Pemaknaan Gen Z terhadap Pengalaman *Attachment* Masa Kecil dalam Pembentukan Komunikasi Interpersonal

Erica Cahya Putri*[1], Namira Fitria[2], Saiful Romadon[3]
Universitas Bina Sarana Informatika [1,2,3]
*[1]e-mail: ericahya2612@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan memahami pemaknaan Generasi Z terhadap pengalaman *attachment* masa kecil dalam pembentukan komunikasi interpersonal. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis dengan perspektif interaksionisme simbolik untuk menelaah pengalaman subjektif dan proses pemberian makna. Data diperoleh melalui wawancara mendalam semi terstruktur dan observasi terhadap tiga informan Generasi Z yang memiliki latar pengalaman kelekatan berbeda, kemudian dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan, dan verifikasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman kelekatan dimaknai secara berbeda sesuai kualitas interaksi dengan figur bermakna. Informan yang mengalami kehilangan figur ayah memaknai pengalaman tersebut sebagai sumber kemandirian sekaligus kebutuhan kasih sayang. Informan yang diasuh kakek dan nenek memaknai pengalaman secara positif atau sebagai kekurangan kehadiran orang tua, bergantung pada pengalaman masing masing. Pemaknaan tersebut tercermin pada keterbukaan, cara mengekspresikan perhatian, kepercayaan, dan pengelolaan konflik. Interaksi sosial pada masa dewasa juga mendorong pemaknaan ulang terhadap pengalaman masa kecil. Ketiga informan memandang hubungan sehat sebagai relasi yang dibangun melalui kepercayaan, keterbukaan, saling menghargai, dan komunikasi yang baik. Temuan menegaskan bahwa makna pengalaman bersifat subjektif, dinamis, dan berkembang melalui interaksi sosial. Proses tersebut membentuk komunikasi interpersonal pada masa kini.

Kata kunci : *Attachment*; Fenomenologi; Generasi Z; Komunikasi Interpersonal; Pemaknaan.

ABSTRACT

This study aims to understand how Generation Z interprets childhood attachment experiences in the formation of interpersonal communication. The study employed a qualitative phenomenological approach and symbolic interactionism to examine subjective experience and meaning making processes. Data were obtained through semi structured in depth interviews and observation involving three Generation Z informants with different attachment backgrounds, then analyzed through data reduction, data display, conclusion drawing, and verification. The findings show that attachment experiences were interpreted differently according to the quality of interaction with significant figures. An informant who lost a father figure understood the experience as a source of independence while retaining a need for affection. Informants raised by grandparents interpreted their experiences positively or as a lack of parental presence, depending on their personal histories. These meanings were reflected in openness, expressions of care, trust, and conflict management. Social interactions in adulthood also encouraged reinterpretation of childhood experiences. All informants viewed healthy relationships as relationships built through trust, openness, mutual respect, and good communication. The findings confirm that meanings of experience are subjective, dynamic, and developed through social interaction.

Keywords **:** *Attachment; Generation Z; Interpersonal Communication; Meaning Making; Phenomenology.*

PENDAHULUAN

Komunikasi interpersonal merupakan proses pertukaran pesan yang tidak hanya berfungsi untuk menyampaikan informasi, tetapi juga untuk membangun kedekatan, memahami orang lain, mengelola konflik, dan mempertahankan hubungan. DeVito (2013) menempatkan keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan sebagai unsur penting dalam komunikasi interpersonal yang efektif. Dengan demikian,

kualitas komunikasi seseorang tidak berdiri sendiri, melainkan berkembang melalui pengalaman relasional yang berulang dan memberi individu pola tentang bagaimana mengekspresikan perasaan, memberikan kepercayaan, merespons perbedaan, serta membangun kedekatan emosional.

Keluarga merupakan salah satu lingkungan awal yang memperkenalkan pola tersebut. Pada Generasi Z, pengalaman komunikasi keluarga tetap penting meskipun kehidupan sehari-hari kelompok ini berlangsung berdampingan dengan media digital. Yoanita (2022) menunjukkan bahwa keluarga Generasi Z memiliki batas keterbukaan yang berbeda-beda, sementara kepercayaan, penghargaan, dan kehangatan relasi orang tua dapat menjadi bagian penting dalam pola komunikasi keluarga. Pada konteks yang lebih luas, Lutfiah et al. (2024) menemukan bahwa Generasi Z tetap memandang komunikasi interpersonal sebagai unsur penting dalam bersosialisasi, meskipun pemanfaatan media digital telah mengubah kebiasaan berinteraksi dan cara mengekspresikan diri. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa konteks digital tidak menghapus arti pengalaman relasional yang dibentuk sejak lingkungan keluarga.

Salah satu pengalaman relasional yang relevan adalah *attachment* atau kelekatan dengan orang tua maupun pengasuh utama. Fraley (2019) menjelaskan bahwa fungsi dan perbedaan individual terkait kelekatan tetap menjadi isu penting dalam kajian hubungan pada masa dewasa, termasuk kesinambungan dan perubahan pola relasional sepanjang perkembangan. Studi Asprilia dan Abidin (2021) juga memperlihatkan bahwa remaja dengan pola *attachment* berbeda menunjukkan perbedaan dalam kualitas hubungan sosial dan kemudahan mengekspresikan emosi. Karena itu, pengalaman kelekatan masa kecil dapat dipahami bukan semata sebagai peristiwa yang berhenti pada masa kanak-kanak, tetapi sebagai pengalaman yang dapat dikenang, diinterpretasikan, dan dihubungkan kembali dengan relasi pada tahap kehidupan berikutnya.

Proses pemberian makna terhadap pengalaman tersebut dapat dijelaskan melalui interaksionisme simbolik. Carter dan Fuller (2016) menerangkan bahwa interaksionisme simbolik menempatkan interaksi yang berulang dan bermakna sebagai proses yang membentuk kehidupan sosial, termasuk pemahaman mengenai diri dan tindakan. Dalam kerangka ini, individu tidak hanya menerima pengalaman secara pasif. Individu menafsirkan pengalaman berdasarkan interaksi dengan orang lain, kemudian membawa hasil penafsiran itu ketika berhadapan dengan situasi sosial berikutnya. Perspektif ini relevan untuk memahami mengapa pengalaman kelekatan yang secara struktural tampak serupa dapat menghasilkan makna dan pola komunikasi yang berbeda pada masing-masing individu.

Sejumlah penelitian terdahulu telah menghubungkan lingkungan keluarga dan pengalaman relasional dengan komunikasi interpersonal. Tiara dan Pranawati (2023), melalui pendekatan fenomenologi, menunjukkan bahwa kondisi pengasuhan bermasalah atau konflik keluarga berkaitan dengan kualitas komunikasi dan hubungan interpersonal anak dengan orang tua asuh. Penelitian tersebut menegaskan bahwa komunikasi menjadi bagian penting dari keberlangsungan hubungan personal. Pada konteks lain, Khairiyyah dan Rina (2024) menemukan bahwa remaja akhir memaknai rasa tidak aman melalui pengalaman personal dalam konteks komunikasi keluarga. Kedua penelitian ini memperlihatkan pentingnya pengalaman keluarga dan proses pemaknaan, tetapi belum secara khusus menelaah bagaimana pengalaman *attachment* masa kecil dimaknai kembali oleh Generasi Z ketika mereka telah memasuki masa dewasa awal.

Kajian komunikasi interpersonal juga telah dilakukan pada konteks hubungan pendidikan. Priliantini et al. (2020) menemukan bahwa komunikasi interpersonal guru dengan remaja tuna rungu dilakukan melalui pendekatan humanistis yang menekankan kedekatan, kepercayaan, keterbukaan, pemahaman perasaan, kejujuran, kesetaraan, dan perilaku nonverbal. Sementara itu, Ramdan (2023) menunjukkan bahwa pola komunikasi antara guru bimbingan konseling dan siswa terbentuk dari konsep diri serta makna yang dibangun melalui interaksi. Kedua studi tersebut penting untuk menunjukkan bahwa keterbukaan, kepercayaan, konsep diri, dan pemaknaan berperan dalam interaksi interpersonal, meskipun konteks relasinya berbeda dari hubungan keluarga dan pengalaman masa kecil.

Penelitian Asprilia dan Abidin (2021) menjadi rujukan yang paling dekat dengan fokus kelekatan karena menelaah pola *attachment* dan kualitas hubungan sosial pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Hasilnya menunjukkan perbedaan ekspresi emosi dan hubungan sosial berdasarkan pola kelekatan. Namun, penelitian tersebut berfokus pada identifikasi pola dan kualitas hubungan sosial dalam konteks panti asuhan. Penelitian ini tidak diarahkan untuk mengategorikan tipe *attachment*, mengukur pengaruh, atau menguji hubungan sebab akibat. Fokus penelitian ditempatkan pada pengalaman subjektif, yaitu bagaimana Generasi Z memahami

pengalaman kelekatan masa kecilnya dan bagaimana makna tersebut hadir dalam komunikasi interpersonal pada masa kini.

Berdasarkan celah tersebut, penelitian ini menggunakan perspektif interaksionisme simbolik untuk membaca pengalaman kelekatan sebagai pengalaman yang memperoleh arti melalui interaksi dengan figur bermakna. Generasi Z dipilih sebagai subjek karena berada pada fase yang memungkinkan refleksi terhadap pengalaman masa kecil sekaligus telah membangun relasi yang lebih luas di lingkungan pertemanan, pendidikan, dan pekerjaan. Batas Generasi Z dalam penelitian ini mengikuti rentang kelahiran yang lazim digunakan sejak 1997 (Dimock, 2019). Penelitian bertujuan memahami pemaknaan Generasi Z terhadap pengalaman *attachment* masa kecil dalam pembentukan komunikasi interpersonal, termasuk proses pemaknaan ulang yang berlangsung ketika individu berinteraksi dengan lingkungan sosial yang lebih luas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi karena fokus penelitian terletak pada pengalaman subjektif dan makna yang diberikan informan terhadap pengalaman *attachment* masa kecil. Pendekatan fenomenologi digunakan untuk memperoleh pemahaman mengenai pengalaman sebagaimana dihayati oleh individu yang mengalaminya. Nasir et al. (2023) menekankan bahwa penelitian fenomenologis menempatkan individu yang memiliki pengalaman langsung terhadap fenomena sebagai sumber utama untuk mengungkap makna pengalaman dari sudut pandang mereka. Penelitian dilaksanakan di Kopi Wasa, Jl. Raden Saleh Blok A No. 4, RT.05/RW.05, Sukmajaya, Kota Depok, Jawa Barat, pada April sampai Juni 2026. Lokasi dipilih karena ketiga informan bekerja di tempat tersebut sehingga proses wawancara dan pengamatan dapat dilakukan dalam suasana yang dikenal oleh informan.

Unit analisis terdiri atas tiga individu Generasi Z yang lahir pada 2001, 2003, dan 2004 serta telah memasuki masa dewasa awal. Informan dipilih dengan teknik *purposive sampling* berdasarkan kesesuaian pengalaman dengan fokus penelitian. Pemilihan informan kualitatif menekankan kesesuaian pengetahuan dan pengalaman informan dengan masalah yang dikaji (Asrulla et al., 2023). Kriteria yang digunakan ialah termasuk Generasi Z, masih dapat mengingat dan merefleksikan pengalaman kelekatan dengan orang tua atau pengasuh utama pada masa kecil, mampu mengungkapkan pengalaman pribadi selama wawancara, dan memiliki pengalaman komunikasi interpersonal dalam keluarga, pertemanan, maupun pekerjaan.

Data primer dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi terstruktur dan observasi. Wawancara mendalam digunakan untuk menggali pengalaman, pandangan, dan perasaan informan secara lebih reflektif, sementara format semi terstruktur memberi ruang bagi informan untuk mengembangkan cerita sesuai pengalaman masing-masing. Teknik wawancara mendalam sesuai digunakan ketika penelitian berupaya memahami pemaknaan terhadap pengalaman secara rinci (Sugiyono, 2019). Pertanyaan diarahkan pada figur yang dianggap dekat pada masa kecil, bentuk perhatian dan kehadiran pengasuh, cara informan memahami pengalaman tersebut, keterbukaan dan kepercayaan dalam hubungan masa kini, cara menunjukkan perhatian, serta cara menyelesaikan konflik. Observasi dilakukan selama wawancara melalui pengamatan ekspresi, gestur, nada bicara, dan respons nonverbal sebagai data pendukung. Data sekunder diperoleh dari buku, artikel jurnal, dan sumber ilmiah yang relevan dengan *attachment*, interaksionisme simbolik, Generasi Z, dan komunikasi interpersonal.

Analisis data berlangsung bersamaan dengan proses pengumpulan data. Transkrip wawancara dibaca berulang, kemudian data direduksi dengan memilih bagian yang berkaitan langsung dengan pengalaman kelekatan, proses pemaknaan, dan komunikasi interpersonal. Data selanjutnya disajikan secara tematis agar persamaan dan perbedaan pengalaman ketiga informan dapat dibandingkan tanpa menghilangkan kekhasan cerita masing-masing. Tahap akhir berupa penarikan kesimpulan dan verifikasi dengan memeriksa kembali kesesuaian interpretasi dengan data wawancara. Tahapan reduksi, penyajian, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan digunakan untuk menjaga fokus analisis pada inti fenomena (Hermawan, 2019). Keabsahan data diperiksa melalui triangulasi sumber dengan membandingkan keterangan dari ketiga informan serta menggunakan dokumentasi kegiatan wawancara sebagai data pendukung. Triangulasi sumber digunakan sebagai cara membandingkan informasi dari sumber yang berbeda untuk menguji konsistensi temuan (Moleong, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif fenomenologis dan tidak melakukan uji statistik. Oleh karena itu, tidak terdapat hasil uji numerik yang perlu dilaporkan. Data hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel profil dan matriks temuan, kemudian diperkuat dengan uraian naratif serta kutipan wawancara yang berasal dari tiga informan.

Profil Informan dan Latar Pengalaman Kelekatan

Ketiga informan berada pada rentang usia 22 sampai 24 tahun dan memiliki pengalaman kelekatan masa kecil yang berbeda. Perbedaan tersebut terutama terlihat pada figur yang paling sering hadir, pengalaman kehilangan, serta intensitas keterlibatan orang tua dan keluarga besar. Ringkasan karakteristik informan disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Profil Informan Penelitian

Informan	Usia	Pekerjaan	Pengalaman Kelekatan Masa Kecil
CPN	22 tahun	Kasir	Memiliki kedekatan emosional kuat dengan ayah melalui aktivitas bersama, kemudian mengalami kehilangan figur ayah yang sebelumnya menjadi figur lekat utama.
AMP	23 tahun	Mahasiswa dan barista	Sebagian besar diasuh kakek dan nenek karena kedua orang tua bekerja. Hubungan dengan orang tua tetap terjalin baik, tetapi kakek dan nenek menjadi figur yang paling sering hadir.
MA	24 tahun	Barista	Orang tua bercerai ketika masih kecil. Sebagian besar pengasuhan dilakukan oleh kakek dan nenek, sedangkan keterlibatan kedua orang tua dalam keseharian relatif terbatas.

Sumber: Data penelitian, diolah penulis (2026).

Tabel 1 menunjukkan bahwa kakek dan nenek memiliki peran penting pada pengalaman dua informan, sedangkan satu informan menempatkan ayah sebagai figur lekat utama. Keragaman tersebut menjadi dasar untuk melihat bagaimana pengalaman yang berbeda memperoleh makna yang berbeda pula dalam kehidupan interpersonal pada masa kini.

Pengalaman Kelekatan dengan Figur Bermakna di Masa Kecil

Temuan pertama menunjukkan bahwa figur paling bermakna pada masa kecil tidak selalu kedua orang tua kandung secara bersamaan. MA menyatakan bahwa kakek dan nenek menjadi figur yang paling dekat karena keduanya yang membesarkannya sejak kecil. Kedekatan dengan ayah tetap ada, tetapi terbentuk melalui kunjungan yang tidak rutin. MA menjelaskan, “Saya lebih dekat dengan kakek dan nenek karena mereka yang membesarkan saya dari kecil. Kalau sama ayah, saya juga cukup dekat karena beliau kadang datang menjenguk saya sebulan sekali. Justru saya merasa lebih dekat sama ayah daripada ibu.” Pernyataan ini memperlihatkan bahwa keteraturan kehadiran pengasuh menjadi bagian penting dari pengalaman kedekatan MA.

CPN memperlihatkan pola yang berbeda. Ia memaknai ayah sebagai figur utama karena banyak aktivitas dilakukan bersama, seperti memancing, ikut ke kantor ketika ayah lembur, dan mengikuti kegiatan silat. CPN menyatakan, “Saya merasa lebih dekat dengan Ayah. Karena banyak kegiatan yang kami lakukan bersama, seperti pergi memancing, ikut ayah ke kantor saat lembur, sampai ikut beliau mengajar silat.” Kedekatan tersebut dibangun melalui kehadiran, rutinitas, dan kegiatan bersama sehingga pengalaman kehilangan ayah pada tahap berikutnya memiliki arti emosional yang kuat.

AMP memiliki hubungan baik dengan kedua orang tua, tetapi kakek dan nenek merupakan figur yang paling sering hadir karena orang tuanya bekerja. Ia menyatakan, “Saya lebih dekat dengan kakek dan nenek. Karena sejak kecil saya lebih banyak dititipkan kepada mereka saat kedua orang tua saya bekerja.” Dengan demikian, ketiga informan sama-sama mengenal peran keluarga besar sebagai figur pengasuh, tetapi kualitas, intensitas, dan konteks interaksi yang mereka alami berbeda. Perbedaan tersebut menjadi latar penting dalam proses pemaknaan pengalaman masa kecil.

Pemaknaan terhadap Pengalaman Masa Kecil

MA memaknai pengalaman tumbuh tanpa kehadiran penuh kedua orang tua kandung sebagai kekurangan yang masih membekas. Ia mengungkapkan, “Kadang masih ada rasa sedih. Saya sering berpikir

bagaimana jadinya kalau dulu saya bisa tumbuh bersama kedua orang tua saya." Pada saat yang sama, pengalaman tersebut tidak hanya dipahami sebagai kehilangan. MA juga menyebutnya sebagai pembelajaran tentang arti kehadiran keluarga: "Pengalaman itu membuat saya sadar kalau kehadiran orang tua dan perhatian dalam keluarga itu sangat penting." Artinya, satu pengalaman dapat membawa makna emosional yang tidak tunggal, yaitu rasa kekurangan sekaligus orientasi untuk memberikan kehadiran yang lebih baik pada hubungan di masa depan.

Pada CPN, pengalaman kedekatan dengan ayah dan kehilangan figur tersebut membentuk makna yang lebih ambivalen. CPN menyatakan, "Pengalaman itu membuat saya menjadi lebih mandiri dan tidak terlalu bergantung kepada orang lain. Tetapi di sisi lain, sebenarnya saya masih memiliki keinginan untuk dimanja dan mendapatkan kasih sayang seperti yang dulu saya rasakan." Pengalaman kehilangan dimaknai sebagai pendorong kemandirian, tetapi kebutuhan akan kasih sayang yang sebelumnya diperoleh dari ayah tetap menjadi bagian dari pemahamannya terhadap diri dan hubungan.

AMP memaknai masa kecilnya secara lebih positif. Ia mengingat pengalaman keluarga sebagai kenangan harmonis dan berharga. Menurut AMP, "Kalau saya mengingat kembali pengalaman tersebut, saya merasa bahwa keluarga saya dulu cukup harmonis dan momen-momen itu menjadi kenangan yang berharga bagi saya." Pemaknaan tersebut kemudian dihubungkan dengan dorongan untuk menghargai dan menyenangkan orang lain. Perbedaan makna pada ketiga informan menunjukkan bahwa kemiripan struktur pengasuhan tidak otomatis menghasilkan interpretasi yang sama.

Pembentukan Pola Komunikasi Interpersonal pada Masa Kini

Ketiga informan sama-sama menunjukkan kecenderungan untuk tidak selalu menyampaikan perasaan secara langsung, tetapi bentuknya berbeda. MA lebih sering menunjukkan perhatian melalui tindakan. Ia menyatakan, "Saya lebih sering menunjukkan lewat tindakan, seperti membantu atau menemani mereka, daripada lewat kata-kata." Dalam membangun kedekatan, MA juga membutuhkan waktu yang relatif panjang untuk mempercayai orang lain dan membuka diri. Pengalaman ini memperlihatkan hubungan antara cara kasih sayang diterima pada masa kecil dan cara perhatian diekspresikan kembali pada hubungan masa kini.

CPN cenderung menahan perasaan terlebih dahulu, terutama ketika emosi masih kuat, tetapi setelah itu memilih membicarakan masalah secara terbuka. Ia menyatakan, "Saya lebih memilih untuk langsung membicarakannya. Kalau saya yang salah, saya akan meminta maaf. Kalau orang lain yang salah, saya berharap mereka juga mau mengakui kesalahannya. Menurut saya, masalah lebih baik diselesaikan dengan komunikasi daripada dipendam." CPN juga mengaitkan sikap mengalah dan menstabilkan emosi dengan teladan ayah yang sabar. Pola ini menunjukkan bahwa pengalaman masa kecil tidak menghasilkan penutupan diri secara mutlak, melainkan menjadi dasar yang kemudian disesuaikan dengan pengalaman sosial berikutnya.

AMP mengakui dirinya pendiam dan sering kesulitan memulai percakapan dengan orang baru karena tidak terbiasa banyak berbicara di rumah. Ia mengatakan, "Menurut saya komunikasi saya masih kurang baik. Saya tidak terbiasa banyak berbicara di rumah, sehingga ketika bertemu orang baru saya sering merasa bingung harus memulai pembicaraan dari mana." Meskipun demikian, AMP justru mudah memberikan kepercayaan kepada orang lain. Temuan ini menunjukkan bahwa keterbukaan verbal dan kepercayaan tidak selalu bergerak dalam arah yang sama pada setiap informan.

Pemaknaan terhadap Hubungan Interpersonal yang Sehat

Walaupun pengalaman kelekatan dan pola komunikasi ketiga informan berbeda, mereka memiliki orientasi yang relatif serupa mengenai hubungan interpersonal yang sehat. MA menekankan kepercayaan, penghargaan, keterbukaan, dan kemauan untuk berkembang bersama. CPN menekankan komunikasi yang baik, kemampuan membicarakan masalah tanpa dikuasai emosi, saling menghargai, memahami, dan mendengarkan. AMP menekankan keterbukaan, kejujuran, dan kejelasan pembicaraan agar tidak terjadi kesalahpahaman.

Kesamaan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman masa kecil tidak sepenuhnya menentukan pola hubungan ideal yang diharapkan informan. Ketiganya dapat membedakan antara kebiasaan komunikasi yang masih mereka jalankan dan bentuk relasi yang mereka anggap sehat. Dengan kata lain, pemaknaan

pengalaman masa kecil juga mengandung unsur evaluatif, karena informan mampu menilai pola yang ingin dipertahankan dan pola yang ingin diperbaiki.

Pemaknaan Ulang melalui Interaksi Sosial pada Masa Dewasa

Temuan berikutnya adalah adanya pemaknaan ulang setelah informan memasuki lingkungan sosial yang lebih luas. MA menyatakan keinginan untuk tidak mengulang pola yang dirasakannya kurang pada masa kecil: "Saya belajar untuk tidak mengulangi hal yang sama ketika nanti saya punya keluarga sendiri. Saya ingin bisa lebih hadir dan memberi perhatian kepada orang-orang yang saya sayangi." Pernyataan ini menunjukkan bahwa pengalaman masa kecil digunakan sebagai bahan refleksi untuk membentuk orientasi hubungan pada masa depan.

CPN menyatakan bahwa pengaruh pengalaman masa kecil kini tidak lagi sebesar sebelumnya karena ia bertemu banyak orang sejak sekolah menengah hingga perguruan tinggi. Menurutnya, interaksi dengan beragam karakter membuat pola pikir dan cara berkomunikasinya berubah. AMP juga mulai memahami bahwa kecanggungannya dengan orang baru berkaitan dengan kebiasaan komunikasi di rumah. Kesadaran tersebut muncul setelah ia berinteraksi dengan lingkungan pertemanan dan perkuliahan yang lebih luas. Dengan demikian, ketiga informan tidak hanya membawa pengalaman masa kecil secara tetap, tetapi terus menafsirkan pengalaman itu melalui interaksi baru. Ringkasan pola temuan antar-informan disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Matriks Ringkasan Temuan Utama

Informan	Makna Pengalaman Masa Kecil	Pola Komunikasi Masa Kini	Pemaknaan Ulang
CPN	Kedekatan dengan ayah sangat bermakna. Kehilangan dimaknai sebagai dorongan kemandirian sekaligus menyisakan kebutuhan kasih sayang.	Menahan perasaan ketika emosi belum stabil, lalu memilih komunikasi terbuka untuk menyelesaikan konflik.	Interaksi sejak SMA dan kuliah memperluas perspektif sehingga pengaruh pengalaman masa kecil dirasakan semakin tidak dominan.
AMP	Pengasuhan kakek dan nenek dimaknai sebagai pengalaman keluarga yang harmonis dan berharga.	Pendiam dan canggung memulai percakapan dengan orang baru, tetapi relatif mudah memberikan kepercayaan.	Interaksi yang lebih luas membantu menyadari hubungan antara kebiasaan komunikasi di rumah dan kecanggungan saat ini.
MA	Minimnya kehadiran orang tua dimaknai sebagai kekurangan, tetapi juga sebagai pembelajaran tentang pentingnya kehadiran dan perhatian.	Cenderung tertutup, lebih banyak menunjukkan perhatian melalui tindakan, serta membutuhkan waktu untuk membangun kepercayaan.	Memiliki orientasi untuk tidak mengulang pola yang sama dan ingin lebih hadir serta terbuka kepada keluarga di masa depan.

Sumber: Data penelitian, diolah penulis (2026).

Tabel 2 memperlihatkan bahwa perbedaan utama bukan hanya terletak pada figur lekat, tetapi juga pada cara pengalaman tersebut dimaknai dan disesuaikan melalui interaksi sosial berikutnya. Pola komunikasi masa kini merupakan hasil proses yang berlapis, sehingga tidak dapat dijelaskan hanya dari satu peristiwa masa kecil tanpa mempertimbangkan pengalaman sosial setelahnya.

Pembahasan

1. Pemaknaan Gen Z terhadap Pengalaman Attachment Masa Kecil

Temuan menunjukkan bahwa pengalaman *attachment* masa kecil memperoleh arti yang berbeda bagi setiap informan. MA menempatkan minimnya kehadiran orang tua sebagai pengalaman kekurangan yang masih membekas, CPN menghubungkan kehilangan ayah dengan kemandirian sekaligus kebutuhan kasih sayang, sedangkan AMP memaknai pengasuhan kakek dan nenek sebagai kenangan keluarga yang harmonis. Perbedaan ini sejalan dengan interaksionisme simbolik yang memandang makna sebagai hasil interaksi dan interpretasi, bukan sifat yang melekat secara tetap pada suatu peristiwa. Carter dan Fuller (2016) menekankan bahwa interaksi yang berulang dan bermakna menjadi dasar terbentuknya tindakan serta pemahaman individu terhadap dunia sosialnya. Dengan demikian, pengalaman kelekatan tidak dapat diperlakukan sebagai kategori pengalaman yang otomatis menghasilkan respons yang sama.

Temuan tersebut juga konsisten dengan kajian *attachment* pada masa dewasa yang menempatkan kesinambungan dan perubahan sebagai bagian penting dari perkembangan hubungan. Fraley (2019) menunjukkan bahwa fungsi kelekatan dapat bergeser sepanjang perkembangan dan berkaitan dengan perbedaan individual dalam relasi dekat. Pada penelitian ini, pengalaman masa kecil masih hadir sebagai rujukan emosional, tetapi tidak bekerja secara mekanis. Informan melakukan interpretasi terhadap kehadiran, kehilangan, perhatian, dan pola pengasuhan berdasarkan konteks pengalaman masing-masing. Karena itu, yang penting bukan hanya apa yang terjadi pada masa kecil, tetapi bagaimana peristiwa tersebut dipahami pada masa kini.

2. Proses Pembentukan Diri melalui Interaksi dengan Figur Bermakna

Interaksionisme simbolik membantu menjelaskan bagaimana pengalaman bersama figur bermakna berhubungan dengan pemahaman informan mengenai dirinya. Carter dan Fuller (2016) menjelaskan bahwa konsep mengenai diri dan tindakan berkembang melalui interaksi sosial yang bermakna. Dalam penelitian ini, MA belajar memandang dirinya sebagai individu yang perlu mandiri dan berhati-hati membangun kepercayaan, CPN membawa pengalaman dicintai oleh ayah sekaligus tuntutan untuk mandiri setelah kehilangan, sedangkan AMP menghubungkan pengalaman diasuh dengan perhatian kakek dan nenek dengan kecenderungan menghargai orang lain. Figur bermakna dengan demikian bukan sekadar pengasuh, tetapi menjadi sumber simbol, respons, dan contoh relasional yang diinternalisasi informan.

Peran figur keluarga dalam membentuk pengalaman komunikasi juga terlihat pada penelitian Yoanita (2022), yang menunjukkan bahwa keterbukaan, kepercayaan, penghargaan, dan kehangatan orang tua merupakan bagian penting dari pola komunikasi keluarga Generasi Z. Tiara dan Pranawati (2023) juga memperlihatkan bahwa kondisi keluarga dan kualitas komunikasi berkaitan dengan hubungan interpersonal anak. Temuan penelitian ini memperluas pembacaan tersebut dengan menunjukkan bahwa informan tidak hanya mengingat perilaku figur keluarga, tetapi memberi arti terhadap pengalaman itu ketika memahami dirinya pada masa dewasa.

3. Pembentukan Pola Komunikasi Interpersonal sebagai Hasil Interaksi Sosial

Pola komunikasi ketiga informan menunjukkan hubungan yang nyata antara kebiasaan interaksi masa kecil dan cara berkomunikasi pada masa kini, tetapi hubungan tersebut bersifat interpretatif. MA lebih nyaman menunjukkan kasih sayang melalui tindakan, CPN menstabilkan emosi sebelum membicarakan konflik secara terbuka, sedangkan AMP kesulitan memulai percakapan dengan orang baru meskipun mudah memberikan kepercayaan. Perbedaan ini mengingatkan bahwa keterbukaan, ekspresi emosi, dan kepercayaan merupakan dimensi yang dapat berkembang dengan kombinasi yang berbeda pada setiap orang. DeVito (2013) menempatkan keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan sebagai karakteristik penting komunikasi interpersonal, tetapi aktualisasinya sangat bergantung pada pengalaman dan keterampilan individu.

Asprilia dan Abidin (2021) menemukan bahwa remaja dengan pola *secure attachment* lebih mudah mengekspresikan emosi, sedangkan pola *dismissive attachment* berkaitan dengan kesulitan mengekspresikan emosi dan persepsi pengasuh yang kurang afektif. Penelitian ini tidak mengategorikan informan ke dalam pola kelekatan tertentu, sehingga temuan tersebut tidak digunakan untuk memberi label pada informan. Namun, penelitian terdahulu tersebut mendukung gagasan bahwa pengalaman kelekatan dan kualitas hubungan sosial dapat berkaitan dengan cara emosi diekspresikan. Pada data penelitian ini, ekspresi emosi muncul dalam bentuk yang beragam, mulai dari tindakan nonverbal, penahanan emosi sementara, sampai kecanggungan memulai percakapan.

Temuan mengenai pentingnya keterbukaan dan kepercayaan juga memiliki kesesuaian dengan penelitian Priliantini et al. (2020). Dalam konteks komunikasi guru dan remaja tuna rungu, mereka menemukan bahwa hubungan interpersonal yang humanistis dibangun melalui kedekatan, kepercayaan, keterbukaan, pemahaman perasaan, kejujuran, dan kesetaraan. Konteks penelitian memang berbeda, tetapi unsur relasional tersebut memperkuat temuan bahwa komunikasi interpersonal yang dianggap sehat tidak hanya ditentukan oleh banyaknya percakapan, melainkan juga oleh kualitas rasa aman, penghargaan, dan kesiapan mendengarkan pihak lain.

4. Pemaknaan terhadap Hubungan Interpersonal yang Sehat

Ketiga informan sepakat bahwa hubungan interpersonal yang sehat dibangun melalui kepercayaan, keterbukaan, saling menghargai, dan komunikasi yang baik. Kesamaan ini menarik karena pola komunikasi aktual mereka tidak sepenuhnya sama dengan hubungan ideal yang mereka gambarkan. MA masih berhati-hati membangun kepercayaan, CPN membutuhkan waktu untuk menstabilkan emosi, dan AMP masih canggung memulai percakapan. Artinya, individu dapat memiliki standar relasi ideal yang melampaui kebiasaan komunikasi yang sedang dijalankan. Dalam perspektif interaksionisme simbolik, standar tersebut dapat terbentuk melalui evaluasi atas pengalaman lama dan interaksi baru yang memperkaya cara individu memahami hubungan.

Orientasi ketiga informan terhadap keterbukaan, kepercayaan, penghargaan, dan penyelesaian masalah melalui komunikasi sesuai dengan karakteristik komunikasi interpersonal efektif yang dibahas DeVito (2013). Penelitian Yoanita (2022) juga memperlihatkan bahwa kepercayaan dan penghargaan menjadi bagian penting dari dinamika komunikasi keluarga Generasi Z. Dengan demikian, kesamaan pandangan informan tidak berarti pengalaman masa kecil mereka sama, melainkan menunjukkan adanya makna bersama mengenai kualitas relasi yang diharapkan setelah masing-masing mengalami dan mengevaluasi hubungan dalam konteks sosial yang berbeda.

5. Perbandingan Pemaknaan Antar-Informan dan Dinamika Makna

Perbandingan antar-informan menegaskan bahwa kelekatan masa kecil tidak dapat dipahami sebagai penentu tunggal komunikasi interpersonal. MA cenderung menghubungkan pengalaman masa kecil dengan kebutuhan untuk berhati-hati dalam mempercayai orang lain, CPN menunjukkan pola yang lebih adaptif karena pengalaman sosial berikutnya mengubah cara ia mengelola emosi dan konflik, sedangkan AMP memadukan kecanggungan verbal dengan kepercayaan yang relatif mudah diberikan. Variasi ini selaras dengan prinsip interaksionisme simbolik bahwa makna bersifat subjektif dan terus dinegosiasikan melalui pengalaman interaksi (Carter & Fuller, 2016).

Pemaknaan ulang paling jelas terlihat ketika informan menjelaskan perubahan setelah memasuki lingkungan pertemanan, perkuliahan, dan pekerjaan. Fraley (2019) membahas bahwa kesinambungan pola kelekatan sepanjang perkembangan berjalan bersama kemungkinan perubahan dalam hubungan dan kepribadian. Pada Generasi Z, lingkungan interaksi juga berkembang melalui ruang tatap muka dan digital. Lutfiah et al. (2024) menunjukkan bahwa media digital telah mengubah perilaku komunikasi Generasi Z, tetapi komunikasi interpersonal tetap penting bagi pembentukan hubungan sosial. Dalam penelitian ini, interaksi yang lebih luas memberi informan bahan baru untuk menilai kembali pengalaman masa kecil, mengubah kebiasaan tertentu, dan menentukan bentuk hubungan yang ingin dibangun.

Temuan ini berbeda dari penelitian yang berupaya menetapkan pengaruh atau kategori tertentu karena penelitian fenomenologis menekankan kedalaman pengalaman, bukan generalisasi. Hasil penelitian menunjukkan pola yang konsisten pada tiga informan, yaitu adanya hubungan antara pengalaman kelekatan, proses pemaknaan, dan komunikasi interpersonal. Namun, bentuk hubungan tersebut tetap unik pada setiap informan. Oleh karena itu, temuan lebih tepat dipahami sebagai gambaran proses makna yang berkembang melalui interaksi daripada sebagai klaim sebab akibat yang berlaku untuk seluruh Generasi Z.

SIMPULAN

Penelitian menunjukkan bahwa Generasi Z memaknai pengalaman *attachment* masa kecil secara subjektif sesuai kualitas dan konteks interaksi dengan figur bermakna. Pengalaman kehilangan ayah pada CPN dimaknai sebagai sumber kemandirian sekaligus tetap menyisakan kebutuhan kasih sayang. Pengasuhan kakek dan nenek pada AMP dimaknai sebagai pengalaman keluarga yang harmonis, meskipun kebiasaan komunikasi di rumah berkaitan dengan kecanggungan memulai percakapan. Pada MA, minimnya kehadiran orang tua dimaknai sebagai kekurangan yang membekas sekaligus pembelajaran tentang pentingnya kehadiran dan perhatian dalam keluarga. Perbedaan tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman kelekatan tidak menghasilkan pola komunikasi yang seragam.

Pemaknaan pengalaman masa kecil tercermin pada cara informan membuka diri, memberikan kepercayaan, mengekspresikan perhatian, dan mengelola konflik. Makna tersebut tidak bersifat tetap karena interaksi pada masa dewasa mendorong refleksi dan penyesuaian. Ketiga informan memiliki orientasi yang

sama terhadap hubungan interpersonal yang sehat, yaitu hubungan yang dilandasi kepercayaan, keterbukaan, saling menghargai, dan komunikasi yang baik. Dengan demikian, pembentukan komunikasi interpersonal pada ketiga informan berlangsung melalui proses interaksi sosial yang berkelanjutan, ketika pengalaman masa kecil diinterpretasikan, dibawa ke hubungan berikutnya, dan dapat dimaknai ulang seiring bertambahnya pengalaman sosial.

DAFTAR PUSTAKA

Asprilia, M. T., & Abidin, Z. (2021). Pola Attachment dan Kualitas Hubungan Sosial pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi*, *5*(2), 80–92. https://doi.org/10.24198/jpsp.v5i2.28251

Asrulla, Risnita, Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *7*(3), 26320–26332.

Carter, M. J., & Fuller, C. (2016). Symbols, Meaning, and Action: The Past, Present, and Future of Symbolic Interactionism. *Current Sociology*, *64*(6), 931–961. https://doi.org/10.1177/0011392116638396

DeVito, J. A. (2013). *The Interpersonal Communication Book* (13th ed.). Pearson.

Dimock, M. (2019). *Defining Generations: Where Millennials End and Generation Z Begins*. Pew Research Center. https://www.pewresearch.org/short-reads/2019/01/17/where-millennials-end-and-generation-z-begins/

Fraley, R. C. (2019). Attachment in Adulthood: Recent Developments, Emerging Debates, and Future Directions. *Annual Review of Psychology*, *70*, 401–422. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102813

Hermawan, I. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan (Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed Method)*. Hidayatul Quran.

Khairiyyah, L., & Rina, N. (2024). Komunikasi Keluarga dalam Pemaknaan Insecure pada Diri Remaja Akhir. *Linimasa: Jurnal Ilmu Komunikasi*, *7*(1), 55–64. https://doi.org/10.23969/linimasa.v7i1.9914

Lutfiah, A. Q., Rahmadianti, D., & Febrianto, A. S. (2024). Peran Perilaku Komunikasi Interpersonal Generasi Z dalam Pemanfaatan Media Digital. *Jurnal MANAJERIAL*, *23*(1), 75–84. https://doi.org/10.17509/manajerial.v23i1.65797

Moleong, L. J. (2021). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Edisi revi). PT Remaja Rosdakarya.

Nasir, A., Nurjana, N., Shah, K., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2023). Pendekatan Fenomenologi dalam Penelitian Kualitatif. *Innovative: Journal of Social Science Research*, *3*(5), 4445–4451. https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/5224

Priliantini, A., Maryam, S., & Rino, F. P. (2020). Komunikasi Interpersonal Guru dalam Meningkatkan Motivasi Berprestasi Remaja Tuna Rungu. *Jurnal Penelitian Komunikasi*, *23*(2), 143–152. https://doi.org/10.20422/jpk.v2i23.694

Ramdan, D. (2023). Pola Manajemen Komunikasi Interpersonal Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Pelanggaran Kedisiplinan pada Siswa. *Linimasa: Jurnal Ilmu Komunikasi*, *6*(2), 156–176. https://doi.org/10.23969/linimasa.v6i2.9240

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Tiara, A., & Pranawati, R. (2023). Komunikasi dan Hubungan Interpersonal pada Anak Korban Konflik Keluarga. *KOMUNIKA*, *10*(1), 1–20. https://doi.org/10.22236/komunika.v10i1.10315

Yoanita, D. (2022). Pola Komunikasi Keluarga di Mata Generasi Z. *Scriptura*, *12*(1), 33–42. https://doi.org/10.9744/scriptura.12.1.33-442