

# **POLA KOMUNIKASI ANAK KELUARGA DISFUNGSIONAL DI SURABAYA**

**Nancy Afresya HM.**

Prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Universitas Negeri Surabaya  
[nancyafresya@gmail.com](mailto:nancyafresya@gmail.com)

**Vinda Maya Setianingrum**

Prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Universitas Negeri Surabaya  
[vindasetianingrum@unesa.ac.id](mailto:vindasetianingrum@unesa.ac.id)

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsi di Kota Surabaya serta bagaimana pengalaman komunikasi tersebut memengaruhi cara anak berinteraksi di dalam dan di luar lingkungan keluarga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, dengan subjek penelitian anak yang berasal dari keluarga disfungsi yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, sedangkan analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi di dalam keluarga disfungsi ditandai oleh komunikasi satu arah, minim empati, dan kurangnya ruang dialog yang aman bagi anak, sehingga anak cenderung menahan emosi, menghindari konflik, dan membangun jarak emosional dengan orang tua. Sementara itu, di luar rumah anak menunjukkan pola komunikasi yang adaptif namun defensif, seperti selektif dalam membuka diri, kecenderungan menjadi pendengar, serta sensitivitas emosional yang tinggi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pola komunikasi keluarga disfungsi memiliki pengaruh jangka panjang terhadap pembentukan pola komunikasi anak, sehingga diperlukan upaya perbaikan komunikasi keluarga yang lebih empatik dan dialogis untuk mendukung perkembangan emosional dan sosial anak.

**Kata kunci:** pola komunikasi, anak, keluarga disfungsi, komunikasi keluarga, Surabaya

## **ABSTRACT**

*This study aims to analyze the communication patterns of children in dysfunctional families in Surabaya City and how these communication experiences influence children's interactions both within and outside the family environment. This research employed a qualitative descriptive approach, with participants selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, and analyzed using the interactive model of Miles and Huberman. The findings reveal that communication patterns within dysfunctional families are characterized by one-way communication, a lack of empathy, and limited safe spaces for children to express emotions, leading children to suppress feelings, avoid conflict, and develop emotional distance from their parents. Outside the home, children demonstrate adaptive yet defensive communication patterns, including selective self-disclosure, a tendency to act as listeners, and high emotional sensitivity. This study concludes that communication patterns in dysfunctional families have long-term effects on the development of children's communication behaviors, highlighting the importance of empathetic and dialogical family communication to support children's emotional and social development.*

**Keywords:** communication patterns, children, dysfunctional families, family communication, Surabaya

## Pendahuluan

Keluarga merupakan unit sosial paling dasar dan memiliki peran fundamental dalam membentuk perkembangan psikologis, sosial, dan emosional anak. Di dalam keluarga, proses komunikasi menjadi fondasi penting yang menentukan arah interaksi antaranggota keluarga. Komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai media pertukaran informasi, tetapi juga sarana untuk menanamkan nilai, membangun identitas diri, serta menciptakan lingkungan emosional yang aman bagi tumbuh kembang anak. Dalam konteks masyarakat modern, struktur keluarga mengalami dinamika yang signifikan akibat perubahan sosial, ekonomi, dan budaya, sehingga kualitas komunikasi dalam keluarga menjadi semakin krusial untuk diteliti (Zahra & Wulandari, 2022).

Perubahan sosial seperti urbanisasi, perkembangan gaya hidup individualistik, dan meningkatnya tekanan ekonomi membuat interaksi keluarga semakin kompleks. Ketika situasi eksternal ini tidak dapat dikelola dengan baik, pola komunikasi antaranggota keluarga dapat mengalami hambatan. Hambatan komunikasi sering muncul dalam bentuk minimnya keterbukaan, rendahnya empati antaranggota keluarga, atau adanya dominasi komunikasi oleh salah satu pihak (Fajariyah & M, 2024). Kondisi ini dapat mengurangi keharmonisan interaksi keluarga dan mengganggu fungsi sosial keluarga sebagai tempat pengasuhan yang sehat.

Dalam kajian ilmu komunikasi dan psikologi keluarga, muncul istilah *keluarga disfungsional*, yaitu keluarga yang gagal menjalankan fungsi-fungsi dasar secara optimal. Keluarga disfungsional umumnya ditandai oleh adanya konflik kronis, pola komunikasi yang tidak sehat, kurangnya kehangatan emosional, atau adanya kekerasan verbal maupun fisik. Keluarga seperti ini tidak memberi ruang aman bagi anak untuk mengekspresikan diri, sehingga pola komunikasi yang berkembang lebih banyak bersifat negatif, penuh ketegangan, atau bahkan terputus sama sekali (Septiani, 2021).

Anak yang tumbuh dalam keluarga

disfungsional kerap mengalami kondisi psikologis tertentu, seperti kecemasan, penurunan rasa percaya diri, dan kesulitan menjalin hubungan interpersonal. Salah satu faktor utama yang memengaruhi kondisi tersebut adalah kualitas komunikasi yang berlangsung di dalam keluarga (Hidayah, 2023). Pola komunikasi yang buruk dapat membentuk persepsi negatif anak terhadap dirinya maupun lingkungannya. Maka dari itu, mempelajari pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsional menjadi langkah penting untuk memahami dampak hubungan keluarga terhadap perkembangan anak (Hidayah, 2025).

Kajian mengenai pola komunikasi anak juga penting karena anak bukan sekadar penerima pesan, tetapi juga aktor aktif dalam proses komunikasi keluarga. Anak merespons, meniru, dan menyesuaikan diri dengan pola komunikasi yang dibentuk oleh orang tua. Ketika orang tua menunjukkan komunikasi yang agresif, penuh kritik, atau tidak responsif, anak cenderung mengembangkan strategi komunikasi defensif, tertutup, atau bahkan melawan. Pola komunikasi ini akan terbawa hingga anak berinteraksi dengan lingkungan luar, termasuk sekolah, teman sebaya, dan masyarakat (Mahmudah et al., 2020).

Fenomena keluarga disfungsional tidak hanya terjadi secara umum di Indonesia, tetapi juga ditemukan di kota-kota besar, termasuk Surabaya. Sebagai kota metropolitan terbesar kedua di Indonesia, Surabaya memiliki dinamika sosial yang kompleks akibat kepadatan penduduk, tuntutan pekerjaan yang tinggi, serta tekanan ekonomi yang dialami berbagai lapisan masyarakat. Kondisi ini berpotensi menimbulkan stres keluarga dan memengaruhi kualitas interaksi antaranggota keluarga, terutama antara orang tua dan anak. Hal ini menjadikan Surabaya sebagai lokasi penelitian yang relevan untuk mengkaji pola komunikasi dalam keluarga disfungsional (Karni, 2025).

Menurut laporan dari Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, dan Pengendalian Penduduk Kota Surabaya, pada periode Januari–Agustus 2023 terdapat 173 kasus kekerasan yang dilaporkan, termasuk 122 kasus kekerasan terhadap

anak dan di antaranya sejumlah kasus berkaitan dengan kekerasan dalam rumah tangga atau lingkungan keluarga. Data ini mencakup kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) terhadap anak serta kekerasan non-KDRT, sehingga menunjukkan kompleksitas persoalan komunikasi dan relasi keluarga yang tidak sehat di Surabaya. Selain itu, Surabaya merupakan kota dengan heterogenitas budaya dan tingkat urbanisasi tinggi. Keanekaragaman sosial dan budaya dapat memengaruhi pola pengasuhan serta gaya komunikasi dalam keluarga. Dalam keluarga disfungsional, perbedaan nilai budaya, tekanan sosial, dan gaya hidup modern yang serba cepat dapat memperburuk kemampuan keluarga dalam mengelola konflik, sehingga komunikasi antara orang tua dan anak menjadi semakin renggang. Kondisi ini mengindikasikan perlunya analisis yang lebih komprehensif mengenai bagaimana anak menyesuaikan pola komunikasinya di tengah kompleksitas kehidupan keluarga urban (Sagala, 2024).

Pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsional di Surabaya juga penting diteliti karena dapat menjadi dasar bagi penyusunan program intervensi sosial, pendidikan keluarga, dan pendampingan psikologis bagi anak maupun orang tua. Dengan memahami cara anak berkomunikasi, respons emosional mereka, serta strategi komunikasi yang mereka pilih dalam menghadapi konflik keluarga, pemerintah daerah, lembaga pendidikan, maupun organisasi sosial dapat merumuskan pendekatan yang tepat untuk memperbaiki kondisi komunikasi keluarga (Djayadin & Munastiwi, 2021).

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian mengenai pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsional di Surabaya menjadi sangat relevan dan penting dilakukan. Penelitian ini tidak hanya berkontribusi pada kajian akademik di bidang komunikasi dan psikologi keluarga, tetapi juga memberikan gambaran nyata tentang dinamika komunikasi yang terjadi pada anak-anak yang hidup dalam lingkungan keluarga disfungsional. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan mampu membantu membuka wawasan baru sekaligus menjadi dasar bagi perbaikan kualitas komunikasi keluarga sebagai fondasi penting bagi

tumbuh kembang anak secara emosional dan sosial (Immaniar, 2025)

Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memiliki peran fundamental dalam membentuk kepribadian, nilai, dan pola komunikasi seorang anak. Melalui interaksi yang berlangsung secara intens dan berkelanjutan di dalam keluarga, anak belajar mengenal cara mengekspresikan perasaan, menyampaikan pendapat, serta membangun hubungan dengan orang lain. Idealnya, keluarga menjadi ruang yang aman, suportif, dan penuh keterbukaan sehingga anak dapat tumbuh dengan sehat secara emosional dan sosial. Namun, kondisi ideal tersebut tidak selalu terwujud. Tidak sedikit keluarga yang mengalami disfungsi, baik akibat konflik berkepanjangan, perceraian, kekerasan dalam rumah tangga, masalah ekonomi, penyalahgunaan zat, maupun ketidakhadiran figur orang tua. Situasi ini berpotensi mengganggu proses komunikasi yang sehat dan berdampak langsung pada perkembangan anak (Tipani, 2025).

Keluarga disfungsional ditandai oleh pola relasi yang tidak harmonis, komunikasi yang tidak efektif, serta kegagalan anggota keluarga dalam menjalankan peran dan fungsinya secara optimal. Dalam keluarga semacam ini, komunikasi sering kali berlangsung secara satu arah, penuh tekanan, minim empati, atau bahkan diwarnai oleh kekerasan verbal dan nonverbal. Anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga disfungsional cenderung tidak memiliki ruang yang cukup untuk menyampaikan perasaan dan pikirannya secara bebas. Akibatnya, anak dapat mengembangkan pola komunikasi yang tertutup, agresif, pasif, atau ambivalen sebagai bentuk mekanisme bertahan diri terhadap situasi yang tidak aman secara emosional (Amalia, 2024).

Pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsional menjadi isu penting untuk dikaji karena komunikasi merupakan jembatan utama dalam pembentukan identitas diri dan kemampuan sosial anak. Anak yang terbiasa menghadapi komunikasi yang tidak sehat berisiko mengalami kesulitan dalam membangun relasi interpersonal di luar lingkungan keluarga, termasuk di sekolah dan masyarakat. Mereka dapat mengalami hambatan dalam mengelola emosi, rendahnya rasa percaya diri, serta kecenderungan menarik diri atau justru

menunjukkan perilaku bermasalah. Oleh karena itu, pemahaman mengenai bagaimana anak berkomunikasi dalam konteks keluarga disfungsi menjadi krusial untuk melihat dampak jangka panjang terhadap perkembangan psikologis dan sosial mereka (Safitri, 2023).

Surabaya sebagai salah satu kota metropolitan terbesar di Indonesia memiliki dinamika sosial yang kompleks. Urbanisasi, tekanan ekonomi, tuntutan pekerjaan, serta perubahan struktur keluarga turut memengaruhi kualitas hubungan dalam keluarga. Di tengah laju kehidupan perkotaan yang cepat, tidak sedikit keluarga yang mengalami tekanan internal yang berujung pada disfungsi komunikasi. Anak-anak di Surabaya tumbuh dalam realitas sosial yang beragam, mulai dari lingkungan keluarga yang suportif hingga keluarga yang sarat konflik dan ketidakstabilan. Kondisi ini menjadikan Surabaya sebagai konteks yang relevan untuk mengkaji pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsi, khususnya dalam melihat bagaimana faktor lingkungan perkotaan turut membentuk cara anak berinteraksi dan mengekspresikan diri (Wahwuni, 2023).

Penelitian mengenai pola komunikasi anak keluarga disfungsi di Surabaya diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai bentuk-bentuk komunikasi yang muncul, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta dampaknya terhadap kehidupan anak. Dengan memahami pola komunikasi tersebut, berbagai pihak seperti orang tua, pendidik, konselor, dan pembuat kebijakan dapat merancang pendekatan yang lebih tepat dalam mendampingi anak-anak yang berasal dari keluarga disfungsi. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada perbaikan perilaku anak, tetapi juga pada upaya membangun komunikasi yang lebih sehat dalam keluarga sebagai lingkungan utama tumbuh kembang anak. Dengan demikian, kajian ini memiliki urgensi akademik dan praktis dalam mendukung terciptanya generasi anak yang lebih tangguh secara emosional dan mampu berkomunikasi secara efektif di tengah tantangan kehidupan perkotaan (Manalu, 2025).

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologis yang bertujuan untuk menggali dan memahami secara mendalam makna pengalaman subjektif individu yang tumbuh dalam keluarga dengan pola komunikasi disfungsi. Pendekatan fenomenologi dipilih karena fokusnya bukan pada pengujian hipotesis, melainkan pada penggalian makna hidup partisipan berdasarkan narasi pengalaman yang mereka alami secara sadar. Menurut (Yuniza, Imardiani, & Pratama, 2022), pendekatan ini menekankan pemahaman esensi dari pengalaman manusia yang dialami secara sadar, sehingga sangat relevan untuk memahami bagaimana individu menginterpretasikan pola komunikasi dalam keluarganya, bagaimana pengalaman tersebut memengaruhi kemampuan mereka dalam menyusun dan menyampaikan narasi pribadi, serta bagaimana narasi tersebut membentuk identitas naratif mereka. Pendekatan ini dianggap paling tepat karena penelitian berfokus pada proses pemaknaan subjektif dari sudut pandang partisipan, termasuk emosi, persepsi, dan refleksi yang muncul selama mereka berada dalam lingkungan keluarga yang disfungsi secara komunikatif (Hudaibiyah, 2024).

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif fenomenologis yang bertujuan untuk mendeskripsikan secara rinci pengalaman partisipan dalam berkomunikasi di lingkungan keluarga disfungsi dan bagaimana pengalaman tersebut memengaruhi pembentukan narasi pribadi serta identitas diri mereka. Peneliti berperan sebagai instrumen utama yang mengumpulkan, menafsirkan, dan menganalisis data berdasarkan wawancara mendalam (Sugiyono, 2023). Penelitian dilakukan secara alamiah tanpa manipulasi variabel dan berlangsung di lingkungan yang relevan bagi partisipan, dengan fokus pada “apa” yang dialami dan “bagaimana” mereka memaknai pengalaman tersebut. Pendekatan fenomenologi ini memungkinkan munculnya temuan-temuan tematik berupa pola-pola atau struktur makna yang terkandung dalam narasi personal partisipan, sehingga peneliti dapat

menyusun deskripsi esensial mengenai pengaruh pola komunikasi keluarga disfungsi terhadap kemampuan naratif dan pembentukan identitas naratif individu (Mahsa, 2025).

Data utama penelitian ini bersifat kualitatif, berupa cerita, refleksi, dan pernyataan verbal dari partisipan mengenai pengalaman mereka dalam keluarga dengan pola komunikasi disfungsi. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dan dianalisis secara tematik untuk menemukan makna yang tersembunyi di balik narasi-narasi yang disampaikan. Sumber data primer terdiri dari wawancara mendalam dengan delapan orang partisipan berusia 18 hingga 22 tahun yang dipilih secara purposif berdasarkan kriteria: pernah mengalami atau sedang berada dalam situasi keluarga dengan pola komunikasi disfungsi seperti komunikasi tertutup, otoriter, tidak suportif, atau penuh konflik; bersedia menceritakan pengalaman pribadinya secara terbuka; dan tidak sedang menjalani perawatan psikologis intensif atau dalam kondisi krisis. Selain itu, data sekunder diperoleh dari kajian literatur berupa jurnal ilmiah, buku teori komunikasi dan psikologi perkembangan, tesis, disertasi, serta artikel ilmiah yang relevan, yang berfungsi memperkuat kerangka teoritik dan mendukung analisis data primer secara konseptual (Prasetyo, 2025).

Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan pendekatan semi-terstruktur. Peneliti menyusun sekitar 20 pertanyaan terbuka yang dirancang untuk mengarahkan partisipan mengungkapkan pengalaman secara naratif dan reflektif. Pertanyaan mencakup berbagai aspek utama, antara lain pola komunikasi dalam keluarga seperti keterbukaan, konflik, dan ekspresi emosi; pengalaman emosional dan psikologis selama masa tumbuh; persepsi terhadap diri sendiri dan anggota keluarga; kemampuan menyusun dan menceritakan kembali pengalaman pribadi; upaya membentuk identitas diri melalui refleksi masa lalu; serta hubungan interpersonal di luar keluarga dan peranannya dalam membentuk makna diri. Wawancara dilakukan secara daring melalui telepon dengan durasi antara 45 hingga 90 menit per partisipan, direkam dengan izin dan persetujuan, kemudian ditranskrip secara verbatim untuk analisis lebih lanjut.

Tabel. Data Narasumber

Inisial	Umur
GAKN	19
ADC	22
AS	21
KNN	22
JCS	21
DF	21
RP	20

N=7

Analisis data dilakukan dengan metode analisis tematik yang berlandaskan pada prinsip-prinsip fenomenologi. Tahapan analisis meliputi bracketing, yaitu menangguhkan prasangka dan asumsi peneliti agar fokus pada pengalaman yang diungkapkan partisipan; *horizontalization*, yakni mengidentifikasi pernyataan penting yang relevan dengan fenomena komunikasi keluarga disfungsi; *clustering of meaning*, yaitu mengelompokkan makna-makna tersebut ke dalam tema-tema utama yang menggambarkan pola komunikasi dan dampaknya terhadap narasi diri; *imaginative variation*, mencari variasi dan kemungkinan makna lain dari pengalaman yang sama untuk memperkaya pemahaman; dan *synthesis*, merangkai tema-tema menjadi deskripsi esensial yang menggambarkan pengalaman komunikatif narasumber dan pengaruhnya terhadap kemampuan bercerita serta pembentukan identitas naratif. Proses ini memungkinkan peneliti memahami struktur makna yang mendalam dan kompleks dari pengalaman subjektif partisipan (Sakdiyah, 2024).

Untuk menjaga validitas dan keabsahan data, penelitian ini menerapkan triangulasi sumber dengan membandingkan kesamaan dan perbedaan pengalaman antar narasumber, serta melakukan *member checking* dengan mengonfirmasi hasil temuan sementara kepada beberapa partisipan untuk memastikan interpretasi peneliti sesuai dengan makna yang mereka sampaikan. Pendekatan ini memperkuat kredibilitas temuan dan mengurangi bias subjektif. Selain itu, aspek etika penelitian sangat diperhatikan dengan memperoleh persetujuan informan sebelum wawancara, menjaga kerahasiaan identitas

narasumber, memberikan kebebasan bagi partisipan untuk menarik diri kapan saja tanpa konsekuensi, dan memastikan data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan akademik serta disimpan dengan aman sesuai standar perlindungan data pribadi.

Dengan metode penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang komprehensif dan mendalam mengenai pengalaman subjektif individu dewasa muda yang tumbuh dalam keluarga dengan pola komunikasi disfungsional, khususnya bagaimana pola komunikasi tersebut memengaruhi kemampuan mereka dalam menyusun narasi pribadi dan membentuk identitas naratif. Pendekatan fenomenologi yang digunakan sangat relevan untuk mengeksplorasi makna dan esensi pengalaman komunikasi yang kompleks dan membudaya dalam konteks keluarga, sehingga hasil penelitian dapat memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan ilmu komunikasi, konseling keluarga, dan intervensi psikososial yang lebih adaptif di masa depan.

Selain itu, kajian mengenai pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsional juga memiliki relevansi yang kuat dengan isu perlindungan anak dan kesejahteraan sosial. Anak sebagai kelompok rentan sering kali tidak memiliki kemampuan maupun posisi untuk menyuarakan pengalaman negatif yang mereka alami di dalam keluarga. Ketika komunikasi dalam keluarga tidak berjalan secara sehat, berbagai bentuk masalah seperti pengabaian emosional, kekerasan verbal, dan tekanan psikologis dapat berlangsung secara tersembunyi dan berkelanjutan. Kondisi ini menempatkan anak pada posisi yang rentan terhadap gangguan perkembangan emosional dan sosial, yang kerap tidak terdeteksi hingga menimbulkan dampak yang lebih serius.

Dalam konteks Surabaya, keberagaman latar belakang sosial, ekonomi, dan budaya keluarga menjadikan fenomena keluarga disfungsional memiliki karakteristik yang beragam pula. Anak-anak yang hidup di kawasan padat penduduk, lingkungan dengan tingkat stres tinggi, atau keluarga dengan keterbatasan sumber daya cenderung menghadapi tantangan komunikasi

yang lebih kompleks. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi teoritis dalam bidang ilmu komunikasi dan psikologi keluarga, tetapi juga menjadi dasar bagi perumusan kebijakan dan program intervensi yang lebih sensitif terhadap kebutuhan anak. Dengan memahami realitas komunikasi yang dialami anak dalam keluarga disfungsional, upaya pencegahan dan pendampingan dapat dilakukan secara lebih tepat sasaran dan berkelanjutan.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Hasil**

#### **1. Pola Komunikasi Anak dalam Keluarga Disfungsional di Dalam Rumah**

Pola komunikasi anak di dalam rumah pada keluarga disfungsional menunjukkan kecenderungan komunikasi yang tidak seimbang antara orang tua dan anak. Dalam situasi ini, komunikasi lebih banyak didominasi oleh orang tua sebagai pemegang otoritas, sementara anak berada pada posisi subordinat yang cenderung pasif. Anak tidak memiliki ruang yang cukup untuk mengemukakan pendapat, perasaan, maupun kebutuhan emosionalnya. Komunikasi yang terjadi lebih bersifat instruktif dan normatif, bukan dialogis (Fadhilah & Musthofa, 2022). Kondisi ini menyebabkan komunikasi kehilangan fungsi utamanya sebagai sarana pertukaran makna dan pemahaman bersama, serta berubah menjadi alat kontrol perilaku. Anak akhirnya memaknai komunikasi di rumah bukan sebagai ruang aman untuk berbagi, melainkan sebagai situasi yang harus dihadapi dengan kehati-hatian. Adapun pola komunikasi anak dalam keluarga disungsional dalam rumah dapat digambarkan dengan bagan berikut

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang tumbuh dalam keluarga disfungsional mengalami pola komunikasi yang cenderung bersifat satu arah dan minim respons empatik dari orang tua. Anak sering kali berupaya

menyampaikan perasaan lelah, sedih, atau tekanan emosional yang mereka alami dalam kehidupan sehari-hari. Namun, upaya tersebut tidak direspons dengan penerimaan atau pemahaman, melainkan dengan penyangkalan, pembandingan, maupun penilaian normatif yang meremehkan pengalaman emosional anak. Salah satu informan mengungkapkan, *“Kalau aku cerita capek atau sedih, jawabannya selalu ‘kamu itu kurang bersyukur’, jadi aku ngerasa perasaanku nggak penting”* (Dhea, 20 tahun). Pengalaman komunikasi semacam ini membuat anak merasa bahwa keberadaannya hanya diakui secara struktural sebagai anggota keluarga, tetapi tidak diakui secara emosional sebagai individu yang memiliki perasaan dan kebutuhan psikologis.

Selain itu, konflik yang terjadi dalam keluarga disfungsional memperlihatkan pola komunikasi yang tidak sehat dan tidak berorientasi pada penyelesaian masalah. Konflik sering muncul dalam bentuk pertengkaran verbal dengan nada suara tinggi, ekspresi kemarahan yang tidak terkontrol, serta sikap saling menyalahkan antar anggota keluarga. Namun, konflik tersebut jarang diikuti dengan dialog terbuka atau proses klarifikasi yang melibatkan anak. Anak tidak diajak untuk memahami akar permasalahan maupun diberi ruang untuk menyampaikan pandangannya. Setelah konflik terjadi, suasana rumah justru diwarnai oleh keheningan yang tegang dan penuh jarak emosional. Salah satu informan menyatakan, *“Kalau habis bertengkar, semua diem, tapi suasananya berat, nggak ada yang ngajak ngomong buat beresin”* (Alifia, 21 tahun). Kondisi ini membuat anak terbiasa berada dalam situasi emosional yang tidak menentu tanpa adanya kejelasan atau resolusi.

Situasi komunikasi yang penuh ketegangan tersebut berdampak pada meningkatnya kewaspadaan anak saat berada di rumah. Anak menjadi sangat berhati-hati dalam memilih kata, mengatur nada suara, serta menentukan waktu yang dianggap aman untuk berbicara. Setiap bentuk komunikasi

dipertimbangkan secara matang agar tidak memicu kemarahan, kesalahpahaman, atau konflik baru dengan orang tua. Salah satu informan mengungkapkan, *“Di rumah itu ngomong harus mikir berkali-kali, salah dikit bisa jadi masalah”* (Ade, 22 tahun). Hal ini menunjukkan bahwa rumah tidak lagi dipersepsikan sebagai tempat yang memberikan rasa aman secara psikologis, melainkan sebagai ruang yang menuntut strategi komunikasi tertentu demi menjaga stabilitas hubungan.

Akibat tekanan komunikasi yang berlangsung secara terus-menerus, anak cenderung mengembangkan kebiasaan menahan emosi dan memilih untuk diam. Anak menginternalisasi pengalaman sebelumnya bahwa berbicara atau mengungkapkan perasaan tidak menghasilkan perubahan positif, bahkan sering berujung pada konflik atau disalahkan. Diam kemudian dipersepsikan sebagai bentuk perlindungan diri yang paling aman. Seorang informan menyampaikan, *“Aku lebih milih diem daripada jelasin panjang lebar tapi ujungnya disalahin”* (Jenny, 21 tahun). Kebiasaan ini menjadi pola komunikasi yang menetap dan membentuk cara anak berinteraksi, baik di dalam keluarga maupun di lingkungan sosial lainnya.

Hubungan emosional antara anak dan orang tua dalam keluarga disfungsional juga menunjukkan adanya jarak yang cukup signifikan. Anak merasa memiliki posisi sebagai anggota keluarga secara formal, namun tidak merasakan kedekatan emosional yang hangat atau penuh kelekatan. Interaksi yang terjadi lebih banyak bersifat fungsional dan normatif, tanpa adanya keterbukaan emosional. Salah satu informan menyebutkan, *“Secara status aku anak, tapi secara perasaan aku nggak dekat”* (Dhea, 20 tahun). Kondisi ini mencerminkan adanya keterputusan emosional yang berlangsung dalam jangka panjang.

Penelitian ini juga menemukan adanya ketimpangan komunikasi antara figur ayah dan ibu. Sebagian besar informan menyampaikan bahwa komunikasi dengan ibu relatif lebih terbuka dan memungkinkan terjadinya percakapan, meskipun tetap dalam batasan

tertentu. Sebaliknya, ayah dipersepsikan sebagai figur yang kaku, otoriter, dan sulit didekati secara emosional. Hal ini membuat anak enggan memulai komunikasi dengan ayah. Salah satu informan menyatakan, *“Kalau sama ayah itu rasanya kayak bicara sama tembok, jadi aku jarang ngomong”* (Alifia, 21 tahun). Ketimpangan ini semakin membatasi akses anak terhadap dukungan emosional yang seharusnya diperoleh dari kedua orang tua.

Selain itu, cara orang tua dalam menyampaikan kritik dan nasihat juga menjadi temuan penting. Kritik sering disampaikan dengan nada tinggi, sindiran, atau perbandingan dengan anak lain, sehingga pesan yang disampaikan tidak diterima sebagai bentuk bimbingan. Anak justru merasa diserang secara personal dan direndahkan. Salah satu informan mengungkapkan, *“Kalau dikritik itu bukan dijelasin, tapi langsung nyindir atau ninggiin suara”* (Ade, 22 tahun). Pola komunikasi ini meninggalkan luka emosional dan memperkuat kecenderungan anak untuk menarik diri.

## 2. Pola Komunikasi Anak dalam Keluarga Disfungsional di Luar Rumah

Pola komunikasi anak dari keluarga disfungsional di luar rumah memperlihatkan bentuk adaptasi sosial yang kompleks sebagai respons atas pengalaman komunikasi yang tidak aman di lingkungan keluarga. Di luar rumah, anak tidak serta-merta menjadi individu yang bebas dan terbuka, melainkan membangun pola komunikasi yang penuh perhitungan. Lingkungan seperti sekolah, kampus, tempat kerja, maupun komunitas pertemanan dipersepsikan sebagai ruang alternatif untuk berinteraksi, namun tetap disikapi dengan kehati-hatian emosional. Anak memanfaatkan komunikasi di luar rumah sebagai sarana untuk memenuhi kebutuhan sosial yang tidak terpenuhi di rumah, tetapi dalam batas-batas tertentu yang mereka anggap aman secara psikologis. Pola komunikasi anak dalam Keluarga Disfungsional di Luar Rumah dapat dilihat pada bagan berikut:

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak dari keluarga disfungsional cenderung merasa lebih nyaman berkomunikasi dengan teman sebaya dibandingkan dengan anggota keluarganya. Relasi pertemanan dipersepsikan tidak dibingkai oleh struktur kekuasaan seperti dalam keluarga, sehingga anak merasa lebih bebas mengekspresikan diri tanpa rasa takut akan penghakiman. Teman dipandang sebagai individu yang setara dan lebih memungkinkan terjadinya respons empatik. Salah satu informan menyampaikan, *“Kalau sama teman itu rasanya lebih bebas, nggak takut salah ngomong”* (Jenny, 21 tahun). Namun demikian, keterbukaan tersebut tidak bersifat menyeluruh, karena anak tetap menyaring informasi yang dibagikan dan hanya membuka diri pada teman tertentu yang dianggap aman secara emosional.

Selektivitas komunikasi menjadi ciri yang sangat menonjol dalam interaksi sosial anak. Anak tidak mudah membangun kedekatan emosional dengan orang baru dan membutuhkan waktu yang relatif lama untuk menumbuhkan rasa percaya. Pengalaman komunikasi di dalam keluarga membuat anak belajar bahwa keterbukaan emosional berisiko menimbulkan konflik atau penolakan. Salah satu informan mengungkapkan, *“Aku susah percaya sama orang, karena pengalaman di rumah bikin aku takut cerita”* (Dhea, 20 tahun). Sikap selektif ini mencerminkan mekanisme perlindungan diri yang berkembang secara bertahap.

Di luar rumah, anak sering membangun citra diri yang berbeda dengan kondisi emosional yang sebenarnya. Anak berusaha menampilkan diri sebagai individu yang ceria, mandiri, dan tidak memiliki masalah, meskipun di dalam dirinya terdapat tekanan emosional yang cukup besar. Upaya ini dilakukan untuk menghindari pertanyaan personal yang dapat membuka pengalaman keluarga yang menyakitkan. Seorang informan menyatakan, *“Aku nggak mau orang lain tahu masalah keluargaku, jadi aku harus kelihatan kuat”* (Ade, 22 tahun). Pola ini menunjukkan bahwa komunikasi digunakan sebagai alat pengendalian identitas sosial.

Pengalaman komunikasi satu arah di dalam keluarga turut memengaruhi peran anak dalam interaksi sosial. Anak terbiasa menempatkan diri sebagai pendengar yang baik dan lebih fokus pada kebutuhan emosional orang lain dibandingkan kebutuhannya sendiri. Dalam percakapan, anak lebih sering mendengarkan cerita teman dan memberikan dukungan, namun jarang membicarakan persoalan pribadinya secara mendalam. Salah satu informan mengatakan, *“Aku lebih nyaman dengerin orang cerita daripada cerita tentang diriku”* (Alifia, 21 tahun). Peran ini mencerminkan internalisasi posisi pasif yang terbentuk sejak di lingkungan keluarga.

Sensitivitas emosional yang tinggi juga menjadi karakteristik komunikasi anak di luar rumah. Anak sangat peka terhadap perubahan ekspresi wajah, nada bicara, maupun sikap orang lain. Kepekaan ini berkembang karena anak terbiasa membaca situasi emosional orang tua di rumah untuk menghindari konflik. Seorang informan menyampaikan, *“Aku gampang ngerasa salah kalau orang lain tiba-tiba berubah sikap”* (Dhea, 20 tahun). Sensitivitas ini membuat anak cenderung berhati-hati dalam setiap interaksi sosial.

Dalam menghadapi konflik sosial, anak dari keluarga disfungsional cenderung menghindari konfrontasi langsung. Anak lebih memilih mengalah, diam, atau menjauh daripada menyampaikan perasaan secara terbuka. Salah satu informan menyatakan, *“Kalau ada masalah sama teman, aku lebih milih ngalah daripada ribut”* (Jenny, 21 tahun). Pola ini menunjukkan bahwa anak belum memiliki strategi komunikasi asertif yang kuat dalam menghadapi perbedaan pendapat.

Meskipun demikian, lingkungan luar rumah juga berfungsi sebagai ruang pembelajaran komunikasi yang lebih positif. Melalui interaksi dengan teman, dosen, atau rekan kerja yang suportif, anak mulai mengenal bentuk komunikasi yang lebih empatik dan saling menghargai. Beberapa informan menyatakan bahwa mereka perlahan belajar mengungkapkan perasaan tanpa rasa takut

berlebihan. *“Pelan-pelan aku belajar kalau cerita itu nggak selalu berakhir dengan dimarahin”* (Ade, 22 tahun).

Namun, proses tersebut tidak berlangsung secara linear. Anak masih mengalami konflik batin antara keinginan untuk terbuka dan rasa takut akan penolakan. Setiap upaya membuka diri sering disertai kecemasan bahwa pengalaman negatif di masa lalu akan terulang. Salah satu informan mengungkapkan, *“Kadang pengen jujur, tapi takut responnya nggak sesuai harapan”* (Alifia, 21 tahun). Hal ini menunjukkan bahwa dampak komunikasi disfungsional dalam keluarga bersifat jangka panjang.

Dalam relasi yang lebih intim, seperti persahabatan dekat atau hubungan romantis, anak cenderung sangat berhati-hati dalam mengekspresikan emosi. Anak menjaga jarak emosional sebagai bentuk antisipasi terhadap kemungkinan konflik atau kekecewaan. Meskipun secara sosial terlihat mampu menjalin hubungan, secara emosional anak tetap membangun batasan yang ketat. Pola komunikasi anak dari keluarga disfungsional di luar rumah bersifat adaptif, selektif, dan defensif. Anak mampu berfungsi secara sosial, namun tetap membawa beban emosional dari pengalaman komunikasi yang tidak sehat di dalam keluarga. Lingkungan luar rumah menjadi ruang pelarian sekaligus ruang pembelajaran, tetapi juga arena negosiasi dengan luka masa lalu.

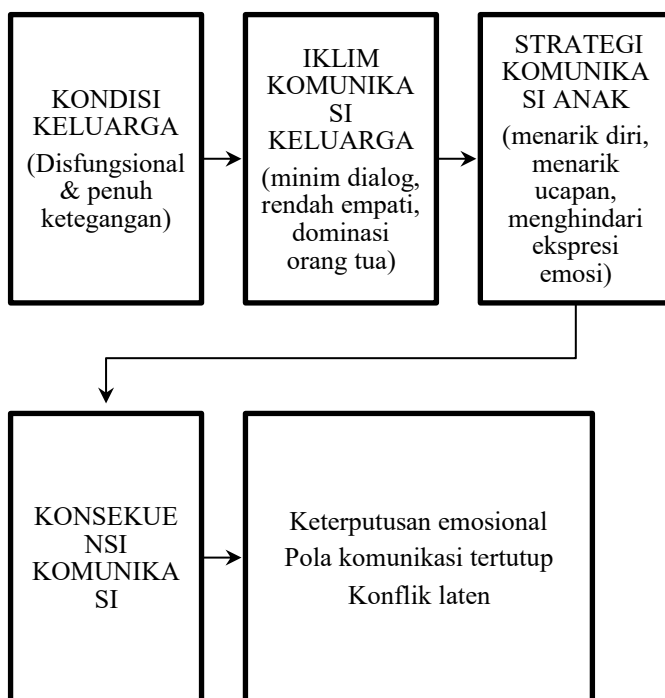
## Pembahasan

### 1. Pola Komunikasi Anak dalam Keluarga Disfungsional di Dalam Rumah

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pola komunikasi dalam keluarga disfungsional tidak menyediakan ruang yang aman bagi anak untuk mengekspresikan emosi dan kebutuhan psikologisnya. Minimnya komunikasi dua arah serta tidak adanya respons empatik dari orang tua memperkuat pandangan Abidin (2022) yang menyatakan bahwa penyangkalan

terhadap emosi anak dapat membentuk keyakinan bahwa perasaan mereka tidak valid dan tidak layak untuk diungkapkan. Ketika pengalaman emosional anak terus-menerus diabaikan, anak belajar bahwa mengungkapkan emosi merupakan tindakan yang tidak bermanfaat dan berisiko.

Pola konflik keluarga yang tidak disertai dengan penyelesaian yang konstruktif sebagaimana ditemukan dalam penelitian ini sejalan dengan temuan Anjani et al. (2024). Konflik yang berakhir pada keheningan menciptakan ketegangan emosional berkepanjangan dan membentuk iklim keluarga yang tidak kondusif bagi perkembangan psikologis anak. Anak tidak memperoleh model penyelesaian konflik yang sehat, sehingga konflik dipersepsikan sebagai sesuatu yang harus dihindari, bukan dihadapi melalui dialog terbuka.



Kewaspadaan tinggi anak dalam berkomunikasi mencerminkan hilangnya

rasa aman psikologis di lingkungan keluarga. Dalam perspektif teori keamanan emosional, lingkungan keluarga yang tidak stabil secara emosional mendorong anak untuk mengembangkan strategi bertahan hidup, seperti mengontrol ucapan dan ekspresi diri secara berlebihan. Strategi ini berfungsi untuk meminimalkan risiko konflik, namun dalam jangka panjang dapat menghambat spontanitas dan keaslian ekspresi diri anak.

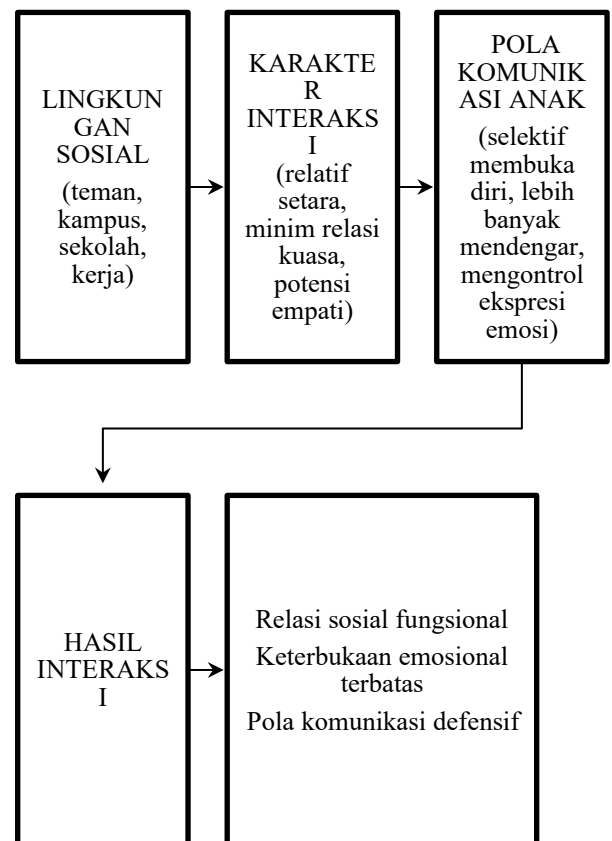
Kebiasaan menahan emosi dan memilih diam yang ditunjukkan oleh informan dapat dipahami sebagai mekanisme coping yang bersifat maladaptif. Fajariyah dan M (2024) menjelaskan bahwa penekanan emosi yang berlangsung dalam jangka panjang dapat menghambat perkembangan regulasi emosi dan meningkatkan risiko masalah psikologis, seperti kesulitan mengenali perasaan sendiri dan ketidakmampuan mengekspresikan emosi secara sehat dalam hubungan interpersonal.

Ketimpangan komunikasi antara ayah dan ibu dalam keluarga disfungsional memperkuat temuan Andini Hardiningrum et al. (2024) yang menyatakan bahwa figur ayah sering dipersepsikan sebagai otoriter dan kurang terlibat secara emosional. Kurangnya kedekatan emosional dengan ayah membuat anak kehilangan salah satu sumber dukungan psikologis yang penting, sehingga rasa keterasingan dalam keluarga semakin menguat.

Cara penyampaian kritik yang bersifat menyalahkan dan merendahkan memperkuat konsep komunikasi disfungsional. Tipani et al. (2025) menegaskan bahwa komunikasi yang tidak empatik dan bersifat menyerang dapat membentuk konsep diri negatif serta pola hubungan yang defensif pada anak. Anak menjadi lebih fokus pada upaya melindungi diri daripada membangun relasi yang terbuka dan sehat.

## 2. Pola Komunikasi Anak dalam Keluarga Disfungsional di Luar Rumah

Pembahasan ini berangkat dari temuan bahwa pola komunikasi anak dari keluarga disfungsional terbentuk melalui pengalaman relasional yang berlangsung secara berulang dan konsisten sejak masa kanak-kanak. Keluarga sebagai lingkungan sosial pertama seharusnya menjadi ruang aman bagi anak untuk belajar mengekspresikan emosi, menyampaikan kebutuhan, serta membangun makna terhadap relasi interpersonal. Namun, dalam keluarga disfungsional, komunikasi justru sering kali kehilangan fungsi dasarnya sebagai sarana pemahaman dan kelekatan emosional. Komunikasi lebih banyak hadir dalam bentuk kontrol, kritik, atau respons yang tidak empatik, sehingga anak memaknainya sebagai sumber tekanan psikologis. Kondisi ini mendorong anak untuk mengembangkan pola komunikasi adaptif yang bertujuan melindungi diri dari potensi luka emosional (Rizky,2025).



Temuan bahwa anak merasa lebih nyaman berkomunikasi dengan teman sebaya menunjukkan adanya pergeseran sumber keamanan emosional dari keluarga ke lingkungan sosial di luar rumah. Relasi pertemanan dipersepsikan lebih setara dan tidak dibingkai oleh hierarki kekuasaan sebagaimana relasi orang tua-anak. Dalam perspektif teori kelekatan, kondisi ini dapat dipahami sebagai upaya anak mencari figur alternatif yang mampu memberikan respons empatik dan konsisten. Namun, meskipun anak tampak lebih terbuka dengan teman, keterbukaan tersebut tetap bersifat selektif. Anak tidak sepenuhnya melepaskan kewaspadaan emosional, karena pengalaman masa lalu mengajarkan bahwa keterbukaan dapat berujung pada penolakan atau konflik.

Selektivitas komunikasi yang ditunjukkan anak mencerminkan mekanisme coping yang berkembang sebagai respons terhadap pengalaman komunikasi disfungsional di dalam keluarga. Anak belajar menyaring informasi yang dibagikan dan hanya membuka diri kepada individu yang dianggap aman secara emosional. Dalam jangka pendek, strategi ini membantu anak menjaga stabilitas emosional. Namun, dalam jangka panjang, selektivitas berlebihan berpotensi membatasi kemampuan anak dalam membangun kelekatan yang mendalam dan saling percaya. Anak berada dalam dilema antara kebutuhan untuk terhubung dan kebutuhan untuk melindungi diri, sehingga hubungan sosial yang dibangun sering kali bersifat fungsional, bukan emosional.

Pembentukan citra diri yang berbeda di luar rumah juga menjadi temuan penting dalam penelitian ini. Anak berusaha menampilkan diri sebagai pribadi yang kuat, ceria, dan mandiri, meskipun di baliknya terdapat beban emosional yang signifikan. Dalam kajian komunikasi interpersonal, fenomena ini dapat dipahami sebagai bentuk manajemen impresi, di mana individu mengontrol informasi tentang dirinya demi mempertahankan penerimaan sosial. Pada anak dari keluarga disfungsional, strategi ini tidak hanya bertujuan menjaga citra, tetapi juga berfungsi sebagai benteng psikologis untuk mencegah masuknya pertanyaan atau interaksi yang berpotensi membuka luka lama.

Pengalaman komunikasi satu arah yang dialami anak di dalam keluarga turut membentuk peran komunikasi mereka di luar rumah. Anak terbiasa menempatkan diri sebagai pendengar yang baik, memberikan dukungan emosional kepada

orang lain, namun mengabaikan kebutuhan emosional dirinya sendiri. Pola ini menunjukkan internalisasi posisi pasif yang terbentuk sejak anak tidak diberi ruang untuk menyuarakan perasaan di dalam keluarga. Meskipun peran ini sering dipersepsikan positif oleh lingkungan sosial, dalam jangka panjang dapat mengarah pada kelelahan emosional dan ketidakseimbangan relasi interpersonal.

Sensitivitas emosional yang tinggi merupakan karakteristik lain yang menonjol dalam pola komunikasi anak. Kepekaan terhadap perubahan ekspresi, nada suara, dan sikap orang lain berkembang sebagai hasil dari kebutuhan anak untuk membaca situasi emosional orang tua di rumah. Dalam konteks keluarga disfungsional, kemampuan membaca situasi menjadi alat bertahan hidup. Namun, ketika pola ini terbawa ke lingkungan sosial yang lebih luas, anak berisiko mengalami kecemasan sosial dan kecenderungan overthinking, karena terus-menerus memantau respons orang lain secara berlebihan (Zahra & Wulandari, 2022).

Kecenderungan anak menghindari konflik di luar rumah juga mencerminkan kurangnya model resolusi konflik yang sehat dalam keluarga. Konflik di dalam keluarga disfungsional sering kali tidak diselesaikan melalui dialog terbuka, melainkan dihindari atau ditekan. Akibatnya, anak tidak memiliki referensi mengenai cara menyampaikan ketidaksetujuan secara asertif. Dalam interaksi sosial, anak lebih memilih mengalah atau menarik diri demi menjaga stabilitas hubungan. Pola ini dapat menghambat perkembangan kemampuan komunikasi asertif dan melemahkan batasan diri anak dalam relasi interpersonal.

Meskipun demikian, lingkungan di

luar keluarga memiliki peran penting sebagai faktor protektif dalam perkembangan komunikasi anak. Interaksi dengan teman, dosen, guru, atau rekan kerja yang menunjukkan sikap empatik dan suportif dapat menjadi pengalaman korektif yang membantu anak membangun pemaknaan baru tentang komunikasi. Melalui pengalaman ini, anak mulai menyadari bahwa keterbukaan emosional tidak selalu berujung pada penolakan. Namun, proses pembelajaran ini tidak berlangsung secara linear. Anak masih membawa memori emosional dari pengalaman komunikasi di rumah, sehingga setiap upaya membuka diri sering disertai kecemasan dan keraguan (Judodihardjo, 2024).

Dalam hubungan yang lebih intim, seperti persahabatan dekat atau hubungan romantis, kehati-hatian emosional anak semakin terlihat. Anak cenderung membangun tembok emosional untuk menghindari ketergantungan yang dianggap berisiko. Hal ini sejalan dengan temuan Djayadin dan Munastiwi (2021) yang menyatakan bahwa individu dengan pengalaman relasi keluarga yang tidak aman cenderung mengalami kesulitan dalam membangun kelekatan emosional yang stabil. Anak menjaga jarak bukan karena tidak membutuhkan kedekatan, melainkan karena takut kehilangan kontrol emosional.

Ketika anak mulai menerapkan aspek sosial dan budaya perkotaan juga turut memengaruhi dinamika komunikasi anak dari keluarga disfungsional. Tekanan hidup di kota besar, seperti tuntutan ekonomi, kesibukan orang tua, dan minimnya waktu berkualitas dalam keluarga, memperparah disfungsi komunikasi. Pola komunikasi dalam keluarga menjadi semakin fungsional dan instrumental, berfokus pada perintah dan kewajiban, bukan dialog empatik. Kondisi

ini memperkuat pola komunikasi satu arah dan mempersempit ruang ekspresi anak (Maulidya, 2023).

Pembahasan ini menegaskan bahwa pola komunikasi anak dari keluarga disfungsional merupakan hasil interaksi kompleks antara pengalaman keluarga, lingkungan sosial, dan konteks budaya. Pola komunikasi yang terbentuk bersifat adaptif, selektif, dan defensif. Meskipun anak mampu berfungsi secara sosial, luka komunikasi dari keluarga tetap memengaruhi cara anak mengekspresikan diri, membangun kepercayaan, dan menjalin hubungan. Oleh karena itu, upaya intervensi perlu diarahkan tidak hanya pada penguatan kapasitas individu anak, tetapi juga pada perbaikan sistem komunikasi keluarga melalui konseling keluarga, edukasi pola asuh, serta dukungan lingkungan sosial yang berkelanjutan. Dengan pendekatan yang komprehensif, anak memiliki peluang lebih besar untuk mengembangkan pola komunikasi yang lebih sehat, reflektif, dan bermakna di masa depan.

Pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsional merupakan cerminan dari kondisi relasi yang tidak sehat antara anggota keluarga, khususnya antara orang tua dan anak, yang ditandai oleh kurangnya keterbukaan, kehangatan emosional, serta konsistensi dalam penyampaian pesan. Keluarga disfungsional umumnya ditandai oleh konflik berkepanjangan, kekerasan verbal maupun nonverbal, pengabaian emosional, pola asuh yang tidak seimbang, hingga peran orang tua yang tidak berjalan sebagaimana mestinya. Dalam kondisi tersebut, anak sering kali berada pada posisi yang rentan karena tidak memiliki ruang aman untuk mengekspresikan perasaan, kebutuhan, maupun pendapatnya secara bebas. Komunikasi yang terjadi

cenderung bersifat satu arah, otoriter, penuh kritik, atau bahkan manipulatif, sehingga anak terbiasa menerima pesan yang kontradiktif dan membingungkan. Akibatnya, anak mengembangkan pola komunikasi defensif, pasif, atau agresif sebagai bentuk mekanisme perlindungan diri. Pada beberapa kasus, anak memilih untuk diam dan menarik diri karena merasa bahwa setiap upaya komunikasi tidak akan didengar atau justru akan berujung pada konflik baru. Sikap ini membentuk pola komunikasi tertutup, di mana anak menyimpan emosi negatif seperti marah, takut, dan kecewa tanpa mampu menyalurkannya secara sehat. Sebaliknya, terdapat pula anak yang mengembangkan pola komunikasi agresif, seperti membantah, berteriak, atau bersikap provokatif, sebagai hasil internalisasi dari model komunikasi orang tua yang penuh kemarahan dan dominasi.

Pola ini menunjukkan bahwa anak belajar berkomunikasi bukan dari nasihat verbal, melainkan dari contoh nyata yang ia lihat dan alami setiap hari di lingkungan keluarga. Selain itu, dalam keluarga disfungsional sering terjadi distorsi peran komunikasi, di mana anak diposisikan sebagai penengah konflik orang tua, pendengar masalah orang dewasa, atau bahkan pengganti peran emosional salah satu orang tua. Kondisi ini membuat anak mengalami beban psikologis yang berat dan memengaruhi cara ia berkomunikasi, baik di dalam maupun di luar rumah. Anak menjadi terlalu berhati-hati dalam berbicara, cenderung *people-pleasing*, atau sebaliknya menjadi tidak percaya pada orang lain. Ketidakkonsistenan pesan juga menjadi ciri khas komunikasi dalam keluarga disfungsional, misalnya orang tua yang menuntut kejujuran tetapi memberikan hukuman ketika anak berkata jujur, sehingga anak belajar bahwa berkata jujur tidak selalu aman.

Pola komunikasi seperti ini

berdampak jangka panjang terhadap perkembangan kepribadian dan kemampuan sosial anak, termasuk rendahnya kepercayaan diri, kesulitan membangun hubungan interpersonal, serta gangguan dalam regulasi emosi. Di lingkungan luar rumah, seperti sekolah dan pergaulan sosial, anak dari keluarga disfungsional sering menunjukkan kesulitan dalam menyampaikan pendapat, memahami batasan komunikasi, atau mengekspresikan emosi secara proporsional. Dengan demikian, pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsional tidak hanya mencerminkan dinamika internal keluarga, tetapi juga berkontribusi besar terhadap pembentukan karakter, cara berpikir, dan kualitas relasi sosial anak di masa depan. Oleh karena itu, pemahaman terhadap pola komunikasi ini menjadi penting sebagai dasar untuk intervensi yang tepat, baik melalui pendampingan keluarga, konseling, maupun pendidikan pola komunikasi yang sehat, agar anak dapat memutus mata rantai disfungsi komunikasi dan tumbuh menjadi individu yang mampu berkomunikasi secara asertif, empatik, dan sehat (Hanifah, 2020).

Pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsional merupakan hasil dari interaksi keluarga yang tidak berjalan secara harmonis dan sehat, di mana fungsi dasar keluarga sebagai ruang aman untuk bertukar pikiran, perasaan, dan nilai tidak terpenuhi secara optimal. Keluarga disfungsional sering ditandai oleh konflik yang berulang, kurangnya keterbukaan, komunikasi yang sarat emosi negatif, serta ketidakhadiran peran orang tua secara emosional maupun psikologis. Dalam kondisi tersebut, komunikasi tidak lagi berfungsi sebagai sarana membangun kedekatan, melainkan menjadi alat kontrol, pelampiasan emosi, atau bahkan sumber tekanan bagi anak. Anak sebagai pihak yang paling rentan sering kali tidak

memiliki posisi tawar dalam proses komunikasi, sehingga suara dan kebutuhannya kerap diabaikan.

Dalam keluarga disfungsional, komunikasi antara orang tua dan anak cenderung berlangsung secara satu arah dan bersifat otoriter, di mana anak lebih sering diperintah, disalahkan, atau dikritik tanpa diberi kesempatan untuk menjelaskan perasaan maupun pandangannya. Pola komunikasi seperti ini membentuk pengalaman komunikasi yang tidak aman bagi anak, sehingga anak belajar untuk membatasi ekspresi diri sebagai upaya menghindari konflik. Akibatnya, anak mengembangkan pola komunikasi pasif, tertutup, dan penuh kehati-hatian. Anak menjadi terbiasa menyimpan emosi negatif seperti takut, sedih, dan marah, karena merasa bahwa mengungkapkan perasaan justru akan memperburuk situasi.

Selain pola komunikasi pasif, keluarga disfungsional juga dapat melahirkan pola komunikasi agresif pada anak. Anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga dengan intensitas pertengkaran tinggi, kekerasan verbal, atau sikap merendahkan cenderung meniru cara komunikasi tersebut dalam interaksinya. Anak menjadi mudah tersinggung, defensif, dan mengekspresikan emosi secara berlebihan. Pola ini menunjukkan bahwa anak belajar berkomunikasi melalui proses peniruan terhadap perilaku orang tua. Ketika konflik menjadi bagian dari komunikasi sehari-hari, anak menginternalisasi konflik tersebut sebagai bentuk komunikasi yang wajar (Amalia, 2025).

Komunikasi dalam keluarga disfungsional juga sering ditandai oleh ketidakkonsistenan pesan dan distorsi peran, di mana anak ditempatkan pada posisi yang tidak sesuai dengan tahap perkembangannya. Anak dapat

diposisikan sebagai pendengar masalah orang tua, penengah konflik, atau bahkan pengganti peran emosional pasangan. Situasi ini membuat anak mengalami kebingungan peran dan tekanan psikologis yang berdampak pada cara berkomunikasi. Anak menjadi terlalu bertanggung jawab, sulit menetapkan batasan, dan cenderung mengabaikan kebutuhan dirinya sendiri demi menjaga stabilitas keluarga (Wibowo, 2025).

Dampak pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsional tidak hanya dirasakan di lingkungan keluarga, tetapi juga terbawa ke ranah sosial yang lebih luas, seperti sekolah dan pergaulan. Anak sering mengalami kesulitan membangun hubungan interpersonal yang sehat, kurang percaya diri dalam menyampaikan pendapat, serta mengalami hambatan dalam regulasi emosi. Oleh karena itu, pemahaman terhadap pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsional menjadi penting sebagai dasar penyusunan intervensi yang berorientasi pada pemulihan fungsi komunikasi keluarga. Upaya seperti konseling keluarga, pendidikan komunikasi asertif, dan penguatan peran orang tua diperlukan agar anak dapat mengembangkan pola komunikasi yang sehat dan adaptif di masa depan (Ramadhani, 2023).

Pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsional terbentuk dari interaksi keluarga yang tidak berjalan secara efektif dan sehat, di mana fungsi komunikasi sebagai sarana membangun kedekatan emosional dan pemahaman antaranggota keluarga tidak terpenuhi. Keluarga disfungsional umumnya ditandai oleh konflik berkepanjangan, kurangnya kehangatan, komunikasi yang penuh tekanan, serta ketidakhadiran peran orang tua secara emosional. Dalam situasi ini, anak sering berada pada posisi yang lemah karena tidak memiliki ruang yang aman untuk menyampaikan pikiran dan

perasaannya, sehingga komunikasi lebih sering berlangsung secara satu arah dan bersifat otoriter (Saputri, 2022).

Komunikasi yang tidak sehat dalam keluarga disfungsi mendorong anak mengembangkan pola komunikasi pasif dan tertutup. Anak belajar untuk menahan diri, menghindari percakapan, atau memilih diam sebagai bentuk perlindungan diri dari konflik. Ketika pendapat dan perasaan anak kerap diabaikan atau dianggap tidak penting, anak akan merasa bahwa komunikasi tidak memberikan manfaat, melainkan justru menimbulkan ketidaknyamanan. Pola ini menyebabkan anak kesulitan mengekspresikan emosi secara terbuka dan jujur, serta membentuk sikap rendah diri dan kurang percaya pada lingkungan sekitarnya.

Di sisi lain, keluarga disfungsi juga dapat membentuk pola komunikasi agresif pada anak, terutama ketika anak terbiasa menyaksikan atau mengalami komunikasi yang keras, penuh kemarahan, dan kritik. Anak kemudian meniru cara komunikasi tersebut sebagai respons terhadap tekanan emosional yang dialaminya. Selain itu, ketidakkonsistenan pesan dan distorsi peran komunikasi, seperti ketika anak dijadikan penengah konflik orang tua atau tempat pelampiasan emosi, semakin memperburuk kondisi psikologis anak. Hal ini membuat anak mengalami kebingungan peran dan kesulitan memahami batasan komunikasi yang sehat (Judodihardjo, 2024).

Dampak pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsi tidak hanya memengaruhi hubungan anak dengan orang tua, tetapi juga berdampak pada kemampuan sosial anak di lingkungan luar keluarga. Anak sering mengalami kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat, kurang mampu berkomunikasi secara asertif, serta

mengalami hambatan dalam pengelolaan emosi. Oleh karena itu, pemahaman terhadap pola komunikasi ini menjadi penting sebagai dasar dalam merancang intervensi yang bertujuan memulihkan fungsi komunikasi keluarga, sehingga anak dapat tumbuh dengan kemampuan komunikasi yang lebih adaptif, empatik, dan sehat (Atikah, 2025).

## Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pola komunikasi anak dalam keluarga disfungsi di Surabaya ditandai oleh komunikasi yang tidak seimbang, didominasi oleh orang tua, serta minim ruang dialog yang aman bagi anak. Di dalam rumah, komunikasi cenderung berlangsung satu arah, kurang empatik, dan tidak memberikan validasi emosional terhadap anak. Konflik keluarga jarang diselesaikan melalui komunikasi terbuka, sehingga anak terbiasa menahan emosi, memilih diam, dan membangun jarak emosional sebagai bentuk perlindungan diri. Kondisi ini menjadikan rumah tidak sepenuhnya berfungsi sebagai ruang aman bagi perkembangan psikologis anak.

Pengalaman komunikasi yang disfungsi di dalam keluarga secara signifikan memengaruhi pola komunikasi anak di luar rumah. Anak mampu beradaptasi dalam lingkungan sosial, namun menunjukkan sikap selektif dan defensif dalam berkomunikasi. Di luar rumah, anak cenderung membangun citra diri yang kuat dan mandiri, lebih sering berperan sebagai pendengar, menghindari konflik terbuka, serta memiliki sensitivitas emosional yang tinggi. Meskipun anak dapat menjalin relasi sosial secara fungsional, keterbukaan emosional tetap dibatasi oleh pengalaman negatif yang terbentuk dalam lingkungan keluarga.

Penelitian ini menegaskan bahwa komunikasi keluarga memiliki pengaruh jangka panjang terhadap pembentukan pola komunikasi anak. Pola komunikasi yang tidak sehat di dalam keluarga menjadi fondasi terbentuknya mekanisme bertahan dalam komunikasi sosial anak di luar

rumah. Oleh karena itu, perbaikan kualitas komunikasi dalam keluarga, khususnya melalui komunikasi yang empatik, dialogis, dan menghargai ekspresi emosi anak, menjadi aspek penting untuk mendukung perkembangan emosional dan sosial anak secara sehat.

### Bibliografi

- Abidin, A. M. (2022). PENERAPAN TEORI BELAJAR BEHAVIORISME DALAM PEMBELAJARAN (STUDI PADA ANAK). *AN-NISA*, 15(1), 1–8. <https://doi.org/10.30863/an.v15i1.3315>
- Andini Hardiningrum, Destita Shari, Jauharotur Rihlah, & Afib Rulyansah. (2024). Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan Anak Usia Dini. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 5(2), 1–14. <https://doi.org/10.19105/kiddo.v5i2.13886>
- Anjani, A. R., Khomsyatun, A., Rahayu, S. P., & Millati, S. K. (2024). *Pola Asuh Orang Tua di Era Digital dalam Membentuk Karakter Anak*.
- Clara, F., & Himawan, E. M. (2025). KEKUATAN DALAM KESULITAN: PENELUSURAN KOMPONENPENDUKUNGWELAS DIRI PADA INDIVIDU DEWASA DARI KELUARGA DISFUNGSIONAL. *Journal of Family & Consumer Sciences/Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 18(2).
- Djayadin, C., & Munastiwi, E. (2021). *Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Anak Di Tengah Pandemi Covid-19*.
- Fadhilah, R., & Musthofa, T. (2022). IMPLEMENTASI TEORI PSIKOLOGI (EKOLOGI) BRONFRENBENNER PADA PENDIDIKAN KELUARGA Q. S AT-TAHRIM (66): 6. *Ta'allum: Jurnal Pendidikan Islam*, 10(1), 1–19. <https://doi.org/10.21274/taalum.2022.10.1.1-19>
- Fajariyah, N., & M, D. A. (2024). Hubungan Peran dan Pola Komunikasi Keluarga dengan Gangguan Mental Emosional Pada Remaja di SMAN 7 Jakarta Pusat. *Malahayati Nursing Journal*, 6(3), 1037–1050. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i3.11128>
- Hidayah, F. (2023). *KONSEP PENDIDIKAN ANAK USIA DINI BERDASARKAN PERSPEKTIF PSIKOLOGI BELAJAR DAN PENDIDIKAN ISLAM*.
- Mahmudah, M., Nurfalah, F., & Lestari, A. D. (2020). EFEKTIVITAS KOMUNIKASI KELUARGA DALAM MEMBENTUK KELUARGA SAKINAH ( Studi Fenomenologi Keluarga di Griya Lobunta Lestari Cirebon). *JURNAL SIGNAL*, 8(1), 79. <https://doi.org/10.33603/signal.v8i1.2859>
- Maulidya, I. N., & Sa'adah, N. (2023). Intervensi: Pola Komunikasi Keluarga Dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Dan Sosial Anak. *CONS-IEDU*, 3(1), 9-19.
- Rizky, A. A., Suparto, D., & Florina, I. D. (2025). Analisis Pola Komunikasi dalam Disfungsional Family & Resiliensi pada Anak Kota Tegal (Communication Patterns in Dysfunctional Families and Their Impact on Children's Resilience in Tegal City). *Jurnal Studi Ilmu Sosial dan Politik (JASISPOL)*, 5(1), 69-84.
- Septiani, R. D. (2021). Pentingnya Komunikasi Keluarga dalam Pencegahan Kasus Kekerasan Seks pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), 50–58. <https://doi.org/10.21831/jpa.v10i1.40031>
- sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Edisi Revisi. Bandung: Alfabeta.
- Saputra, A., Permata, G. A., & Syfa Salsa Azahra, S. (2024). DINAMIKA PSIKOLOGIS REMAJA DALAM RUANG LINGKUP KELUARGA DISFUNGSIONAL YANG MENGALAMI KEKERASAN EMOSIONAL. *JURNAL PENDIDIKAN DAN KEGURUAN*, 2(9), 1606-1615.
- Soetikno, N. (2024). Peran Keberfungsian Keluarga Sebagai Moderator dalam Hubungan Antara Pola Asuh Overprotektif dan Tingkat Kecemasan pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 17(3), 276-290.
- Tipani, I., Kholifah, U. N., & Dinata, K. I. (2025). *Regulasi Emosi Anak Pertama dari Keluarga Disfungsional pada Masa Dewasa Awal*. 2(5).
- Zahra, F., & Wulandari, P. (2022). *DISFUNGSI PERAN KELUARGA BAGI GENERASI Z*. 5(2).
- Hanifah, D. R. N., Dewi, M., & Sariati, Y. (2020). Hubungan antara Komunikasi Ibu dan Anak, Pola Asuh Orang Tua, dan Sumber Informasi

- dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Awal. *Journal of Issues in Midwifery*, 4(3), 142-149.
- Amalia, N., Afyanti, D., Wibowo, W. L., Achdiani, Y., & Fatimah, S. N. (2025). ANALISIS DISFUNGSI PERAN KELUARGA DALAM REPRESENTASI FILM " ANDAI IBU TIDAK MENIKAH DENGAN AYAH". *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 17(1), 441-450.
- Wibowo, D. P., & Rizkiana, R. E. (2025). Between tension and trauma: communication's role in conflict-ridden families and separation inability. *Jurnal Geuthèë: Penelitian Multidisiplin*, 8(2), 62-71.
- Ramadhani, D., Hasanah, O., & Woferst, R. (2023). Pola Komunikasi yang digunakan Ibu terhadap Keberhasilan Anak dalam Melakukan Toilet Training. *HEALTH CARE: JURNAL KESEHATAN*, 12(1), 79-87.
- Saputri, E. A., Murtoyo, E., & Amalia, R. N. (2022). Literature Review: Pengaruh Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Tingkat Depresi Pada Lanjut Usia. *JURNAL KEPERAWATAN AKPER YKY YOGYAKARTA*, 14(1), 61-69.
- Judodihardjo, E., Satiadarma, M. P., & Soetikno, N. (2024). Peran Keberfungsian Keluarga Sebagai Moderator dalam Hubungan Antara Pola Asuh Overprotektif dan Tingkat Kecemasan pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 17(3), 276-290.
- Atikah, N., Aisyah, S., Lestari, D. P., & Syam, H. (2025). Dampak Pola Asuh Orang Tua Tunggal (Ibu) Terhadap Perkembangan Anak. *JOURNAL SAINS STUDENT RESEARCH*, 3(4), 714-723.
- Hidayah, L. H. L., Rohmatillah, I. N., & Assoburu, S. (2025). Pola Komunikasi Keluarga dalam Menghadapi Sibling Rivalry Prespektif Dr. Aisyah CH. t. *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(1), 129-138.
- Karni, A., Sari, A. Z., Prayoga, N. C. U., & Fernando, I. (2025). UPAYA DUKUNGAN EMOSIONAL DAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP ANAK DARI KELUARGA TIDAK UTUH: PERSPEKTIF KONSELING KELUARGA. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 23(2), 832-847.
- Sagala, A. S. (2024). Strategi komunikasi keluarga pada anak toxic relations broken home dalam membentuk karakter sosial. *ASANKA: Journal of Social Science and Education*, 5(1), 91-103.
- Immaniar, K. N., Zuhro'Fitriana, A. Q., & Masruroh, R. (2025). Dinamika Pola Asuh Ambivalen dan Strategi Resolusi Konflik Emosional pada Remaja: Studi Kasus Dua Pendekatan Intervensi. *Complex: Jurnal Multidisiplin Ilmu Nasional*, 2(2), 171-175.
- Tipani, I., Cahaya, U., & Iskandardinata, K. (2025). Regulasi Emosi Anak Pertama dari Keluarga Disfungsional pada Masa Dewasa Awal. *Journal of Life Span Development*, 2(5).
- Amalia, R. F., & Nadhifa, D. S. (2024). Hubungan pola komunikasi dengan perilaku seksual berisiko pada remaja: Hubungan Pola Komunikasi dengan Perilaku Seksual Berisiko pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Masa Depan*, 3(2), 218-236.
- Safitri, W. (2023). PERAN KOMUNIKASI BUDAYA DALAM KELUARGA MULTIGENERASI TERHADAP PERILAKU DISKRIMINATIF PADA ANAK PEREMPUAN. *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 11(6), 632041.
- Wahwuni, Y. F. (2023). HUBUNGAN POLA KOMUNIKASI ORANG TUA DENGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP KESEHATAN REMAJA DI DESA LANGA KECAMATAN SYAMTALIRA BAYU KABUPATEN ACEH UTARA. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 3(2), 593-600.
- Manalu, N. K., Larasati, F. N., Dacosta, M. O. T., & Yanti, I. W. (2025). PERAN KONSELING KELUARGA DALAM MENANGANI DAMPAK PERCERAIAN. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 17(1), 421-430.
- Hudaibiyah, A., & Mas' udah, M. U. (2022). Hubungan komunikasi orang tua dengan perilaku tantrum pada anak Usia 4-6 tahun. *Jurnal Pendidikan AURA (Anak Usia Raudhatul Atfhal)*, 3(2), 78-90.
- Mahsa, L. M., & Meifilina, A. (2025). POLA KOMUNIKASI TOXIC RELATIONSHIP PADA HUBUNGAN PERNIKAHAN (STUDI KASUS PADA PERNIKAHAN GEN Z DI KOTA BLITAR). *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 3(9).
- Prasetyo, M. A. (2025). Ketika Rumah Tak Lagi Aman: Studi Kasus Dinamika Psikologis Remaja Pasca Kehilangan Orang Tua. *Widya Bahusvarnika: Journal for Multidimensional Research Perspectives*, 1(1), 9-16.

- Sakdiyah, H., & Habsy, B. A. (2024). KONSEP DASAR, PROSES DAN TEKNIK FAMILY THERAPY. *El-Fatih: Jurnal Dakwah dan Penyuluhan Islam*, 3(2), 80-87.
- AURA (Anak Usia Raudhatul Atfhal)*, 3(2), 78-90.
- Mahsa, L. M., & Meifilina, A. (2025). POLA KOMUNIKASI TOXIC RELATIONSHIP PADA HUBUNGAN PERNIKAHAN (STUDI KASUS PADA PERNIKAHAN GEN Z DI KOTA BLITAR). *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 3(9).
- Prasetyo, M. A. (2025). Ketika Rumah Tak Lagi Aman: Studi Kasus Dinamika Psikologis Remaja Pasca Kehilangan Orang Tua. *Widya Bahusvarnika: Journal for Multidimensional Research Perspectives*, 1(1), 9-16.
- Sakdiyah, H., & Habsy, B. A. (2024). KONSEP DASAR, PROSES DAN TEKNIK FAMILY THERAPY. *El-Fatih: Jurnal Dakwah dan Penyuluhan Islam*, 3(2), 80-87.