ini sangat penting untuk dibahas, karena penelitian sebelumnya belum banyak yang secara khusus menyoroti masalah ini. Kesehatan mental remaja adalah isu krusial, mengingat masa remaja merupakan periode pembentukan karakter dan kepribadian. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 menyatakan bahwa pendidikan di Indonesia bertujuan untuk menciptakan generasi penerus yang berkualitas, terampil, dan bertanggung jawab. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua dalam proses pengembangan kemampuan berpikir kreatif sangat penting, melalui pola asuh yang benar.

Pembuatan video dokumenter ini bertujuan untuk mengungkap dampak negatif dari pola asuh toxic parents terhadap kesehatan mental remaja Gen Z. Dokumenter ini juga ingin meningkatkan kesadaran para orang tua dan masyarakat tentang pentingnya pola asuh yang sehat dan suportif bagi perkembangan psikologis anak. Selain itu, dokumenter ini bertujuan memberikan informasi yang mendalam kepada remaja tentang pentingnya menjaga kesehatan mental, serta bagaimana mengenali dan mengatasi dampak pola asuh yang tidak sehat. Dokumenter ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa peningkatan pemahaman masyarakat, khususnya orang tua, mengenai pentingnya peran mereka dalam menjaga kesehatan mental anak. Remaja Gen Z dapat lebih menyadari dampak dari pola asuh yang tidak sehat dan mengambil langkah-langkah untuk menjaga kesejahteraan psikologis mereka. Selain itu, video ini juga dapat menjadi media edukasi bagi praktisi pendidikan dan psikologi dalam membantu remaja yang mengalami dampak dari pola asuh toxic.

2. METODE PERANCANGAN

Metode pengumpulan data dalam perancangan ini menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Materi audiovisual, seperti video atau konten digital, termasuk dalam data kualitatif, yang meliputi narasi visual metaforis dan arsip digital (Pamungkas, 2023). Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner kepada anak dan orang tua, studi literatur dari berbagai sumber untuk memahami fenomena, serta wawancara dengan beberapa narasumber guna mengidentifikasi masalah dan menemukan solusinya. Wawancara dilakukan dengan remaja berusia 18–25 tahun, serta dengan orang tua berusia 45–60 tahun, untuk mendapatkan perspektif hubungan anak dan orang tua. Selain itu, wawancara juga dilakukan dengan Psikolog, Praktisi Konseling, untuk mendapatkan pandangan profesional terkait hubungan anak dan orang tua dari sudut pandang psikolog dan konselor.

Penelitian ini melibatkan dua jenis data:

1. Data primer adalah data yang diperoleh langsung dari sumber aslinya, dalam hal ini melalui wawancara yang dilakukan oleh peneliti. Sumber primer mencakup informasi yang diberikan langsung oleh pihak yang terlibat secara langsung (Sugiyono, 2017).
2. Data sekunder merupakan data yang didapatkan dari sumber tidak langsung, seperti informasi yang sudah diolah oleh pihak lain, misalnya hasil pengolahan data primer. Data sekunder berfungsi sebagai pelengkap bagi data primer. Sumber sekunder tidak menyajikan data secara langsung kepada pengumpul data, melainkan melalui pihak ketiga atau dokumen tertentu (Sugiyono, 2017).

3. PEMBAHASAN

3.1 Kajian Pustaka

Pola asuh adalah faktor utama yang memengaruhi perkembangan anak. Tahapan-tahapan perkembangan anak dapat berjalan dengan optimal apabila anak menerima pendampingan yang baik dari orang tua maupun keluarga. Hal ini disebabkan karena orang tua dan keluarga merupakan lingkungan pendidikan pertama bagi anak, sehingga pola asuh dari orang tua memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan anak (Lailul Ilham, 2022). Pola asuh sebagai salah satu faktor penting dalam membentuk perilaku sosial dan kepribadian anak, karena keluarga adalah lingkungan pertama yang dikenali anak. Masa tumbuh kembang anak merupakan periode yang rentan dan membutuhkan perhatian khusus dari orang tua atau orang dewasa lainnya (Tumimomor, E-mail: jurnalaksa@stsrdivisi.ac.id Website: jurnalaksa.stsrdivisi.ac.id

2021). Terdapat tiga gaya pengasuhan, yaitu: pola asuh otoriter, pola asuh demokratis, dan pola asuh permisif (Panca & Eizzi Irsyada, 2021). Keluarga merupakan fondasi utama bagi anak dalam pembentukan karakter, moral, perilaku, serta pendidikan, yang semuanya berawal dari lingkungan keluarga (Rauf & Happy, 2021). Dalam lingkungan keluarga, orang tua memiliki tanggung jawab untuk memenuhi semua kebutuhan anak, termasuk kebutuhan dasar seperti kebutuhan fisik dan biologis (asah), kebutuhan emosional dan kasih sayang (asih), serta memberikan stimulasi yang diperlukan untuk belajar dan perkembangan anak (asuh). Penguatan karakter pada anak juga merupakan hal penting yang harus diperhatikan oleh orang tua (Kurniati dkk., 2023).

Parenting adalah metode membesarkan anak, yaitu proses mengasuh, mendidik, dan mengajarkan anak mengenai berbagai hal yang berkaitan dengan kehidupan sebagai orang dewasa. Pola asuh yang diterapkan pada anak meliputi berbagai aspek penting, seperti perhatian terhadap perkembangan fisik pada tahap awal pertumbuhan, serta aspek sosial, emosional, dan spiritual anak (Padilah & Septiani, 2023). Toxic parenting adalah pola pengasuhan yang tidak tepat dan dapat memberikan dampak negatif pada anak. Istilah toxic parents merujuk pada orang tua yang tidak mampu memperlakukan anaknya dengan baik sesuai dengan kebutuhan anak. Orang tua tersebut cenderung enggan menghormati, berkompromi, dan memperlakukan anak dengan semestinya. Mereka sering merasa selalu benar dan hanya berfokus pada keinginan pribadi tanpa mempertimbangkan keinginan anak. Orang tua semacam ini juga cenderung memberikan tindakan atau hukuman ketika anak tidak mematuhi perintah mereka, tanpa memikirkan dampak jangka panjang terhadap perkembangan anak (Padilah & Septiani, 2023) Pengaruh toxic parents terhadap anak-anak terutama berdampak pada kesehatan mental mereka, yang dapat memicu trauma akibat pola pengasuhan yang tidak tepat dan perilaku orang tua yang merusak (Khairunnisa, 2021).

Terdapat berbagai bentuk orang tua yang toxic, termasuk orang tua yang tidak mampu memenuhi kebutuhan anak, mendominasi, kecanduan alkohol atau narkoba, serta orang tua yang kejam. Orang tua yang melakukan kekerasan dapat dikelompokkan menjadi tiga kategori: kekerasan intim, kekerasan fisik, dan kekerasan psikis atau verbal. Kekerasan psikis atau verbal adalah kekerasan yang disampaikan melalui kata-kata, seperti penghinaan, kritik berlebihan, dan ejekan terhadap anak (Kurniati dkk., 2023).

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 menyatakan bahwa pendidikan di Indonesia bertujuan untuk menciptakan generasi penerus yang berkualitas, terampil, dan bertanggung jawab.

Oleh karena itu, keterlibatan orang tua dalam proses pengembangan kemampuan berpikir kreatif siswa sangat penting. Berpikir kreatif adalah kemampuan yang harus dimiliki siswa agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dan siswa dapat berpartisipasi secara aktif dalam proses pembelajaran. (Lathifah dkk., 2022). Konsep diri yang negatif dapat menyebabkan kecemasan pada individu. Konsep diri yang negatif pada remaja juga akan mempengaruhi kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan. Kegagalan dalam memenuhi tugas perkembangan dapat menyebabkan perasaan tidak bahagia dan kesulitan dalam menyelesaikan tugas perkembangan berikutnya. Kegagalan ini juga dapat membuat individu merasa tidak memadai dan berdampak pada hubungan sosialnya di masyarakat (Winanda dkk., 2023).

Video adalah rekaman gambar bergerak atau program televisi yang disiarkan melalui pesawat televisi, atau dengan kata lain, video adalah tayangan visual yang dilengkapi dengan suara. Kata "video" berasal dari bahasa Latin *video-vidivisium*, yang berarti melihat (memiliki kemampuan untuk melihat); dapat melihat. Media video termasuk ke dalam jenis media audio visual, yang mengandalkan indera pendengaran dan penglihatan. Media audio visual adalah salah satu jenis media yang dapat digunakan dalam pembelajaran, khususnya untuk menyimak. Media ini dapat meningkatkan minat siswa dalam belajar karena mereka dapat mendengarkan sambil melihat gambar. Media video pembelajaran adalah seperangkat komponen atau media yang mampu menampilkan gambar dan suara secara bersamaan (Kabelen, 2021). Video adalah kumpulan gambar bergerak yang disertai audio, terdiri dari berbagai frame yang berbeda. Semua frame tersebut membentuk satu kesatuan dalam video. Dalam durasi tertentu, video memuat sejumlah frame yang berbeda-beda untuk menciptakan ilusi gerakan (Wiraraja dkk., 2023).

Film dokumenter merupakan salah satu genre film yang menampilkan cerita nyata di lokasi asli. Film ini mengandung subjektivitas dari pembuatnya, berupa pandangan atau opini tentang suatu situasi tertentu, sehingga dapat menampilkan realitas serta memunculkan perubahan. Salah satu subgenre dalam film dokumenter adalah *feature*, yang terinspirasi dari metode jurnalisme cetak. Subgenre ini menggambarkan laporan jurnalistik yang memberikan kebebasan bagi pembuatnya untuk menyusun laporan secara kreatif, sehingga penyajian informasi menjadi lebih menarik, nyaman dibaca, dan tidak kaku (Tumimomor, 2021). Elemen utama dari film dokumenter adalah penyajian fakta. Film dokumenter berkaitan dengan individu, tokoh, peristiwa, dan lokasi yang nyata. Film ini tidak menciptakan peristiwa atau kejadian baru, melainkan

mendokumentasikan kejadian yang benar-benar terjadi atau bersifat autentik (Panca & Eizzi Irsyada, 2021). Oleh karena itu, film dokumenter ini dibuat. Dokumenter adalah jenis film yang merepresentasikan realitas dengan menampilkan kembali fakta-fakta yang terjadi dalam kehidupan nyata (Rauf & Happy, 2021).

Generasi Z (Gen Z) mencakup individu yang lahir antara tahun 1995 dan 2009, dengan usia antara 12 hingga 26 tahun. Gen Z dikenal sebagai generasi yang sangat terhubung dengan dunia digital, global, sosial, mobile, dan visual. Dalam kepemimpinan, mereka lebih menekankan pada pemberdayaan, di mana sosok pemimpin ideal adalah yang berperan sebagai kolaborator. Gaya belajar mereka cenderung menggunakan berbagai metode (multimodal), dan mereka lebih tertarik pada pemasaran berbasis digital (Karima dkk., 2022).

Menurut WHO, kategori remaja mencakup individu berusia 10 hingga 19 tahun. Sementara itu, Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014 mendefinisikan remaja sebagai penduduk berusia 10 hingga 18 tahun. Di sisi lain, BKKBN mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10 hingga 24 tahun yang belum menikah. Masa remaja adalah fase transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai oleh perkembangan fisik dan mental yang pesat (Diananda, 2019).

Pada masa remaja, individu memiliki keinginan yang kuat untuk mengeksplorasi hal-hal baru yang mungkin belum pernah mereka lihat atau dengar. Ini juga merupakan fase di mana mereka ingin mencoba banyak hal, meskipun mungkin belum waktunya. Dengan bimbingan yang tepat, remaja dapat tumbuh menjadi individu yang bertanggung jawab. Namun, tanpa arahan, mereka berisiko mengalami kebingungan dan tidak memiliki visi yang jelas tentang masa depan. Pada dasarnya, masa remaja adalah tahap awal menuju kedewasaan, di mana mereka memiliki kesempatan untuk belajar, mengeksplorasi, dan mengembangkan potensi diri. Memahami bahwa "masa remaja adalah saat yang tepat untuk belajar dan berkembang" perlu ditanamkan sejak awal masa remaja agar mereka dapat tumbuh menjadi generasi yang dewasa, matang, berkualitas, dan mandiri (Prabawati, 2019).

3.2 Hasil Kuisisioner

Survei yang melibatkan 48 remaja dan 31 orang tua mengungkapkan bahwa 51,1% remaja merasa tidak sejalan dengan pandangan orang tua mereka, sementara 54,6% orang tua merasa kesulitan memahami tingkat frekuensi komunikasi dengan anak. Dalam aspek keterbukaan, 66,7% remaja menyatakan perlunya peningkatan komunikasi, sedangkan 80,6% orang tua merasa bahwa komunikasi sudah berlangsung dengan baik. Selain itu, 72,9% remaja merasa sering dihakimi saat berbagi cerita dengan orang tua, sementara 87,1% orang tua meyakini bahwa mereka tidak menghakimi anak-anak mereka. Temuan lain menunjukkan bahwa 77,1% remaja merasa orang tua sering menunjukkan emosi yang kuat terhadap mereka, dan 67,7% orang tua juga mengakui kecenderungan emosional tersebut dalam berinteraksi dengan anak. Secara keseluruhan, survei ini menyoroti tidak sepadanan dalam hubungan antara remaja dan orang tua, dengan adanya perbedaan persepsi mengenai keterbukaan komunikasi, perasaan dihakimi saat berkomunikasi, serta keselarasan emosional.

3.3 Hasil Wawancara

a. Hasil Wawancara Orang Tua

Dalam sebuah wawancara, Tuti Rohaeti (54 tahun), ibu dari Milati Hanifa, menyampaikan bahwa meskipun jarang bertemu karena kesibukan kerja, ia merasa memiliki hubungan yang baik dengan Milati. Namun, ia merasa terluka ketika anaknya membentak atau sulit diminta bantuan. Ia menekankan kemandirian dalam mendidik Milati agar siap menghadapi kehidupan dewasa.

Walaupun komunikasi mereka terjalin dengan baik, perbedaan pendapat kadang memicu pertengkaran. Tuti menyesal karena tak selalu dapat hadir, yang membuat anaknya cenderung lebih sering bercerita pada teman-temannya karena kurangnya perhatian orang tua.

Kurniawan (58 tahun), ayah dari Tania, menyatakan bahwa hubungannya dengan Tania juga cukup baik. Ia menerapkan pola asuh yang tegas namun tetap memberi kebebasan, berharap agar anaknya dapat mengeksplorasi dunia sekaligus belajar bertanggung jawab. Meskipun kurang memahami isu kesehatan mental, Kurniawan merasa mereka memiliki hubungan yang terbuka. Ia membekali anaknya dengan prinsip hidup berdasarkan pengalamannya, tetapi perbedaan pandangan kadang menjadi sumber konflik.

Maesaroh (49 tahun), ibu dari Jufrianto, menggambarkan hubungan yang cukup baik dengan anaknya, meskipun setelah perceraian ia memberikan lebih banyak kebebasan sambil menerapkan pola asuh yang keras. Menurutnya, permasalahan keluarga membuat anaknya memilih untuk hidup mandiri dan menjadi lebih tertutup. Meskipun khawatir, ia mendukung keputusan anaknya. Maesaroh merasa bersalah atas perselisihan di masa lalu, termasuk insiden ketika ia pernah menampar anaknya.

b. Hasil Wawancara Anak

Milati Hanifa, seorang mahasiswa berusia 23 tahun, mengungkapkan bahwa hubungannya dengan orang tuanya kurang baik. Sejak kecil, ia merasa kurangnya kehadiran orang tua, bahkan saat di taman kanak-kanak, ia sering pergi dan pulang sendiri atau diantar oleh neneknya. Kebiasaan untuk tidak berbagi cerita dan respons yang kurang mendukung dari orang tuanya membuat Milati enggan terbuka. Meskipun ia belajar untuk mandiri sejak kecil dan mampu mengurus semua hal di rumah, ia merasa lebih nyaman menutup diri daripada berbagi dengan orang tuanya karena sering mendapatkan tanggapan negatif dari ibunya. Akibat rasa kesepian dan tekanan yang dialaminya, Milati merasa lelah dengan hidupnya dan bahkan pernah melakukan tindakan menyakiti diri sendiri.

Tania, 21 tahun, juga seorang mahasiswa, mengungkapkan bahwa hubungan dengan ayahnya memburuk setelah ayahnya berselingkuh dari ibunya, yang menyebabkan kedua kakaknya menjauh dari sang ayah. Meski begitu, Tania harus tetap berhubungan dengan ayahnya untuk memenuhi kebutuhan biaya kuliah, meskipun ia merasa tidak memiliki kasih sayang terhadapnya. Ia tidak sepenuhnya terbuka kepada ayahnya dan terkadang berbohong. Momen tersulit dalam hidupnya terjadi ketika ibunya meninggal saat ia merantau di Bandung. Tekanan emosional yang kuat dan kurangnya tempat untuk berbagi membuat Tania mengalami masalah kesehatan mental berupa gangguan makan. Namun, situasinya membaik setelah ia memiliki teman dekat bernama Alvi. Meskipun ayahnya berusaha untuk bersikap terbuka, kesalahan masa lalu sang ayah menyebabkan Tania dan saudara-saudaranya kehilangan kasih sayang terhadapnya.

Jufrianto, 23 tahun, menyatakan bahwa hubungannya dengan ibunya memburuk setelah perceraian orang tuanya. Walaupun ibunya memberikan kebebasan padanya, mereka sering bertengkar karena perbedaan pendapat, yang membuat Jufrianto semakin tertutup. Ia merasa tidak

mendapatkan pendidikan yang baik dari orang tuanya, terutama karena ia harus tinggal dan mencari nafkah sendiri.

c. Hasil Wawancara Psikolog

Nida Nurmalia, S. Psi., seorang praktisi konseling, menegaskan bahwa hubungan antara anak dan orang tua sangat krusial, terutama selama tahap perkembangan anak dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Ketika kualitas hubungan dengan orang tua buruk, anak cenderung mencari kasih sayang dan perhatian dari orang lain. Kurangnya kasih sayang dan tekanan yang tinggi dapat memperburuk kondisi mental anak, membuat mereka lebih rentan terhadap stres dan emosi yang berlebihan, serta meningkatkan risiko melakukan tindakan seperti menyakiti diri sendiri. Dea menekankan pentingnya membangun hubungan yang harmonis antara anak dan orang tua melalui komunikasi yang terhubung, bukan komunikasi otoriter. Komunikasi ini harus dapat mengaitkan emosi dan kognisi antara anak dan orang tua, sehingga dapat terjalin hubungan yang baik. Hubungan ini bersifat diadik atau timbal balik, di mana kedua pihak saling mempengaruhi. Pola asuh yang ideal saat ini harus lebih mengedepankan rasionalitas, logika, dan perasaan dalam berinteraksi dengan anak. Beberapa poin penting untuk menciptakan hubungan yang harmonis meliputi: (1) Rasa percaya dan aman, (2) Kehangatan, (3) Batasan yang sehat, dan (4) Frekuensi komunikasi. Ia juga mencatat bahwa orang tua berusia 40 tahun ke atas umumnya memiliki pemahaman yang kurang mengenai frekuensi dan pola asuh, karena pada masa mereka, akses terhadap pendidikan tentang pola asuh masih terbatas, baik melalui media sosial, seminar, dan sumber lainnya.

d. Analisis Perbandingan

1. Bagaimana kondisi hubungan antara anak dan orang tua saat ini?

- Anak: Ketiga narasumber anak merasa bahwa hubungan mereka dengan orang tua tidak baik.
- Orang tua: Ketiga narasumber orang tua merasa hubungan mereka dengan anak tetap baik meskipun mereka memiliki kesibukan.

2. Bagaimana pola asuh atau cara mendidik yang diterapkan?

- Anak: Dua narasumber mengungkapkan bahwa mereka diajarkan untuk mandiri, sedangkan satu narasumber merasakan bahwa pola didik yang diterima tidak baik dan sering berujung pada pertengkaran.

- Orang tua: Dua narasumber orang tua mengatakan bahwa mereka mengajarkan anak untuk mandiri agar dapat siap menghadapi tanggung jawab di masa depan, sementara satu narasumber mengadopsi pendekatan yang lebih ketat karena khawatir dengan lingkungan sosial saat ini.
3. Bagaimana kualitas komunikasi dengan anak/orang tua dan cara mempertahankannya?
- Anak: Ketiga narasumber merasa bahwa kualitas komunikasi dengan orang tua perlu diperbaiki karena berbagai alasan, seperti kurangnya pemahaman dari orang tua, respons yang negatif, dan kurangnya kebiasaan untuk berkomunikasi terbuka sejak kecil.
 - Orang tua: Satu narasumber merasa komunikasinya dengan anak berjalan baik, sedangkan dua lainnya merasa komunikasi perlu diperbaiki karena anak cenderung tidak terbuka dan lebih suka menyimpan masalah.
4. Apakah Anda memahami tentang kesehatan mental dan bagaimana kondisi kesehatan mental Anda?
- Anak: Ketiga narasumber anak mengalami masalah kesehatan mental akibat tekanan dan kurangnya tempat untuk berbagi cerita, sedangkan orang tua mereka tidak menyadari situasi ini.
 - Orang tua: Dua narasumber tidak memiliki pemahaman yang cukup mengenai kesehatan mental, sedangkan satu narasumber lebih mengerti tentang isu kesehatan mental terkait pekerjaan dan tantangan yang dihadapi.
5. Apa tantangan dan tanggung jawab terbesar sebagai anak/orang tua?
- Anak: Ketiga narasumber menyatakan bahwa tanggung jawab utama mereka adalah membuat orang tua bahagia.
 - Orang tua: Ketiga narasumber orang tua menyatakan bahwa tanggung jawab terbesar mereka adalah mendidik dan membesarkan anak.
6. Apa kesalahan anak/orang tua yang membuat hubungan menjadi renggang?
- Anak: Ketiga narasumber anak mengidentifikasi kurangnya respons positif dan pengelolaan emosi dari orang tua, serta dua dari mereka merasakan bahwa kehadiran orang tua kurang memadai.
 - Orang tua: Ketiga narasumber orang tua mengungkapkan bahwa masalah muncul karena anak sering membentak, tidak mau mematuhi aturan, dan adanya perbedaan pendapat.

7. Apa yang sering Anda pikirkan sebagai anak/orang tua?

- Anak: Ketiga narasumber anak merasa kesepian dan tidak memiliki tempat untuk bercerita, yang membuat tekanan meningkat saat menghadapi masalah.
- Orang tua: Dua narasumber berpikir tentang biaya untuk memenuhi kebutuhan anak, sementara satu narasumber khawatir tentang pergaulan anak.

8. Apa kesalahan Anda sebagai anak/orang tua terhadap orang tua/anak?

- Anak: Ketiga narasumber anak mengakui bahwa mereka sering membentak, berbohong, dan tanpa sadar menyakiti perasaan orang tua.
- Orang tua: Dua narasumber merasa bersalah karena kurang hadir untuk anak dan terlalu egois, sementara satu narasumber menyebut perceraian sebagai penyebab masalah yang dihadapi anak.

9. Jika ada pesan tersembunyi, apa yang ingin Anda sampaikan kepada orang tua/anak Anda?

- Anak: Ketiga narasumber ingin meminta maaf kepada orang tua dan berharap untuk saling memahami.
- Orang tua: Dua narasumber berharap anak mereka bisa lebih terbuka, sementara satu narasumber berharap anaknya dapat mencapai kesuksesan seperti yang mereka harapkan dan memahami alasan di balik pola asuh serta beban yang harus ditanggung sebagai orang tua.

e. Problem Statement

Hasil perbandingan wawancara menunjukkan adanya perbedaan pandangan mengenai kualitas hubungan antara anak dan orang tua dalam konteks pola asuh yang toksik. Orang tua merasa bahwa anak yang sering membentak dan cenderung menutup diri adalah masalah utama, sementara anak-anak beranggapan bahwa kurangnya kehadiran orang tua dan pengelolaan emosi yang buruk dari kedua belah pihak menjadi penyebab utama renggangnya hubungan. Dari semua narasumber orang tua, tidak ada yang menyadari kondisi mental anak-anak mereka dan tantangan yang sedang mereka hadapi. Di sisi lain, anak-anak juga tidak memahami alasan di balik pola asuh yang diterapkan oleh orang tua serta beban emosional yang harus ditanggung oleh orang tua.

f. Problem Solution

Perancangan video dokumenter ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan memberikan edukasi tentang dampak pola asuh orang tua yang toksik terhadap kesehatan mental remaja Gen Z melalui media visual. Selain itu, video ini akan menciptakan ruang diskusi untuk mendekatkan anak dan orang tua, sekaligus memberikan kesempatan bagi mereka untuk mengekspresikan perasaan masing-masing. Beberapa tujuan utama dari video ini adalah:

1. Membangun hubungan yang harmonis antara anak dan orang tua.
2. Memperbaiki dan menjaga kesehatan mental anak dalam menghadapi berbagai tantangan.
3. Menciptakan komunikasi yang terbuka antara anak dan orang tua untuk memastikan kehadiran orang tua dalam kehidupan anak.
4. Mendorong keberanian untuk memulai dialog yang lebih baik antara anak dan orang tua.

g. Message Planning

Model komunikasi yang digunakan dalam perancangan ini adalah model komunikasi Laswell, yang mencakup lima komponen: Siapa (Who), Mengatakan Apa (Says What), Melalui Saluran Apa (In Which Channel), Kepada Siapa (To Whom), dan Dengan Efek Apa (With What Effect). Berikut adalah penerapan model komunikasi Laswell dalam perancangan ini:

a. Siapa (*Who*)

HAM Jawa Barat dan Dinas Pendidikan Jawa Barat. Namun, dalam konteks perancangan ini, mereka hanya dijadikan sebagai studi kasus.

b. Mengatakan Apa (*Says What*)

- Apa yang ingin disampaikan: "Tempat ternyaman tapi tak aman."

Frasa ini mencerminkan perasaan kesepian dan kegelapan dalam lingkungan yang seharusnya penuh kehangatan.

- Cara penyampaian: Merancang video dokumenter yang menggambarkan kehidupan seorang remaja dengan hubungan buruk bersama orang tuanya, menggabungkan perspektif tiga pihak: anak, orang tua, dan psikolog sebagai media edukasi untuk menjembatani keharmonisan keluarga.
- *Tone And manner* : Menggunakan nuansa 'Hangat & Dramatis'. Warna hangat dipilih untuk

menggambarkan ketegangan serta memperdalam suasana visual, menciptakan mood dramatis dan sinematik



Gambar. 1 Scene Video
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

- Tipografi: Menggunakan font yang menyerupai tulisan tangan untuk menggambarkan curhatan aktor utama.

Mencari Cahaya



Gambar. 2 Typografi Video
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

- Komposisi:

Komposisi Ruang Negatif: Banyak menggunakan komposisi ruang negatif untuk penempatan teks, menekankan informasi dan alur cerita.



Gambar. 3 Scene Video
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Komposisi Simetris: Penempatan objek secara simetris untuk memberikan fokus kepada penonton terhadap objek yang ditampilkan.



Gambar. 4 Scene Video
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

c. Melalui Saluran Apa (In Which Channel)

YouTube menjadi saluran utama untuk menyampaikan pesan, didukung oleh media lain seperti Instagram Reels.

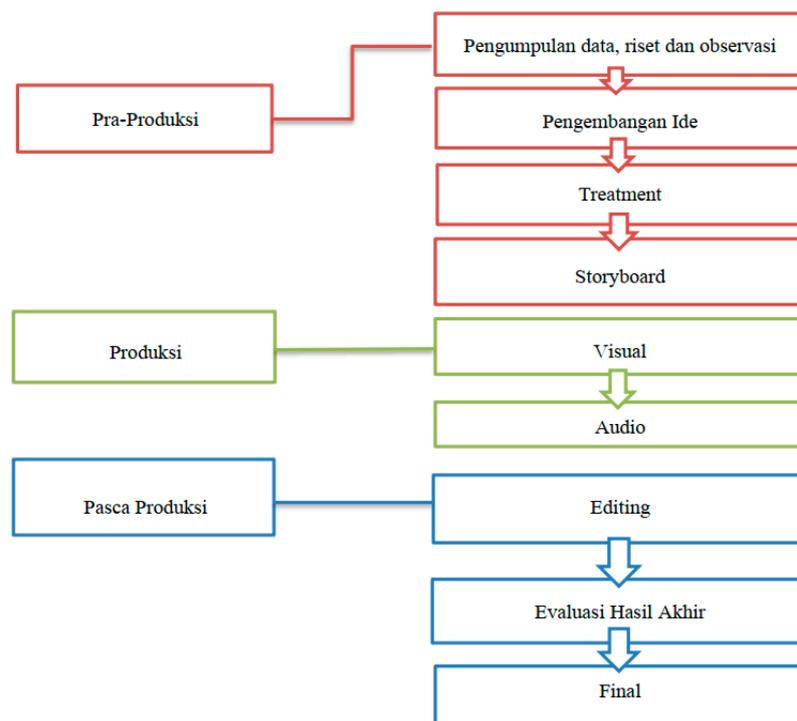
d. Kepada Siapa (To Whom)

Target audiens adalah orang tua berusia 45-55 tahun yang menyadari pentingnya kualitas hubungan harmonis antara anak dan orang tua.

e. Dengan Efek Apa (With What Effect)

Membangun kesadaran dan memberikan edukasi mengenai pentingnya hubungan harmonis antara anak dan orang tua.

h. Metode Perancangan Video



Gambar. 4 Scene Video
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

i. Hasil Perancangan

- Judul Video Dokumenter: "Mencari Cahaya". Dokumenter ini bertujuan untuk mengembalikan kasih sayang, rasa aman, dan kerinduan yang biasanya ada pada masa kecil kepada remaja yang mengalami masalah.

j. Alur Cerita

- OPENING: Dimulai dengan cuplikan inti masalah Milati, menggambarkan awal mula permasalahan dan konsekuensi yang ditimbulkan, dengan harapan dapat menarik perhatian penonton.
- ACT 1 – PERKENALAN: Memperlihatkan aktivitas Milati Hanifa baik di rumah maupun di luar rumah, disertai suara narasi dari wawancara Milati yang memperkenalkan dirinya.
- ACT 2 – PERASAAN: Menggambarkan perasaan Milati saat berada di rumah, menampilkan visual kondisi rumah dan aktivitasnya.
- ACT 3 – AKTIVITAS ORANG TUA: Menunjukkan jam dinding sebagai penanda waktu dan suasana, memperlihatkan aktivitas ibunya di pagi hari sebelum pergi bekerja.
- ACT 4 – AWAL MASALAH: Milati menceritakan rasa kesepian dan kehilangan kasih sayang yang dialaminya sejak kecil.
- ACT 5 – PSIKOLOG: Psikolog memberikan edukasi mengenai pentingnya memanfaatkan waktu antara anak dan orang tua.
- ACT 6 – MASALAH: Menceritakan perasaan Milati yang merasa kurang kasih sayang dan respon buruk dari orang tuanya.
- ACT 7 – POLA ASUH ORANG TUA: Orang tua menjelaskan pola asuh yang diterapkan, serta alasan di baliknya.
- ACT 8 – AKIBAT: Menunjukkan dampak mental yang dialami Milati, termasuk perilaku menyakiti diri sendiri.
- ACT 9 – PSIKOLOG: Memberikan edukasi mengenai pentingnya hubungan harmonis antara anak dan orang tua.
- ACT 10 – PENYESALAN: Menampilkan penyesalan Milati dan orang tua terhadap kesalahan yang terjadi.
- ACT 11 – SOSIAL EXPERIMENT: Mempertemukan Milati dan ibunya untuk berbagi cerita dan perasaan, dengan harapan memulai hubungan yang harmonis.



Gambar. 5 Scene Video
 (Sumber: Dokumentasi Pribadi)

3.4 Pembahasan

Tahapan pertama dalam pembuatan *Motion Comic* ini yaitu proses praproduksi. Pada tahap ini dilakukan analisa dan dilanjutkan dengan proses perencanaan dan pengembangan berupa penyusunan konsep yang diawali melalui analisa terhadap data obyek perancangan.

Obyek yang akan diangkat dalam perancangan *Motion Comic* ini meliputi unsur pariwisata Kota Lama Semarang yaitu nilai sejarah pada beberapa obyek wisata Kota Lama Semarang dan

keunikan-keunikan Kota Lama Semarang lainnya. Adapun *target audience* dari perancangan *Motion Comic* ini adalah remaja (10 - 17 tahun) yang berdomisili di daerah perkotaan, yang memiliki sifat suka menjelajahi hal baru dan akrab dengan teknologi media dunia maya. Remaja ini menjadi fokus karena mereka merupakan generasi yang skeptis sehingga lebih sulit dibentuk dan diarahkan. Pemilihan *target audience* ini didasarkan pada asumsi bahwa remaja muda memiliki minat yang lebih tinggi dalam media digital, sehingga punya wawasan luas dan dikenal sebagai kelompok yang peduli dengan isu sosial termasuk dalam hal pelestarian sejarah dan budaya.

k. Teknik Metafora

Dalam dokumenter "Mencari Cahaya" teknik metafora digunakan untuk menyampaikan informasi dengan makna tertentu, memperdalam alur cerita melalui visual yang bermakna.

l. Uji Coba/Test

Film dokumenter ini dipublikasikan melalui YouTube, TikTok, dan Reels Instagram. Uji coba dilakukan empat kali, di acara Nobarin aja orang tua dan remaja, serta di kalangan anggota Polar Photography yang memiliki kesibukan padat.

1. Uji coba pertama: Mendapatkan respon positif, pesan yang ingin disampaikan berhasil diterima.
2. Uji coba kedua: Respon baik dari penayangan di "Nobarin aja " di mana orang tua terlihat mendalami isi film.
3. Uji coba ketiga: Respon baik dari orang tua yang memiliki kesibukan, dengan kesepakatan mengenai isu yang dihadapi remaja.
4. Uji coba empat: Respon baik dari orang tua yang menunjukkan kesedihan saat menonton.

Link Video : <https://youtu.be/JfJTZhHIQEA>

4. KESIMPULAN

Perancangan video dokumenter "Mencari Cahaya " Keunggulan media video dalam pembelajaran terletak pada kemampuannya menampilkan gambar bergerak dan audio, yang menjadi daya tarik tersendiri bagi remaja dan orang tua (Wardana dkk., 2022). Remaja merasa terhubung dengan kondisi yang dihadapi, sementara orang tua merasa tersentuh setelah menonton. Ini adalah langkah baik untuk meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya hubungan harmonis antara anak dan orang tua dengan saling memahami, serta memperbaiki komunikasi. Hal ini sejalan dengan peran orang tua sebagai pendidik pertama dan utama dalam perkembangan anak. Mereka memegang tanggung jawab penuh untuk memastikan perkembangan anak berlangsung secara tepat dan optimal (Hanifah dkk., 2021). Pentingnya rasa percaya, kehangatan, batasan sehat, dan komunikasi yang seimbang dalam menciptakan hubungan ideal.

Saran untuk Pengembangan

1. Memperdalam suasana dan mood dalam visual dokumenter.
2. Menggali sisi orang tua secara lebih mendalam.
3. Menyediakan informasi lebih dalam tentang masalah mental anak dan orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Berliana, S., Sumardijjati, Claretta, D., & Arviani, H. (2022). Toxic parents padapodcast. *Kinesik*, 9(2). <https://doi.org/10.22487/ejk.v9i2.374>
- Hanifah, H. asma fadhilah, Aisyah, D. S., & Karyawati, L. (2021). Dampak Pola Asuh Permisif Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak Usia Dini. *Early Childhood: Jurnal Pendidikan*, 5(2). <https://doi.org/10.35568/earlychildhood.v5i2.1323>
- Kabelen, N. W. (2021). Perjalanan Dan Perkembangan Videography Dari Ilmu Hingga Menjadi Sebuah Profesi. *Jurnal Desain Komunikasi Visual Asia*, 4(2). <https://doi.org/10.32815/jeskovsia.v4i2.600>
- Khairunnisa. (2021). The Effect Of Toxic Parents On Character In Childhood In Tkit Al-Umm. *Indonesian Journal of Islamic Early Childhood Education*, 6(1). <https://doi.org/10.51529/ijiece.v6i1.230>
- Kurniati, N., Rejeki, S., Nizar, M., Purwanti, O. S., & Fitria, C. N. (2023). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua "Toxic Parents" bagi Kesehatan Mental Anak Sanggar Bimbingan Kepong Kuala Lumpur Malaysia. *Buletin KKN Pendidikan*, 5(2). <https://doi.org/10.23917/bkkndik.v5i2.23174>
- Lailul Ilham. (2022). Dampak Pola Asuh Otoriter Terhadap Perkembangan Anak. *Islamic EduKids*, 4(2). <https://doi.org/10.20414/iek.v4i2.5976>
- Lathifah, N., Bintoro, H. S., & Khamdun, K. (2022). Proses berpikir kreatif siswasekolah dasar ditinjau dari pola asuh orang tua. *Jurnal pajar (Pendidikan dan Pengajaran)*, 6(2). <https://doi.org/10.33578/pjr.v6i2.8316>

- Padilah, N., & Septiani, L. A. (2023). Toxic parenting terhadap perkembangan anak dalam perspektif al-qur'an (studi kitab tafsir wa khawā tir al-imā m karya syaikh muhammad mutawallī as-sya'rā wī). *Serumpun : Journal of Education, Politic, and Social Humaniora*, 1(2). <https://doi.org/10.61590/srp.v1i2.91>
- Pamungkas, A. (2023). Narasi dan Representasi Kearifan Lokal dalam Video Promosi Pariwisata The Heartbeat Of Toba. *ANDHARUPA: Jurnal Desain Komunikasi Visual & Multimedia*, 8(3). <https://doi.org/10.33633/andharupa.v8i3.5624>
- Panca, M. R., & Eizzi Irsyada, A. (2021). Video Dokumenter Kerajinan Tenun Ikat Di Desa Jajar Kabupaten Trenggalek Sebagai Media Informasi. *Jurnal Desain Komunikasi Visual Asia*, 5(1). <https://doi.org/10.32815/jeskovsia.v5i1.635>
- Pujiono, A. (2021). Media Sosial Sebagai Media Pembelajaran Bagi Generasi Z. *Didache: Journal of Christian Education*, 2(1). <https://doi.org/10.46445/djce.v2i1.396>
- Rauf, S., & Happy, H. R. D. (2021). Perancangan Film Dokumenter Motif Tenun Khas Jepara sebagai Media Edukasi. *Jurnal Desain Komunikasi Visual Asia*, 4(2). <https://doi.org/10.32815/jeskovsia.v4i2.626>
- Tumimomor, A. yudhie. (2021). Perancangan Video Feature Jejak Sejarah Peninggalan Perang Dunia II di Biak, Papua. *Jurnal Desain Komunikasi Visual Asia*, 3(2). <https://doi.org/10.32815/jeskovsia.v3i2.397>
- Wardana, M. I. S., Noor, M. S., Istiana, I., Juhairina, J., & Nursantari, W. (2022). Pengaruh Penyuluhan Melalui Media Video terhadap Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi SMA IT Ukhuwah Banjarmasin. *Homeostasis*, 5(2). <https://doi.org/10.20527/ht.v5i2.6271>
- Winanda, R., Rifani, R., & Siswanti, D. N. (2023). Self-Concept of Adolescent Girls with Toxic Parents. *Altruistik : Jurnal Konseling dan Psikologi Pendidikan*, 2(2). <https://doi.org/10.24114/altruistik.v2i2.39996>
- Wiraraja, Z., Andiriyanto, Ach., & Suharyanto, D. F. (2023). Video Dokumenter Penggunaan Media Online pada Waria di Kecamatan Sapeken Mengonsumsi Suplemen Kulit. *Jurnal Desain Komunikasi Visual Asia*, 7(01). <https://doi.org/10.32815/jeskovsia.v7i01.910>