



Peran Komunikasi Keluarga Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Remaja Pada Keluarga *Broken Home*

Ayu Febrya Wandira ¹⁾, Sri Narti ²⁾, Martha Heriniazwi Dianthi ³⁾
^{1,2,3)} *Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu-ilmu Sosial, Universitas Dehasen Bengkulu*
Email: srinarti@unived.ac.id

ARTICLE HISTORY

Received [30 Oktober 2024]
Revised [02 Desember 2024]
Accepted [04 Desember 2024]

KEYWORDS

Family Communication,
Psychological Wellbeing,
Broken Home.

This is an open access article
under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran komunikasi keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja pada keluarga *broken home*. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan metode triangulasi yaitu observasi, dokumentasi dan wawancara serta studi pustaka. Jenis penelitian ini adalah field research yang artinya peneliti melakukan observasi langsung ke lapangan untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Komunikasi keluarga dianalisa tidak ada faktor –faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran komunikasi keluarga belum diterapkan secara maksimal oleh orang tua pada remaja yang terkena dampak pasca perceraian orang tuanya sehingga menimbulkan istilah *broken home*, yaitu keluarga yang didalamnya tidak ada kedamaian, sejahtera serta tidak harmonis. Komunikasi keluarga pada keluarga *broken home* menunjukkan citra diri orang tua yang buruk bagi anak akibat orang tua tidak menempatkan diri layaknya orang tua pada anak yang membutuhkan bimbingan pasca bercerai. Sehingga suasana psikologis pada anak terganggu seperti merasa takut, tertekan dan tidak ekspresif. Pada keluarga *broken home* yang diteliti, terdapat gaya komunikasi orang tua yang berubah menjadi lebih agresif kepada anak. Hal ini disebabkan karena cara kepemimpinan orang tua kepada anak tidak dilakukan seperti yang seharusnya dan orang tua terlalu memikirkan perasaan sendiri, sehingga membuat anak merasa tidak perdulikan dan lebih nyaman berada diluar rumah. Adapun etika bahasa yang digunakan orang tua saat berbicara kepada anak berubah. Orang tua menggunakan pilihan kata serta gestur tubuh yang membuat anak merasa tertekan sehingga anak menjaga jarak kepada orang tuanya karena beranggapan orang tua bukan lagi tempat yang aman.

ABSTRACT

This study aims to determine the role of family communication in improving the psychological well-being of adolescents in broken home families. This research is a qualitative research using the triangulation method, namely observation, documentation and interviews as well as literature studies. This type of research is field research which means that the researcher observes directly to the field to get maximum results. Family communication is analyzed as factors that affect the psychological well-being of adolescents. The results of the study show that the role of family communication has not been applied massively by parents to adolescents affected after the divorce of their parents, giving rise to the term broken home, which is a family in which there is no peace, prosperity and disharmony. Family communication in broken home families shows a bad parental self-image for children because parents do not put themselves like parents to children who need guidance after divorce. So that the psychological atmosphere in children is disturbed such as feeling afraid, depressed and not expressive. In families that are broken home, there is a parental communication style that changes to be more aggressive towards children. This is because the way parents lead their children is not done as they should and parents think too much about their own feelings, so that children feel uncaring and more comfortable outside the home. The language ethics used by parents when talking to children have changed. Parents use word choices and body gestures that make children feel pressured so that children keep their distance from their parents because they think that parents are no longer a safe place.

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit sosial terkecil dalam masyarakat yang memainkan peran utama dalam membentuk kepribadian dan kesejahteraan psikologis setiap anggotanya, terutama anak dan remaja. Salah satu elemen penting dalam keluarga adalah komunikasi. Ruky (2014) mendefinisikan komunikasi sebagai proses pemindahan dan pertukaran pesan untuk memengaruhi informasi serta perilaku pihak penerima. Dalam konteks keluarga, komunikasi berfungsi untuk menciptakan keterbukaan, keharmonisan, dan rasa saling memahami antar anggota keluarga (Septiana et al., 2014). Komunikasi keluarga yang baik tidak hanya mendukung perkembangan mental remaja, tetapi juga menjadi kunci dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan psikologis. Namun, pada keluarga *broken home*, komunikasi sering kali terhambat akibat konflik yang berkepanjangan atau perceraian orang tua. *Broken home* mengacu pada kondisi keluarga yang tidak harmonis, ditandai oleh kurangnya kedamaian, kesejahteraan, dan hubungan yang tidak seimbang (Hurlock, 2022). Dalam situasi ini, remaja sering kali mengalami dampak psikologis negatif seperti rasa takut, tekanan emosional, dan isolasi sosial. Mereka

cenderung mencari pelarian di luar rumah, yang dapat memengaruhi hubungan interpersonal dan perkembangan psikologis mereka secara keseluruhan (Fitriza & Taufik, 2022).

Penelitian ini berfokus pada peran komunikasi keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja dalam keluarga *broken home*. Berdasarkan teori Reflianoff (2016), terdapat beberapa faktor yang memengaruhi efektivitas komunikasi keluarga, yaitu citra diri dan citra orang lain, suasana psikologis, lingkungan fisik, kepemimpinan, etika bahasa, dan perbedaan usia. Melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana komunikasi keluarga dapat menjadi sarana yang efektif dalam memperbaiki kondisi psikologis remaja.

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi yang signifikan, baik secara teoretis maupun praktis, untuk membantu keluarga *broken home* menciptakan lingkungan komunikasi yang lebih baik. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika komunikasi keluarga, diharapkan kesejahteraan psikologis remaja dapat ditingkatkan, sehingga mereka mampu berfungsi secara optimal dalam kehidupan sosialnya.

LANDASAN TEORI

Komunikasi Keluarga

Menurut Reflianoff (dalam Bahfiarti, 2016), komunikasi keluarga dipengaruhi oleh sejumlah faktor utama yang mencakup citra diri dan citra orang lain, suasana psikologis, lingkungan fisik, kepemimpinan, etika bahasa, dan perbedaan usia. Faktor-faktor ini menjadi landasan dalam memahami bagaimana komunikasi berlangsung dalam keluarga, khususnya keluarga dengan latar belakang *broken home*.

1. Citra Diri dan Citra Orang Lain

Citra diri merujuk pada bagaimana individu memandang dirinya sendiri, sedangkan citra orang lain mencerminkan bagaimana orang lain memandang individu tersebut. Interaksi antara kedua elemen ini memengaruhi cara komunikasi berlangsung dalam keluarga, terutama dalam membangun kepercayaan dan pengertian antara orang tua dan anak. Dalam konteks keluarga *broken home*, perubahan citra diri orang tua pasca perceraian dapat memengaruhi persepsi anak terhadap mereka (Bahfiarti, 2016; Fitriza & Taufik, 2022).

2. Suasana Psikologis

Suasana psikologis, seperti emosi yang stabil, menjadi penentu kelancaran komunikasi. Jika salah satu pihak, baik orang tua maupun anak, mengalami tekanan emosional, komunikasi yang efektif sulit tercapai. Pada keluarga *broken home*, suasana psikologis anak sering kali terganggu oleh konflik orang tua, sehingga memerlukan perhatian khusus dalam komunikasi (Bahfiarti, 2016; Hurlock, 2022).

3. Lingkungan Fisik

Lingkungan fisik meliputi tempat dan situasi komunikasi yang memengaruhi kenyamanan dan keterbukaan antara anggota keluarga. Misalnya, perubahan gaya komunikasi dalam keluarga *broken home* sering terjadi akibat perbedaan akses fisik antara orang tua yang tinggal terpisah dengan anak (Bahfiarti, 2016).

4. Kepemimpinan

Kepemimpinan dalam keluarga melibatkan cara orang tua membimbing dan memengaruhi anak. Dalam keluarga *broken home*, pola asuh tunggal sering menuntut orang tua untuk mengambil peran yang lebih besar dalam memberikan arahan kepada anak tanpa dukungan dari pasangan (Bahfiarti, 2016; Hurlock, 2022).

5. Etika Bahasa

Pilihan kata dan nada suara memainkan peranan penting dalam menciptakan komunikasi yang harmonis. Etika bahasa yang tidak baik, seperti nada tinggi atau kata-kata kasar, sering kali menjadi sumber konflik tambahan dalam keluarga *broken home* (Bahfiarti, 2016).

6. Perbedaan Usia

Perbedaan usia antara orang tua dan anak juga menjadi faktor yang memengaruhi cara komunikasi berlangsung. Orang tua yang tidak memahami kebutuhan komunikasi sesuai usia anak cenderung menghadapi tantangan dalam menciptakan hubungan yang efektif dan mendukung (Bahfiarti, 2016).

Kesejahteraan Psikologis Remaja

Kesejahteraan psikologis merujuk pada kondisi di mana individu merasa bahagia, mampu mengelola stres, serta memiliki hubungan interpersonal yang sehat. Menurut Ryff (dalam Fitriana, 2016), kesejahteraan psikologis terdiri dari enam dimensi: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Dalam keluarga *broken home*, komunikasi keluarga yang baik berperan dalam mendukung dimensi-dimensi tersebut pada remaja (Ryff, 1989; Hurlock, 2022).



METODE PENELITIAN

Metode Analisis

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2017), yang menyebutkan bahwa metode penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena dalam kondisi objek alamiah dengan peneliti sebagai instrumen kunci. Data dikumpulkan melalui triangulasi teknik pengumpulan data, yaitu wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Pendekatan ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai peran komunikasi keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja pada keluarga *broken home*. Penelitian dilakukan di Kota Balikpapan, dengan subjek utama adalah remaja dari keluarga *broken home* yang berada dalam rentang usia 12-17 tahun (remaja awal). Selain itu, orang tua dari remaja tersebut dijadikan informan kunci untuk memberikan perspektif mengenai pola komunikasi dalam keluarga. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan remaja dan orang tua untuk menggali informasi terkait pola komunikasi dan dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Observasi dilakukan untuk melihat langsung interaksi dan dinamika komunikasi antara orang tua dan anak, sedangkan dokumentasi digunakan sebagai data pendukung yang relevan.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan metode deskriptif kualitatif. Proses analisis meliputi tiga tahapan utama: reduksi data, yaitu memilah informasi yang relevan dengan fokus penelitian; penyajian data dalam bentuk narasi deskriptif untuk mempermudah pemahaman; dan penarikan kesimpulan berdasarkan data yang telah dianalisis. Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai komunikasi keluarga pada konteks keluarga *broken home*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi keluarga memiliki peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja pada keluarga *broken home*. Hasil wawancara dan observasi mendalam menemukan bahwa gaya komunikasi orang tua sering kali berubah pasca perceraian, yang berdampak pada citra diri anak. Anak-anak cenderung memandang orang tua sebagai pribadi yang lebih egois dan kurang memperhatikan mereka. Akibatnya, anak merasa kurang nyaman dan lebih sering memendam perasaan. Selain itu, suasana psikologis anak terganggu oleh tekanan emosional seperti rasa khawatir, sedih, dan malu, terutama akibat stigma sosial tentang perceraian orang tua. Hal ini memperburuk kesejahteraan psikologis anak, memengaruhi rasa percaya diri, hubungan interpersonal, dan kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial. Gaya komunikasi orang tua yang cenderung pasif atau bahkan agresif juga ditemukan memengaruhi anak secara negatif. Beberapa orang tua mengurangi interaksi dengan anak akibat rasa malu atau beban emosional setelah perceraian, yang semakin menjauhkan hubungan antara orang tua dan anak.

Pembahasan

Hasil penelitian ini dianalisis menggunakan teori faktor-faktor yang memengaruhi komunikasi keluarga. Faktor-faktor seperti citra diri, suasana psikologis, lingkungan fisik, kepemimpinan, etika bahasa, dan perbedaan usia memiliki dampak signifikan terhadap kualitas komunikasi dalam keluarga. Perubahan negatif pada citra diri orang tua pasca perceraian menjadi pemicu utama buruknya hubungan komunikasi dengan anak. Penelitian juga menunjukkan bahwa suasana psikologis, seperti kestabilan emosi orang tua, memengaruhi bagaimana mereka berkomunikasi. Orang tua yang emosinya tidak stabil cenderung menggunakan bahasa yang kasar atau menunjukkan gestur tubuh yang mengancam, yang menyebabkan anak merasa tertekan dan tidak aman. Lingkungan fisik, seperti rumah tangga yang tidak kondusif, semakin memperburuk komunikasi antara orang tua dan anak. Ketidakharmonisan ini mengarah pada meningkatnya kecenderungan anak mencari pelarian ke luar rumah dan kehilangan rasa keterikatan dengan keluarga.

Dalam konteks kepemimpinan, orang tua yang tidak mampu menjadi figur yang dapat diandalkan dan membimbing anak menunjukkan bahwa komunikasi keluarga tidak berjalan dengan baik. Etika bahasa juga menjadi isu penting, di mana penggunaan kata-kata kasar atau nada tinggi menciptakan jarak emosional antara orang tua dan anak. Semua faktor ini berkontribusi pada rendahnya kesejahteraan psikologis anak pada keluarga *broken home*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi keluarga memiliki peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja, terutama pada keluarga broken home. Beberapa faktor utama yang memengaruhi kualitas komunikasi keluarga meliputi citra diri dan citra orang lain, suasana psikologis, lingkungan fisik, kepemimpinan, etika bahasa, dan perbedaan usia. Pada keluarga broken home, perubahan citra diri orang tua pasca perceraian sering kali memengaruhi persepsi anak terhadap mereka, yang berdampak pada hubungan emosional antara keduanya.

Suasana psikologis yang kurang stabil di antara anggota keluarga, terutama orang tua, menciptakan hambatan dalam komunikasi yang menyebabkan anak merasa tidak aman dan tertekan. Lingkungan fisik rumah yang kurang kondusif juga memperburuk interaksi keluarga, membuat anak merasa lebih nyaman mencari pelarian di luar rumah. Gaya kepemimpinan orang tua yang tidak konsisten dan kurangnya penggunaan bahasa yang konstruktif memperlebar jarak emosional antara orang tua dan anak. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa perbaikan komunikasi keluarga, baik dalam aspek bahasa, keterbukaan, maupun kepemimpinan, dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis anak. Dengan komunikasi yang efektif, remaja dari keluarga broken home dapat merasa lebih aman, percaya diri, dan memiliki hubungan emosional yang lebih baik dengan orang tua mereka.

Saran

Orang tua dari keluarga broken home disarankan untuk memperbaiki kualitas komunikasi dengan anak melalui pendekatan yang lebih terbuka dan penuh perhatian, serta menghindari penggunaan bahasa yang kasar atau nada tinggi. Suasana rumah yang kondusif dan dukungan emosional dari orang tua sangat penting untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis anak. Anak-anak diharapkan dapat lebih aktif menyampaikan perasaan dan kebutuhan mereka kepada orang tua untuk memperkuat hubungan emosional dalam keluarga.

Institusi pendidikan perlu menyediakan layanan konseling bagi anak dari keluarga broken home untuk membantu mereka mengelola tekanan emosional. Selain itu, pemerintah dan lembaga sosial dapat memberikan pelatihan komunikasi efektif bagi orang tua, serta membentuk kelompok dukungan untuk keluarga broken home agar mereka dapat berbagi pengalaman dan mencari solusi bersama.

DAFTAR PUSTAKA

- Achjar, K. A. H (2010). Peranan Komunikasi Keluarga Dalam Meningkatkan Citra Diri Orang tua. Bahfiarti, A. (2016). Pentingnya Peran Komunikasi Keluarga Dalam Kehidupan Masyarakat. Jurnal Ilmu Komunikasi, 6(3), 267 Data Pengadilan Tinggi Agama. 2024. Balikpapan: Pengadilan Tinggi Agama Deepublish. (2023). Teknik Pengumpulan Data: Pengertian, Jenis dan Contoh. Diakses pada 2 Oktober Teknik Pengumpulan Data: Pengertian, Jenis, dan Contoh
- Fatiha, M. C. (2022) Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Motivasi Belajar Siswa Di SMA Negeri 10 Tangerang Selatan Angkatan 2019.
- Fitria. (2016). Kelekatan dan Kesejahteraan Psikologis Anak Pada Remaja: Studi Meta-Analis. Jurnal Ilmiah Psikolog, 7(2), 267-284 Fitrizia, Taufik,. (2022). Perilaku Komunikasi Keluarga: Pentingnya Menjaga Kesehatan Mental Pada Era Bully Pada Anak SMP. Jurnal Sosiologi Nusantara, 7(2), 253
- Mahotra, Anugra. (2020). Peran komunikasi keluarga dalam meningkatkan perilaku social remaja di desa Kota Baru kecamatan Uram Jaya kabupaten Lebong.
- Nadya, A. P. (2022) Peran Orang Tua Dalam Kenakalan Remaja. Jurnal Ilmu Komunikasi. 3(7), 156-189
- Putra, A. (2020). Hubungan Kesejahteraan Psikologis Remaja Pada Proses Pendewasaan.
- Prasetyo, R. (2021) Komunikasi Interpersonal Dalam Proses Pembelajaran Ramadhani, et al. (2016). Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau.
- Septiana et al. (2014). Peran Komunikasi Dalam Keluarga. ResearchGate.
- Suciat. (2015). Peran Komunikasi Keluarga Dalam Meningkatkan Kemandirian Pada Anak Remaja.
- Tonny, S. (2023). Komunikasi Keluarga Sebagai Sarana Keharmonisan Keluarga. Journal Of Social Science Research, 3(2), 4609-4617. 63
- Tuxdoc. (2020). Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. Diakses pada 2 Oktober 2024 [PDF] Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D - Prof. Dr. Sugiyono 2017 - Free Download PDF