

A. PENDAHULUAN

Komunikasi antarpribadi merupakan fondasi krusial dalam interaksi sosial manusia (Zibin dkk., 2025). Sebagai elemen dasar dalam pertukaran makna, komunikasi interpersonal dalam konteks psikologi menunjukkan keterkaitan kuat dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) (Eviliani dkk., 2024). Keterkaitan ini menciptakan ekosistem interaksi berkualitas, terutama dalam pemberian dukungan sosial saat krisis. Keberhasilan relasi sangat bergantung pada keterbukaan, kedalaman pemahaman, dan kejujuran antar-individu yang membangun ikatan intim serta suportif. Korelasi ini pada dasarnya berfungsi sebagai dukungan untuk mengatasi stress, dan mengelola emosi yang konstruktif serta secara substansial meningkatkan keyakinan diri dalam menghadapi berbagai rintangan. Peran komunikasi menjadi sangat penting ketika seseorang mengalami peristiwa traumatis seperti kematian orang tua. Dalam konteks dukungan dan pengaturan emosi, hal ini sangat penting terutama untuk orang-orang yang sangat membutuhkan akan dukungan sosial di tengah kerentanan ini, dukungan teman sebaya berperan sebagai pendorong eksternal yang memberikan semangat (Luthfiyah, 2025). Komunikasi interpersonal dalam situasi berduka, dapat berfungsi sebagai saluran untuk memberikan dukungan sosial, terutama dalam hubungan pertemanan.

Bagi mahasiswa, teman sebaya merupakan sumber dukungan sosial terdekat, terutama saat menghadapi duka, stres, atau keterpurukan (Rohalya dkk., 2025). Secara teoritis, komunikasi suportif mencakup empat bentuk utama, yaitu dukungan emosional berupa kepedulian, empati, dan mendengarkan secara aktif; dukungan instrumental berupa bantuan nyata, seperti membantu tugas akademik atau urusan logistik; dukungan informasional berupa pemberian nasihat, saran, atau informasi untuk memahami situasi dan menemukan solusi; serta dukungan penghargaan yang bertujuan meningkatkan harga diri, rasa kompeten, dan keyakinan bahwa individu mampu menghadapi tuntutan yang dihadapi (Urbaningrum, 2021).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosional merupakan bentuk dukungan yang paling dibutuhkan dari teman sebaya saat menghadapi puncak kesedihan (Pranida & Tazkiyah, 2024). Dukungan ini menciptakan rasa

nyaman dan kasih sayang bagi individu yang sedang rapuh (Desinta, 2023). Interaksi emosional tersebut berfungsi sebagai pelindung terhadap stres dan kecemasan pada remaja. Kebutuhan tersebut semakin besar ketika remaja mengalami krisis akibat kematian orang tua, yang merupakan kehilangan sosok pelindung utama sehingga memaksa mahasiswa melakukan reorientasi hidup di tengah proses pencarian jati diri yang belum selesai (Worden, 2018).

Penelitian ini mengkaji kembali bagaimana komunikasi interpersonal teman sebaya dapat mendukung individu untuk bangkit dari kesedihan. Pentingnya dukungan sosial teman sebaya juga ditegaskan dalam artikel *"Dukungan Sosial Teman Sebaya, Pentingnya Jaringan Pertemanan yang Sehat"* (Harahap, 2024), yang menyatakan bahwa dukungan sosial membuat individu merasa diperhatikan, mengurangi beban pikiran, serta mengembangkan keterampilan sosial melalui partisipasi, kemampuan menjadi pendengar yang baik, keberanian membangun percakapan yang bermakna, dan menjaga hubungan dengan pandangan positif terhadap diri sendiri.

Meskipun penelitian terdahulu menunjukkan pentingnya dukungan teman sebaya dalam membangun ketahanan remaja saat krisis, sebagian besar masih berfokus pada hubungan kuantitatif antarvariabel sehingga belum mengungkap dinamika komunikasi yang membentuk resiliensi. Realitas di lapangan menunjukkan komunikasi dalam situasi duka sering diwarnai kecanggungan dan hambatan psikologis yang mengurangi efektivitas dukungan. Kesenjangan ini menunjukkan perlunya eksplorasi terhadap kualitas komunikasi interpersonal yang dirasakan langsung oleh mahasiswa.

Dalam kondisi tersebut, tujuan adaptasi adalah mencapai resiliensi, yaitu kemampuan untuk bangkit dan menyesuaikan diri terhadap kesulitan yang signifikan (Hendriani, 2018). Pada mahasiswa yang kehilangan orang tua, resiliensi ditunjukkan melalui kemampuan memaknai kembali peristiwa kehilangan, mengelola emosi negatif, dan tetap menjalankan tugas perkembangannya. Pencapaian resiliensi bergantung pada dukungan teman sebaya yang konsisten, baik dalam bentuk instrumental, informasional, maupun emosional (Mahmuda & Jalal, 2021). Namun, kehadiran teman sebaya saja tidak cukup tanpa komunikasi yang empatik dan mampu memvalidasi kehilangan.

Sebaliknya, komunikasi suportif yang tidak efektif dapat menghambat hubungan yang sehat dan proses pembentukan resiliensi (Hannan, 2024).

Banyak teman sebaya terjebak dalam penghindaran komunikasi (*communicative avoidance*) akibat kurangnya pengalaman, rasa canggung, atau takut salah berbicara (Palupi dkk, 2025). Kondisi ini menambah beban psikologis mahasiswa, sehingga persoalan utamanya bukan sekadar kehadiran teman sebaya, tetapi kualitas komunikasi interpersonal yang menentukan apakah interaksi tersebut menjadi pendukung atau penghambat resiliensi dalam proses *meaning-making*, yaitu memahami kehilangan dan membangun kembali kehidupan tanpa orang tua (Satiadarma dkk., 2021). adahal, mahasiswa sangat membutuhkan dukungan emosional (Pranida & Tazkiyah, 2024), namun kebutuhan tersebut sering terhambat oleh kecanggungan lingkungan. Fenomena ini menunjukkan pentingnya mengkaji kualitas interaksi, bukan hanya frekuensi dukungan.

Penelitian ini bertujuan mengisi kesenjangan teori komunikasi dalam situasi krisis dengan menganalisis peran komunikasi interpersonal teman sebaya dalam membentuk resiliensi mahasiswa. Mahasiswa dipilih karena berada pada fase transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal yang ditandai berbagai tuntutan akademik, kemandirian emosional, serta proses pembentukan identitas sehingga kehilangan orang tua dapat menimbulkan dampak yang kompleks (Masluchah dkk., 2022). Di fase ini, mereka menghadapi tuntutan akademik dan kemandirian emosional (Pah dkk., 2025). Oleh karena itu, mahasiswa menjadi kelompok yang relevan dan penting untuk diteliti dalam konteks pembentukan resiliensi pasca kematian orang tua.

Penelitian berfokus pada proses komunikasi interpersonal antara mahasiswa dan teman sebaya dalam situasi duka, khususnya pada kualitas komunikasi seperti keterbukaan, empati, dan dukungan dalam membangun resiliensi pasca kematian orang tua. Berdasarkan fokus tersebut, rumusan masalah penelitian adalah bagaimana peran komunikasi interpersonal teman sebaya dalam membentuk resiliensi mahasiswa setelah kematian orang tua. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui dan menganalisis peran tersebut secara mendalam guna memberikan kontribusi teoretis bagi kajian komunikasi krisis serta kontribusi praktis bagi sistem dukungan sosial di perguruan tinggi.