

## Peran Interaksi Orang Tua dalam Mendorong Keterbukaan Anak Usia Remaja

Ayunisa Nurrahmah<sup>1</sup>, Haifa Hana Panji Awalia<sup>2</sup>, Rehabibah Apriliya<sup>3</sup>, Rijal Mahendra<sup>4</sup>, Siti Balqis Sari Manah<sup>5</sup>, Xeviola Rhytma Jazzyra<sup>6</sup>, Ali Alamsyah Kusumadinata<sup>7</sup>

<sup>1</sup>Universitas Djuanda, [ayunisanurrahmah2@gmail.com](mailto:ayunisanurrahmah2@gmail.com)

<sup>2</sup>Universitas Djuanda, [awaliahaifa02@gmail.com](mailto:awaliahaifa02@gmail.com)

<sup>3</sup>Universitas Djuanda, [rehabibaapriliya16@gmail.com](mailto:rehabibaapriliya16@gmail.com)

<sup>4</sup>Universitas Djuanda, [rijalmahendra02@gmail.com](mailto:rijalmahendra02@gmail.com)

<sup>5</sup>Universitas Djuanda, [sitibalqis2205@gmail.com](mailto:sitibalqis2205@gmail.com)

<sup>6</sup>Universitas Djuanda, [violajazzyra@gmail.com](mailto:violajazzyra@gmail.com)

<sup>7</sup>Universitas Djuanda, [ali.alamsyah@unida.ac.id](mailto:ali.alamsyah@unida.ac.id)

---

### ABSTRAK

Komunikasi dengan orang tua berperan penting untuk mendorong keterbukaan anak, khususnya di usia remaja. Namun, masih banyak anak yang mengalami kesulitan untuk terbuka akibat adanya gap usia yang menjadi kesenjangan komunikasi dan kurangnya validasi emosi. Tujuan penelitian ini untuk melihat interaksi orang tua dan anak dapat mendorong keterbukaan anak. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan deskriptif. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam dengan remaja, orang tua, guru BK, dan dosen psikologi, serta diperkuat dengan tinjauan pustaka. Analisis berlandaskan pada teori *Fundamental Interpersonal Relations Orientation* (FIRO) melalui tiga dimensi: kontrol, inklusi dan keterbukaan/kasih sayang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sistem kontrol yang demokratis membuat anak lebih terbuka, sedangkan sistem kontrol otoriter justru menghambat komunikasi. Praktik inklusi yang berhasil dapat meningkatkan rasa dihargai dan percaya diri anak. Keterbukaan anak kepada orang tua tumbuh melalui empati, komunikasi suportif, dan dialog tanpa menghakimi. Sebaliknya, perilaku orang tua yang membandingkan, mengabaikan, atau terlalu membatasi anak, hal itu membuat pribadi anak menjadi tertutup. Dengan demikian, anak menjadi lebih terbuka, percaya diri, dan mampu berkomunikasi dengan baik di lingkungan keluarga dan sosial karena interaksi orang tua yang seimbang yang menggabungkan kontrol, inklusi, dan keterbukaan/kasih sayang.

**Kata Kunci:** Interaksi orang tua; Komunikasi interpersonal; Komunikasi keluarga; Teori FIRO

## PENDAHULUAN

Keluarga merupakan tempat pertama anak belajar banyak hal, mulai dari nilai, sikap, sampai cara berinteraksi dengan orang lain. Ketika orang tua berkomunikasi di rumah ini dapat berpengaruh dalam membentuk sikap anak ketika mereka tumbuh besar. Ketika pola komunikasi dalam keluarga terhambat, anak cenderung akan menutup diri dan menyimpan perasaannya (Yulianti et al., 2023). Namun, saat orang tua menghadirkan ruang dialog yang hangat dan penuh pengertian, anak akan lebih mudah tumbuh menjadi pribadi yang terbuka dan berani menyampaikan isi pikirannya. Penelitian yang sama juga menegaskan bahwa orang tua memiliki peran krusial dalam membentuk keterampilan komunikasi anak (Yulianti et al., 2023). Sikap orang tua yang mau mendengarkan, menunjukkan respon yang baik, dan membuka ruang dialog akan membuat anak merasa dihargai. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Ruzea et al., 2023), menyatakan bahwa salah satu masalah utama dalam keluarga adalah kurangnya komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak.

Kondisi ini sering menyebabkan konflik, kesalahpahaman, bahkan membuat anak menjadi pribadi yang tertutup terhadap orang tua. Untuk itu orang tua perlu membangun pola komunikasi yang sehat melalui sikap saling menghargai, empati, serta kerendahan pesan dalam menyampaikan pendapat. Dengan begitu sikap orang tua dalam menciptakan komunikasi keluarga yang efektif menjadi solusi penting, yang dapat mendorong sikap anak menjadi lebih terbuka dalam mengekspresikan perasaan dan pikiran (Yulianti et al., 2023). Komunikasi keluarga tidak hanya mencakup pertukaran kata-kata, tetapi juga melibatkan sikap tubuh, intonasi suara, dan tindakan untuk menciptakan harapan, mengekspresikan perasaan, serta saling berbagi pemahaman (Sukarno, 2021).

Pola komunikasi keluarga berfungsi sebagai bentuk interaksi utama yang berdampak langsung pada perkembangan emosi anak. Melalui komunikasi ini, anak

belajar mengenali diri sendiri dan orang lain, serta memahami perasaannya sendiri maupun perasaan orang di sekitarnya (Sulung & Sakti, 2021). Namun, kenyataannya masih banyak anak yang merasa sulit terbuka kepada orang tuanya. Salah satu penyebabnya adalah adanya gap usia antara orang tua dan anak, membuat pola komunikasi menjadi kurang sejalan. Anak sering kali hanya ingin didengarkan, tetapi orang tua justru membandingkannya dengan pengalaman mereka di masa lalu. Tidak jarang orang tua berkata bahwa “dulu di zaman ayah dan ibu begini” atau anak lain lebih baik dari kamu”, yang justru membuat anak merasa tidak dipahami. Situasi ini dapat menimbulkan rasa enggan anak untuk bercerita, sehingga tumbuh menjadi pribadi yang tertutup.

Menurut Data Mikro Susenas BPS Maret 2022, persentase anak yang terkena gangguan kesehatan mental di keluarga yang utuh mencapai 34,2 %, salah satu faktor tingginya angka masalah kesehatan mental karena pola asuh yang belum tepat, dimana emosi anak tidak divalidasi sehingga anak merasa tidak ada kenyamanan dan kehangatan di dalam rumah (Kompas.com, 2024). Beberapa faktor yang menghambat komunikasi antara orang tua dan anak dalam keluarga militer di antaranya adalah perbedaan persepsi, kesenjangan usia yang membuat orang tua kurang memahami perilaku anak zaman sekarang, serta kesulitan anak menyesuaikan diri dengan pola pikir tradisional dan kondisi emosional orang tua yang tidak stabil (Nathanael, 2024). Padahal, interaksi yang positif antara orang tua dan anak dapat membantu membentuk karakter sosial dan emosional anak secara lebih sehat. Ini sejalan dengan bentuk komunikasi interpersonal, dimana dua orang atau lebih menyampaikan pesan secara langsung (Anggraini et al., 2022).

Hubungan komunikasi yang baik mendorong anak lebih berani mengungkapkan perasaan, lebih percaya diri, serta mampu menjadi interaksi sosial yang lebih matang (Lufipahi et al., 2022). Dukungan ini sangat penting terutama di masa remaja SMP dan SMA, karena pada fase ini anak sedang mencoba banyak hal baru dan menghadapi berbagai tantangan yang membuat mereka membutuhkan

orang tua sebagai pendengar utama yang dapat menerimanya dengan baik (Destri et al., 2025). Generasi Z memandang kehangatan hubungan antara ayah dan ibu sebagai role model utama bagi komunikasi keluarga, di mana keharmonisan orang tua menjadi fondasi pemahaman anak dalam membangun komunikasi positif di keluarganya kelak (Yoanita, 2022).

Keharmonisan keluarga dibangun melalui beberapa aspek kunci yang saling terkait, yaitu cinta kasih dan saling menghargai, saling pengertian antar anggota, komunikasi efektif dengan dialog terbuka, serta kebersamaan dan kerjasama, yang bersama-sama menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan psikologis setiap anggota (Yulianti et al., 2023). Untuk menganalisis interaksi keluarga secara lebih sistematis, penelitian ini menggunakan teori *Fundamental Interpersonal Relations Orientation* (FIRO) oleh William Schutz (Mawaddah, 2025). Teori ini menjelaskan hubungan interpersonal melalui tiga dimensi, yaitu kontrol, inklusi, dan keterbukaan/kasih sayang.

Dimensi kontrol mengacu pada sejauh mana orang tua mengatur atau mempengaruhi keputusan anak, inklusi menunjukkan sejauh mana anak dilibatkan dalam interaksi dan pengambilan keputusan keluarga, dan keterbukaan/kasih sayang menekankan komunikasi emosional yang sehat antara orang tua dan anak. Dengan menggunakan teori FIRO, penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana interaksi orang tua dapat mendorong keterbukaan anak dalam keluarga. Oleh karena itu peran orang tua sangat penting dalam menciptakan suasana rumah yang terbuka, dimana anak merasa aman untuk bercerita tanpa takut untuk dihakimi atau bahkan dibandingkan. Dengan begitu, selain memperkuat keterampilan komunikasi anak, tetapi juga mendukung perkembangan sosial dan emosional mereka untuk tumbuh menjadi pribadi yang terbuka, percaya diri, dan mampu berinteraksi sehat di lingkungan keluarga maupun masyarakat.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode ini dipilih untuk memahami fenomena yang dialami subjek penelitian seperti persepsi, motivasi, dan tindakan secara holistik (Haki & Prahastiwi, 2024). Data dideskripsikan secara naratif dalam konteks alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah (Fiantika et al., 2022). Pendekatan deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan keadaan objek penelitian secara apa adanya sesuai situasi dan kondisi di lapangan. Analisis data dilakukan secara kualitatif deskriptif melalui tiga tahapan. Pertama, reduksi data, yaitu proses menyeleksi data mentah seperti wawancara dan memfokuskan pada informasi yang relevan dengan tujuan penelitian. Kedua, penyajian data, yang disajikan dalam bentuk narasi sistematis untuk mempermudah identifikasi. Ketiga, penarikan kesimpulan, yaitu menginterpretasikan temuan dan menghubungkannya dengan konteks penelitian (Wau et al., 2022).

Tabel 1. Informan Penelitian

Informan	Peran
CS	Siswa SMP kelas 9 sebagai remaja yang berada di fase ingin mencoba banyak hal, terutama dalam bertukar pendapat dengan orang tua
WI	Siswa SMP kelas 7 sebagai anak yang sedang di masa transisi menuju pemikiran yang bernalar dan terus membangun melalui komunikasi dua arah dengan orang tua dirumah
AN	Siswa SMA kelas 10 sebagai anak dengan transisi menuju dewasa yang sudah mulai menuntut ruang privasi, serta ingin perasaanya di validasi oleh orang tua
KA	Anak SMA kelas 12 sebagai anak yang sudah mulai terbuka dalam menyampaikan pendapat yang rasional dan sudah bisa memetakan hal

	yang harus diceritakan dan yang tidak
YA	Orang Tua CS sebagai seorang yang membangun karakter anak menjadi nilai-nilai pondasi komunikasi, yang mengajak anak untuk berdiskusi.
SY	Orang Tua WI sebagai contoh langsung anak dalam berperilaku dan berkomunikasi.
AN	Orang Tua KA berperan sebagai orang tua yang mendorong proses refleksi diri anak dan otonomi. Orang tua mengajak anak menganalisis situasi, mempertimbangkan konsekuensi, dan evaluasi pilihan mereka sendiri.
DA	Guru BK berperan sebagai Ahli Praktisi Lapangan yang menghubungkan teori dengan realitas sehari-hari di lingkungan sekolah dan keluarga.
HA	Dosen Psikologi Pendidikan, Universitas Djuanda sebagai ahli teoritis yang dapat menjelaskan penelitian ini dengan dukungan komunikasi psikologi secara ilmiah.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami peran interaksi orang tua dalam mendorong keterbukaan anak usia 10 - 19 tahun. Pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus dipilih untuk dapat menggali pengalaman dan persepsi secara mendalam dari berbagai sudut pandang (Achjar et al., 2023). Sumber data penelitian terdiri dari data primer dan sekunder. Pengumpulan data primer dilakukan dengan teknik wawancara mendalam terhadap sejumlah informan dari berbagai pihak yang terlibat dalam dinamika keluarga. Informan tersebut meliputi dua siswa SMA dan dua siswa SMP, orang tua seorang ibu dan seorang ayah, serta tenaga profesional dosen psikologi dan seorang guru BK. Adapun data sekunder diperoleh melalui tinjauan pustaka atas sejumlah artikel ilmiah yang relevan.

Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam dengan panduan semi-terstruktur. Pemilihan teknik ini dilakukan agar penelitian dapat mengeksplorasi pengalaman partisipan secara lebih fleksibel dan alamiah (Fadli., 2024). Fokus wawancara diarahkan untuk memahami pola interaksi, hambatan dan pendorong keterbukaan, serta strategi yang digunakan orang tua dalam membangun komunikasi dengan anak. Kerangka analisis dalam penelitian ini berlandaskan pada teori *Fundamental Interpersonal Relations Orientation* (FIRO) yang dikembangkan oleh William Schutz (Mawaddah, 2025). Teori ini diterapkan dengan menggunakan tiga dimensi utamanya untuk menganalisis dinamika interaksi orang tua dan remaja. Pertama, dimensi kontrol (*control*) digunakan untuk menelaah keseimbangan antara pemberian pengaturan dan kebebasan dalam pola asuh. Kedua, dimensi inklusi (*inclusion*) mengkaji tingkat keterlibatan dan perasaan dihargai remaja dalam lingkungan keluarga. Ketiga, dimensi kasih sayang (*affection*) berfokus pada analisis suasana emosional dan kepercayaan dalam komunikasi (Saptamarsita et al., 2024).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pembahasan ini, peneliti menggunakan teori kebutuhan interpersonal William Schutz yang berkaitan dengan interaksi orang tua dan anak dalam membentuk keterbukaan dengan menekankan pada tiga dimensi utama yaitu kontrol, inklusi dan keterbukaan/kasih sayang (Mawaddah, 2025). Ketiga dimensi tersebut menjadi kajian utama untuk menganalisis dan memahami bagaimana komunikasi keluarga dalam membentuk karakteristik anak usia remaja, khususnya pada keterbukaan dan keberanian untuk berbagi cerita, pengalaman, maupun masalah yang sedang dihadapinya. Pada bagian ini, peneliti memfokuskan pada ketiga dimensi tersebut dengan menampilkan hasil wawancara (guru BK, dosen psikologi, orang tua, serta anak SMA dan SMP) yang kemudian dianalisis untuk melihat relevansi dan kesesuaian dengan teori serta temuan penelitian sebelumnya.

### Dimensi Kontrol dalam Interaksi Orang Tua dan Anak

Teori FIRO (*Fundamental Interpersonal Relations Orientation*) William Schutz pada dimensi kontrol menekankan bagaimana seseorang menerima, menyeimbangkan bahkan memberikan peran dalam membentuk relasi interpersonal (Mawaddah, 2025). Dalam konteks komunikasi keluarga, kontrol sering kali dikaitkan dengan bagaimana orang tua mengatur, mengarahkan bahkan membatasi perilaku anak dalam semua aspek. Maka dari itu, kontrol yang terlalu dominan kepada anak seringkali menimbulkan sikap resistensi/perlawanan, sementara kontrol yang terlalu minim atau cenderung tidak peduli akan menyebabkan anak menjadi kurang arah atau kebingungan (Mawaddah, 2025). Kontrol juga berperan penting untuk menjaga disiplin, memberikan rasa aman, dan membentuk karakter anak. Namun, ketika kontrol dilakukan secara berlebihan atau inkonsisten, anak dapat merasa tertekan, kurang memiliki otonomi, bahkan menarik diri dari komunikasi.

Tabel 1. Pola Komunikasi Orang Tua-Anak: Analisis Dimensi Kontrol

Dimensi Kontrol	Kutipan Wawancara	Analisis dan Penjelasan Pola Komunikasi
Inklusi dan Partisipasi	“Ada diskusi dulu, tapi kadang ada beberapa waktu memang ada memaksakan keputusan. Misalnya waktu mau masuk SMA, aku pengen kesini, cuman katanya harus masuk sekolah yang dipilih orang tua.”	Pola komunikasi demokratis yang memberikan ruang partisipasi anak dalam pengambilan keputusan, mengakui otonomi dan hak anak untuk didengar
Kontrol Otoriter	“Orang tua lebih sering mengontrol kita dengan	Pola komunikasi campuran yang diawali dialog namun diakhiri dengan

	memberi arahan dibanding dengan membiarkan kita bebas.”	pemaksaan keputusan sepihak, menunjukkan inkonsistensi dalam penerapan control
Kontrol Instruktif	“Ketika saya melakukan kesalahan, respon orang tua biasanya memberikan penjelasan dan nasihat yang baik.”	Pola komunikasi satu arah yang dominan, dimana orang tua bertindak sebagai pemberi instruksi tanpa memberikan ruang bagi anak untuk berinisiatif
Kontrol Edukatif	“Aku diskusi bersama orang tua itu nggak 100% berhasil. Contohnya, kalau mau main nggak selalu diizinkan. Di sisi lain aku dipaksa ikut acara yang sebenarnya nggak mau, tapi sudah didaftarkan.”	Pola komunikasi yang menggabungkan kontrol dengan pendidikan, memberikan pemahaman bukan sekadar hukuman, membangun kesadaran bukan kepatuhan buta
Kontrol Restriktif	“Anak juga memiliki hak yang sama dan bebas memutuskan pendapatnya untuk kebaikan dirinya.”	Pola komunikasi yang membatasi kebebasan anak melalui larangan dan pemaksaan partisipasi, menciptakan ketidakseimbangan dalam hubungan orang tua-anak
Kontrol Protektif	“Perlu diatur karena takut salah pergaulan.”	Pola komunikasi yang didasari kekhawatiran dan keinginan melindungi, namun berpotensi membatasi ruang eksplorasi sosial anak

<p>Kontrol Reflektif</p>	<p>“Saya akan berbicara dengan tenang dan menjelaskan mengapa tindakannya salah, serta dampaknya bagi dirinya dan orang lain. Dengan berbicara tenang, anak tidak merasa terintimidasi dan lebih terbuka untuk menerima nasihat.”</p>	<p>Pola komunikasi yang menekankan pada pendekatan dialogis dan penalaran, membantu anak memahami konsekuensi tindakan secara logis</p>
<p>Kontrol Kolaboratif</p>	<p>“Lebih tepatnya sharing, bukan menasehati karena orang tua sudah punya peranan masing-masing. Saya sebagai guru BK menyampaikan ke orang tua agar mengajak anak terbuka tentang aktivitasnya sehari-hari, terlebih bila anak ada masalah, mengajak anak bercerita bagaimana mereka menghadapi dan mencari solusi tersebut. menjadi pendengar terhadap permasalahan anak.”</p>	<p>Pola komunikasi yang mengutamakan partnership, dimana kontrol diterapkan melalui proses berbagi dan mendengarkan aktif</p>

Dampak Negatif Kontrol	“Anak akan cenderung tertutup, pola komunikasinya juga satu arah. Anak juga mungkin akan kurang memiliki inisiatif.”	Pola komunikasi satu arah yang berlebihan berpotensi menghambat perkembangan kemandirian dan keberanian berekspresi anak
------------------------	--	--

Merujuk pada keseluruhan hasil data yang diperoleh, tercatat bahwa pola asuh di Indonesia ditandai dengan dinamika kontrol yang kompleks. Dari sudut pandang remaja, pengalaman terhadap kontrol orang tua sangat beragam sejumlah individu merasakan tekanan dan pemaksaan dalam pengambilan keputusan hidupnya, sementara yang lain justru menghargai bentuk pengarahan yang disertai nalar dan ruang dialog. Di sisi lain, niat dan motivasi orang tua dalam menerapkan kontrol umumnya dilandasi oleh keinginan untuk melindungi dan membimbing anak, meski kerap disampaikan dengan bentuk yang kurang partisipatif.

Perspektif para ahli, seperti guru Bimbingan dan Konseling, menyampaikan sudut pandang baru dengan menekankan esensi *sharing* dan pendekatan dialogis, serta mengingatkan akan resiko jangka panjang dari pola komunikasi satu arah, yang dapat menutup rapat inisiatif dan keberanian anak dalam mengekspresikan diri. Temuan ini konsisten dengan teori William Schutz, bahwa kebutuhan kontrol dapat muncul dalam bentuk dominasi maupun perlindungan dan menegaskan bahwa komunikasi yang sehat menyeimbangkan kebutuhan mengatur dan diatur (Mawaddah, 2025).

Temuan pada artikel “Pola Komunikasi Antara Orang Tua Dengan Anak Dalam Mengurangi Penggunaan Gadget Pada Sd Islam Terpadu Ar-Rahmah Makassar” menjelaskan bahwa masih banyak tipe komunikasi otoriter dan demokrasi yang diterapkan orang tua kepada anak di indonesia (Hamsir & Zelfia, 2020). Komunikasi otoriter ini cenderung menekan dan menuntut kepatuhan, sehingga

membuat anak kesulitan dalam mengeluarkan pendapat dan cenderung tertutup. Sebaliknya, jika di dalam keluarga menerapkan komunikasi demokratis akan membantu anak dalam membangun keterbukaan dan saling menghormati sehingga mendukung komunikasi yang sehat dan berkembang positif.

Dari hasil wawancara dengan dosen psikologi menyebutkan ketertutupan seorang anak dapat diakibatkan karena komunikasi satu arah pada keluarga. Sehingga, banyak anak yang merasa terbebani oleh keputusan sepihak orang tua tanpa adanya proses diskusi sebelumnya. Kontrol dalam komunikasi keluarga di Indonesia sedang mengalami transisi dari model otoriter tradisional seperti pendapat satu arah, kontrol yang terlalu berlebihan, menjadi pola komunikasi yang lebih demokratis. Namun, tantangan utama yang dihadapi kini adalah bagaimana orang tua perlu menyeimbangkan antara memberikan perlindungan dan ruang otonomi bagi anak, agar anak tetap merasa dihargai sekaligus diarahkan.

### **Dimensi Inklusi dalam Interaksi Orang Tua dan Anak**

Dimensi Inklusi berarti melibatkan seluruh anggota keluarga dalam pengambilan keputusan bersama mulai dari memberikan perhatian penuh, menunjukkan minat serta empati terhadap pendapat yang dikatakan setiap anggota keluarga, dan mencoba memahami dari perspektif mereka (Avitasari & Sulistyarini, 2024).

Tabel 2. Pola Komunikasi Orang Tua-Anak: Analisis Dimensi Inklusi

Dimensi Inklusi	Kutipan Wawancara	Analisis & Penjelasan Pola Komunikasi
Kenyamanan Berbagi Perasaan	"Untuk sehari-hari masih bisa cerita, tapi kalau untuk perasaan pribadi aku belum berani dan belum terlalu nyaman untuk cerita ke orang tua." "Aku nggak terlalu nyaman cerita sama orang tua karena setiap masalah	Pola: Inklusi Emosional Rendah <ul style="list-style-type: none"> <li>• Komunikasi terbatas pada hal-hal permukaan/sehari-hari.</li> <li>• Anak merasa tidak aman</li> </ul>

	<p>yang menurutku biasa aja, insya Allah bisa handle sendiri."</p>	<p>secara psikologis untuk membuka perasaan yang vulnerabel.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anak mengembangkan mekanisme kemandirian sebagai bentuk pertahanan diri.</li> </ul>
<p>Keterlibatan dalam Keputusan Keluarga</p>	<p>"Mungkin terjadi beberapa kali tapi tidak terlalu sering karena dalam keluarga tidak harus melibatkan seorang anak yang tidak tahu apa-apa."</p>	<p>Pola: Inklusi Partisipatif Rendah</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Orang tua memandang kapasitas anak sebagai halangan untuk dilibatkan.</li> <li>• Pengambilan keputusan didominasi oleh orang tua dengan sedikit ruang untuk kontribusi anak.</li> </ul>
<p>Nilai dan Prinsip Keluarga tentang Inklusi</p>	<p>"Sangatlah penting karena keluarga itu adalah tim, jadi kita harus mendengarkan pendapat anak juga agar terbentuk keluarga yang harmonis."</p> <p>"Penting sekali agar melibatkan anak dalam pengambilan keputusan, tapi perlu disesuaikan juga dengan tingkat usia anak. Anak yang jarang dilibatkan akan merasa kurang</p>	<p>Pola: Mindset Inklusif</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Orang tua memandang inklusi sebagai nilai inti untuk membangun keharmonisan.</li> <li>• Terdapat kesadaran akan konsekuensi negatif dari tidak melibatkan anak (rasa tidak dihargai).</li> </ul>

	dihargai."	
Strategi Orang Tua dalam Menerapkan Inklusi	<p>"Diikuti dulu pendapat anak, terus lambat laun dibicarakan lagi, dikasih pengertian."</p> <p>"Saya selalu berusaha melibatkan anak dalam pengambilan keputusan keluarga, terutama yang menyangkut dirinya."</p> <p>"Memberikan kesempatan anak untuk menyampaikan pendapat. Memberikan kepercayaan kepada anak."</p>	<p>Pola: Inklusi Terbimbing &amp; Konsisten</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Orang tua tidak hanya mendengarkan, tetapi juga membimbing dengan memberi pengertian.</li> <li>• Adanya usaha sadar dan konsisten untuk melibatkan anak, khususnya dalam hal yang mempengaruhi dirinya.</li> <li>• Pemberian kepercayaan dilihat sebagai bagian dari proses inklusi.</li> </ul>

Tabel 2, menggambarkan dinamika inklusi dalam keluarga. Hasil analisis menunjukkan adanya kesenjangan antara nilai yang diyakini orang tua dan pengalaman emosional anak, sifat multidimensi dari inklusi, peran sentral persepsi orang tua terhadap kapasitas anak, serta strategi efektif yang dapat digunakan untuk membangun partisipasi anak secara lebih bermakna.

1. Kesenjangan antara Teori dan Praktik: Terdapat jarak antara nilai inklusi yang diyakini orang tua, misalnya pandangan bahwa "keluarga adalah tim" dengan pengalaman emosional anak yang justru merasa kurang nyaman untuk berbagi perasaan pribadi.

2. Inklusi Bersifat Multidimensi: Sebuah keluarga dapat terlihat sangat inklusif pada satu aspek (misalnya dalam mendengarkan ide), namun lemah pada aspek lain (seperti menciptakan ruang aman untuk mengekspresikan perasaan).
3. Peran Persepsi Orang Tua: Pola inklusi dalam keluarga sangat dipengaruhi oleh cara orang tua memandang kapasitas anak. Ketika anak dianggap "tidak tahu apa-apa", hal ini secara tidak langsung akan membatasi ruang partisipasi anak.
4. Strategi yang Efektif: Kutipan "Diikuti dulu pendapat anak, terus lambat laun dibicarakan lagi." mencerminkan strategi inklusif yang efektif, yakni menghargai proses (bukan hanya hasil) sekaligus menggabungkan pendapat anak dengan bimbingan orang tua.

Temuan ini konsisten dengan penelitian yang menunjukkan bahwa kurangnya komunikasi partisipatif antara orang tua dan remaja dapat menyebabkan perasaan tidak berdaya secara psikologis dan tidak dihargai (Davies et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa inklusi tidak selalu wajib dilakukan oleh anak; kadang-kadang anak lebih senang jika keputusan tetap diambil oleh orang tua. Di sini penting adanya keseimbangan jika terlalu sedikit inklusi, anak mungkin merasa tidak dihargai, tetapi jika terlalu banyak, anak bisa terbebani dengan tanggung jawab yang belum siap diambil.

Maka dari itu, keberhasilan inklusi keluarga sangat bergantung pada komunikasi partisipatif yang efektif dan adaptif. Tanpa komunikasi semacam ini, praktik inklusi bisa jadi tidak dirasakan oleh remaja, atau bahkan ditolak, dan justru berpotensi melahirkan perasaan tidak dihargai dan ketidakberdayaan psikologis. Oleh karena itu, mengikutsertakan anak dalam komunikasi keluarga bukan hanya tentang memberinya kesempatan, tetapi juga tentang menyesuaikan cara melibatkan anak dengan usia, konteks, dan kesiapan psikologisnya.

Hal ini sejalan dengan pola komunikasi demokratis, dimana anak dilibatkan dalam pengambilan keputusan dan diberi kesempatan dalam menyuarakan kesempatan sembari diberikan bimbingan, arahan sekaligus pengawasan yang

diperlukan. Sementara itu, orang tua tetap berperan dalam menimbang perspektif anak sebelum mengambil keputusan akhir (Ruzea et al., 2023). Dengan demikian, pola komunikasi demokratis menjadi acuan ideal untuk menciptakan suasana inklusif yang mendorong kemandirian, keterampilan pemecahan masalah, serta kemampuan komunikasi yang lebih efektif pada anak.

### **Dimensi Keterbukaan/Kasih Sayang dalam Interaksi Orang Tua dan Anak**

Dimensi Keterbukaan berarti hubungan komunikasi yang nyaman dan hangat yang jelas dapat dirasakan dari respon orang tua saat dapat memvalidasi perasaan anak ketika menceritakan tentang dirinya, tanpa membandingkan, bahkan sampai menyepelkan. Dengan begitu akan menciptakan karakter anak menjadi lebih terbuka.

Tabel 3. Pola komunikasi dimensi keterbukaan/kasih sayang

Dimensi Keterbukaan dan Kasih Sayang	Kutipan Wawancara	Analisis dan Penjelasan Pola Komunikasi
Fleksibilitas Regulasi	"Ada beberapa hal yang mungkin dapat membatasi jika aturannya terlalu ketat, tetapi tidak akan membatasi malah akan membantu jika aturan itu sedikit dan tidak terlalu ketat, misalnya keluar rumah sampai malam."	Pola komunikasi yang adaptif ditunjukkan melalui penetapan batasan yang proporsional dan disertai dengan dialog. Regulasi yang bersifat restriktif justru menghambat keterbukaan, sedangkan parameter yang jelas namun fleksibel dipersepsikan sebagai wujud afeksi dan

		perlindungan.
Kapasitas Mendengarkan secara Empatik	“Perasaan saat sedang cerita tapi diabaikan atau disepelekan itu tidak enak. Kita sebagai anak ingin didengar dan dimengerti.”	Pola komunikasi ini mengindikasikan bahwa tingkat <i>self-disclosure</i> anak berkorelasi positif dengan responsivitas orang tua. Ketidakpekaan orang tua dalam merespons cerita anak akan memicu <i>psychological withdrawal</i> . Esensi komunikasi afektif terletak pada validasi emosional dan pemahaman mendalam.
Pendekatan Non-Judgmental	“Sikap orang tua yang membuat saya nyaman untuk cerita atau terbuka adalah ketika mereka menunjukkan empati, kesabaran, dan tidak langsung menghakimi.”	Pendekatan ini merupakan fondasi bagi terbentuknya <i>psychological safety</i> . Pola komunikasi yang bersifat evaluatif akan menghambat <i>self-disclosure</i> , sementara sikap reflektif dan empatik menciptakan ruang aman bagi anak untuk mengekspresikan diri secara autentik tanpa takut terhadap stigmatisasi.

<p>Fungsi Korektif yang Konstruktif</p>	<p>“Merasa terbantu orang tua aku negur, karena suka lupa sama hal yang seharusnya dipatuhi. Kadang merasa harusnya dibebasin juga, nggak terlalu dibatasi. Tergantung konteksnya apa dulu.”</p>	<p>Terdapat dinamika dalam persepsi terhadap komunikasi korektif. Anak membedakan antara reminding yang bersifat konstruktif dengan <i>controlling</i> yang restriktif. Efektivitas pola komunikasi ini bergantung pada kemampuan orang tua untuk menyesuaikan pendekatan berdasarkan konteks perkembangan anak.</p>
<p>Pemodelan Perilaku dan Komunikasi Afektif</p>	<p>“Dengan memberi contoh yang positif pada anak, gunakan bahasa lembut yang cepat dipahami &amp; dimengerti.”</p>	<p>Pola komunikasi ini menekankan pentingnya <i>behavioral modeling</i> dan penggunaan <i>linguistic register</i> yang sesuai. Komunikasi yang disampaikan dengan tone yang suportif dan bahasa yang <i>comprehensible</i> memfasilitasi internalisasi nilai dan mengurangi <i>resistance</i> pada diri anak.</p>
<p>Penerimaan</p>	<p>“Orang tua harus menunjukkan</p>	<p>Pola komunikasi ini</p>

<p>tanpa Syarat (<i>Unconditional Positive Regard</i>)</p>	<p>sikap menerima, tidak menghakimi, dan selalu siap mendengarkan dengan penuh perhatian.”</p>	<p>merepresentasikan <i>unconditional positive regard</i> sebagai basis kelekatan emosional. Kondisi dimana anak merasa diterima secara utuh tanpa persyaratan merupakan prediktor utama bagi terbentuknya <i>open communication</i> dan <i>relational trust</i>.</p>
<p>Pendekatan Demokratis dan Pengakuan Otonomi</p>	<p>“Saling sharing dengan anak. Mendengarkan keluhan anak. Tidak menuntut apa yang dimau orang tua, tetapi mengikuti apa yang anak inginkan.”</p>	<p>Pola komunikasi ini mengalami pergeseran dari model transmisi linear menuju model dialogis partisipatoris. Dengan mengakui <i>agency</i> anak, orang tua menciptakan <i>relational equity</i> yang memfasilitasi perkembangan <i>self-determination</i> dan <i>self-efficacy</i> pada anak.</p>
<p>Penghargaan terhadap Individualitas</p>	<p>“Kurang bijak jika orang tua membandingkan anak dengan anak lain, apalagi dengan dirinya, walaupun tujuannya baik.</p>	<p>Pola komunikasi komparatif merepresentasikan <i>invalidation</i> terhadap</p>

	Kondisi tiap orang berbeda.”	<i>uniqueness</i> anak. Sebaliknya, komunikasi yang menghargai individualitas memperkuat <i>self-esteem</i> dan mendorong aktualisasi diri sesuai dengan potensi dan karakteristik intrinsik anak.
--	------------------------------	---

Berdasarkan analisis temuan, dapat disimpulkan bahwa keterbukaan (*self-disclosure*) anak merupakan fungsi dari kualitas komunikasi orang tua yang ditandai oleh dimensi afeksi dan dukungan psikologis. Konfigurasi pola komunikasi yang optimal terwujud melalui:

1. Komunikasi Resiprokal yang Responsif, dimana orang tua berperan sebagai *active listener* yang mampu memberikan *emotional validation* dan respon yang *non-evaluative*.
2. Pemberian Otonomi yang Terstruktur, melalui penetapan batasan yang jelas namun fleksibel, yang memungkinkan anak mengembangkan *self-regulation* sekaligus merasa dihargai.
3. Terbentuknya *psychological safety* sebagai syarat utama bagi keterbukaan anak dapat diwujudkan melalui penerapan *unconditional positive regard*, pendekatan tanpa perbandingan (*non-comparative approach*), serta penggunaan bahasa yang sarat dengan kehangatan emosional (*affective language use*).

Implikasi teoritis dari temuan ini mengukuhkan proposisi bahwa keterbukaan dalam relasi *parent-child* tidak terbentuk secara spontaneous, melainkan merupakan *output* dari lingkungan komunikasi yang mendukung. Pola komunikasi autoritatif yang memadukan *responsiveness* dan *demandingness* terbukti paling kondusif dalam menciptakan *secure attachment* dan memfasilitasi *open communication*. Suportif dan

penyuh kasih sayang berperan besar dalam perkembangan emosional anak. Anak yang tumbuh dengan komunikasi terbuka akan lebih mudah mengekspresikan perasaan, percaya diri, serta menjalin hubungan sosial yang sehat. Sebaliknya, jika pola asuh kaku dan tidak ada dukungan emosional, dapat menghambat perkembangan emosi (Dwistia et al., 2025).

Keterbukaan anak kepada orang tua sangat dipengaruhi oleh pola komunikasi dalam keluarga. Ketika orang tua mampu menjadi pendengar yang sabar, empatik, dan tidak bersikap menghakimi, anak akan merasa lebih nyaman untuk berbagi cerita. Sebaliknya, pola komunikasi yang cenderung membanding-bandingkan atau mengabaikan anak justru dapat menutup ruang keterbukaan. Dengan demikian, komunikasi yang suportif dan empatik menjadi kunci dalam membangun kehangatan serta kedekatan dalam hubungan keluarga.

Berdasarkan analisis temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa keterbukaan (*self-disclosure*) anak dalam hubungan orang tua dan anak merupakan respons terhadap kualitas komunikasi yang ditandai oleh afeksi dan dukungan psikologis. Pola komunikasi yang optimal terbentuk melalui tiga unsur utama: pertama, komunikasi timbal balik yang responsif, di mana orang tua berperan sebagai pendengar aktif yang mampu memberikan validasi emosional serta tanggapan yang tidak menghakimi; kedua, pemberian otonomi yang terarah melalui penetapan batasan yang jelas namun tetap fleksibel, sehingga mendorong anak belajar mengatur diri sekaligus merasa diakui sebagai pribadi yang mampu berpendapat dan ikut menentukan; ketiga, terciptanya rasa aman secara psikologis sebagai syarat utama, yang diwujudkan melalui penerimaan tanpa syarat, pendekatan tanpa perbandingan, dan penggunaan bahasa yang penuh kehangatan. Temuan ini menegaskan bahwa pola komunikasi otoritatif, yang memadukan sikap responsif dan tuntutan yang wajar, paling kondusif dalam membangun kelekatan yang aman (*secure attachment*) serta memfasilitasi komunikasi terbuka, di mana keterbukaan

anak bukanlah sesuatu yang muncul spontan, melainkan hasil dari lingkungan komunikasi yang konsisten mendukung.

## KESIMPULAN

Orang tua memiliki peran sentral dalam membangun komunikasi yang efektif dengan anak. Terlihat jelas bahwa cara orang tua menjalin komunikasi sehari-hari di rumah berpengaruh langsung pada keberanian anak untuk membuka diri. Anak yang tumbuh dalam suasana penuh tekanan dan perbandingan cenderung akan memilih diam dan tertutup, sementara anak yang merasa didengar dan di validasi perasaannya akan lebih nyaman menunjukkan perasaannya. Keseimbangan dalam memberi arahan (kontrol) dari orang tua, melibatkan anak dalam mengambil keputusan (inklusi), dan berdialog dengan empati (keterbukaan/kasih sayang) kunci utama terciptanya komunikasi yang sehat. Keluarga tidak hanya berfungsi sebagai tempat tinggal, tetapi juga menjadi ruang aman bagi setiap anak untuk berkembang menjadi pribadi yang terbuka, percaya diri, dan dapat membangun hubungan sosial yang positif.

## REFERENSI

- Achjar, K. A. H., Rusliyadi, M., Zaenurrosyid, A., Rumata, N. A., Nirwana, I., & Abadi, A. (2023). *Metode penelitian kualitatif: Panduan praktis untuk analisis data kualitatif dan studi kasus*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Anggraini, C., Ritonga, D. H., Kristina, L., Syam, M., & Kustiawan, W. (2022). Komunikasi interpersonal. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, 1(3), 337–342. <https://doi.org/10.37676/mude.v1i3.2611>
- Avitasari, I., & Sulistyarini, D. (2024). The role of family communication and parenting on children's social behavior. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 8(10), 1180–1185.
- Davies, K., Ross, N., Cocks, J., & Foote, W. (2023). Family inclusion in child protection: Knowledge, power and resistance. *Children and Youth Services Review*, 147, 106860.

- Destri, A. F., Ramdini, D., Kansa, M., Lailla, S., & Rustini, T. (2025). Peran orang tua dalam mengembangkan komunikasi interpersonal anak. *Dirasah: Jurnal Studi Ilmu dan Manajemen Pendidikan Islam*, 8(1), 65–75.
- Dwistia, H., Sindika, S., Iqtianti, H., & Ningsih, D. (2025). Peran lingkungan keluarga dalam perkembangan emosional anak. *Jurnal Parenting dan Anak*, 2(2), 9–9.
- Fadli, M. (2024). *Metode penelitian kombinasi (mixed method)*. Padang: CV. Gita Lentera.
- Fiantika, F. R., Wasil, M., Jumiyati, S., Honesti, L., Wahyuni, S., Mouw, E., ... & Ambarwati, K. (2022). *Metodologi penelitian kualitatif*. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi.
- Haki, U., & Prahastiwi, E. D. (2024). Strategi pengumpulan dan analisis data dalam penelitian kualitatif pendidikan. *Jurnal Inovasi dan Teknologi Pendidikan*, 3(1), 1–19.
- Hamsir, U. A., & Zelfia, Z. (2020). Pola komunikasi antara orang tua dengan anak dalam mengurangi penggunaan gadget pada SD Islam Terpadu Ar-Rahmah Makassar. *Respon Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ilmu Komunikasi*, 1(3).
- Kompas. (2024, 29 Agustus). Orangtua harus menjadi ruang aman untuk mencegah gangguan mental pada anak. *Kompas Lifestyle*.  
<https://lifestyle.kompas.com/read/2024/08/29/143700020/orangtua-harus-menjadi-ruang-aman-untuk-mencegah-gangguan-mental-pada-anak>
- Lufipahi H. Parnungkas, B. & Haikal, MP (2022) Komunikasi interpersonal antar orang tua dan anak terhadap karakter anak. *Jurnal Kampret*, 1 (2), 24-31.
- Mawaddah, L. (2025). Peran orang tua dalam komunikasi personal terhadap perkembangan bakat anak melalui kegiatan di Kampung Budaya Piji Wetan Desa Lau Kec. Dawe Kab. Kudus. *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(5b), 3755–3769.
- Nathanael, G. K. (2024). Pengaruh pola komunikasi orang tua dan anak terhadap pembentukan perilaku anak. *Governance: Jurnal Ilmiah Kajian Politik Lokal dan Pembangunan*, 10(3).

- Ruzea, I., Aliza, N., Afandes, M. F., & Yulianti, Y. (2023). Pengaruh pola komunikasi demokratis orang tua terhadap perkembangan interaksi sosial pada anak. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 7(2), 200–208.
- Saptamarsita, K. H., Suwartiningsih, S., & Herwandito, S. (2024). Analisis hubungan interpersonal anggota kelompok bakat minat FISKOM Music Club berdasarkan teori FIRO: Analysis of interpersonal relationships of FISKOM Music Club talent interest group members based on FIRO theory. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(5), 658–676.
- Sukarno, B. (2021). Pentingnya komunikasi keluarga dalam perkembangan anak. *Jurnal Ekonomi, Sosial & Humaniora*, 3(1), 1–9.
- Sulung, N., & Sakti, G. (2021). Komunikasi keluarga dan pola asuh dengan kecerdasan emosional anak usia 5–18 tahun. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 8(1), 1–11.
- Wau, H. A., Harefa, D., & Sarumaha, R. (2022). Analisis kemampuan penalaran matematis pada materi barisan dan deret siswa kelas XI SMK Negeri 1 Toma tahun pembelajaran 2020/2021. *Afore: Jurnal Pendidikan Matematika*, 1(1), 41–49.
- Yoanita, D. (2022). Pola komunikasi keluarga di mata Generasi Z. *Scriptura*, 12(1), 33–42.
- Yulianti, Astuti, M. T., & riayunda, L. T. (2023). Komunikasi keluarga sebagai sarana keharmonisan keluarga. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 4609–4617. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>