



## EKSPLORASI PENGALAMAN ANAK DALAM MENGHADAPI POLA KOMUNIKASI DISFUNGSIONAL DI KELUARGA *BROKEN HOME*

Sri Rahmah Ramadhoni<sup>1</sup>, Hera Wahyuni<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>FKIP Universitas Jambi

e-mail: <sup>1</sup>[sriramadhoni.sr@unja.ac.id](mailto:sriramadhoni.sr@unja.ac.id), <sup>2</sup>[herawahyuni@unja.ac.id](mailto:herawahyuni@unja.ac.id)

### Abstrak

Penelitian ini mengeksplorasi mengenai pengalaman anak dalam menghadapi pola komunikasi disfungsi di keluarga *broken home*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi untuk memahami makna pengalaman hidup subjek secara mendalam. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan dua remaja berusia 19 hingga 21 tahun yang mengalami pola komunikasi disfungsi dalam keluarga *broken home*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi yang disfungsi, seperti kritik tajam, komunikasi pasif-agresif, dan kurangnya dukungan emosional, berdampak negatif pada perkembangan emosional, psikologis, dan sosial anak. Anak-anak sering merasa terisolasi, tertekan, dan mencari pelarian dalam perilaku merusak. Pentingnya pola komunikasi yang sehat dalam keluarga dan dukungan dari lingkungan sosial serta intervensi yang tepat untuk membantu anak-anak menghadapi tantangan ini. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi penting bagi keluarga, praktisi, dan peneliti dalam upaya meningkatkan kualitas kehidupan anak-anak di keluarga *broken home*.

**Kata kunci** : *Broken Home*, Keluarga, Komunikasi Disfungsi

### Abstract

*This study explores children's experiences with dysfunctional communication patterns in broken homes. It employs a qualitative method with a phenomenological approach to gain an in-depth understanding of the subjects' life experiences. Data were collected through in-depth interviews with two adolescents aged 19 to 21 who experienced dysfunctional communication patterns in their broken homes. The results indicate that dysfunctional communication patterns such as harsh criticism, passive-aggressive communication, and a lack of emotional support have a negative impact on children's emotional, psychological, and social development. Children often feel isolated, stressed, and seek escape through destructive behaviors. The importance of healthy communication patterns within the family, support from the social environment, and appropriate interventions to help children cope with these challenges is emphasized. This study is expected to serve as an important reference for families, practitioners, and researchers in efforts to improve the quality of life for children in broken homes.*

**Keywords**: *Broken Home, Family, Dysfunctional Communication*

## Pendahuluan

Keluarga memiliki peran penting dalam perkembangan psikologis dan sosial anak, karena keluarga merupakan unit dasar masyarakat yang memberikan dukungan emosional, rasa aman, dan kasih sayang (D'Urso et al., 2024). Sejak lahir, anak bergantung pada keluarga dalam memenuhi kebutuhan dasarnya seperti makanan, tempat tinggal, perlindungan, dll (Surbakti & Pardosi, 2024). Lebih dari sekadar memenuhi kebutuhan fisik, keluarga juga wajib dalam menyediakan lingkungan di mana anak dapat merasakan cinta dan penghargaan, di mana hal tersebut sangat penting bagi perkembangan emosional anak. Kasih sayang yang diberikan oleh anggota keluarga membantu membangun rasa percaya diri dan harga diri anak yang merupakan fondasi penting dalam menciptakan kesehatan mental yang baik (Saba, 2024).

Namun, terkadang dalam sebuah keluarga terjadi suatu perselisihan antar anggota keluarga. Perbedaan pendapat dalam keluarga adalah hal yang normal dalam sebuah keluarga karena setiap anggota memiliki pemikiran yang unik (Herni et al., 2024). Konflik dalam hubungan antar individu merupakan sesuatu yang tak dapat dipungkiri, semakin besar ketergantungan seseorang pada orang lain, semakin tinggi pula kemungkinan terjadinya konflik. Ketika keluarga mengalami disfungsi seperti perpecahan atau ketidakharmonisan di antara anggota keluarga, dampaknya bisa sangat merugikan bagi perkembangan psikologis dan sosial anak. Anak-anak dari keluarga yang tidak harmonis atau disebut dengan keluarga "*broken home*" seringkali menghadapi tantangan emosional yang lebih besar (Nuraisyah et al., 2024). Dari hal tersebut, anak akan merasa kurang terhadap dukungan emosional dan rasa aman yang dibutuhkan, yang bisa berujung pada masalah seperti kecemasan, depresi, atau rendahnya harga diri.

Keluarga "*broken home*" merujuk pada situasi di mana struktur dan fungsi keluarga terganggu akibat perpecahan atau ketidakharmonisan di antara orang tua atau anggota keluarga lainnya. Kondisi ini melibatkan perceraian atau perpisahan orang tua, di mana anak tidak lagi tinggal bersama atau tidak menjalankan peran orang tua secara bersama-sama. Selain itu, "*broken home*" juga mencakup konflik berkepanjangan antara orang tua yang mungkin tetap tinggal bersama namun sering terlibat dalam pertengkaran atau ketegangan yang terjadi secara terus-menerus. Ketidakharmonisan ini dapat menciptakan lingkungan yang tidak stabil dan penuh tekanan bagi anak-anak, yang berdampak negatif pada perkembangan emosional, psikologis, dan sosial anak (Rahadi & Devitri, 2024).

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) dalam Statistik Indonesia pada tahun 2022, terdapat 516.334 kasus perceraian di Indonesia. Angka ini menunjukkan peningkatan sebesar 15,31% dibandingkan tahun 2021 yang tercatat sebanyak 447.743 kasus. Peningkatan angka perceraian ini merupakan yang tertinggi dalam enam tahun terakhir. Berdasarkan data BPS 2022, perselisihan dan pertengkaran menjadi penyebab utama perceraian di Indonesia dengan 284.169 kasus (63,41%) dari total kasus. Faktor lain yang menyebabkan perceraian antara lain: Masalah ekonomi (110.939 kasus); Meninggalkan salah satu pihak (39.359 kasus); Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) (27.424 kasus); Perselingkuhan (21.740 kasus); dan Faktor lainnya (12.703 kasus).

Berbagai kasus "*broken home*" telah mewakili terciptanya sebuah pernyataan bahwasanya "Keluarga "*Broken home*" Sering Melibatkan Pola Komunikasi yang Disfungsional". Komunikasi ini biasanya ditandai dengan interaksi yang tidak efektif, penuh

ketegangan, dan sering kali merugikan anggota keluarga, terutama anak-anak. Komunikasi disfungsional mencakup berbagai bentuk, seperti Komunikasi pasif-agresif, di mana pesan yang disampaikan tidak jelas atau penuh sindiran; Komunikasi yang penuh kritik dan saling menyalahkan; serta Kurangnya keterbukaan dan kejujuran, di mana anggota keluarga enggan berbagi perasaan atau pikirannya dengan jujur. Dalam beberapa kasus, komunikasi bisa juga bersifat verbal yang kasar atau bahkan melibatkan kekerasan fisik.

Pola komunikasi disfungsional dalam keluarga “*broken home*” akan menyebabkan anak merasa terjebak, terisolasi, dan tertekan. Pola komunikasi semacam ini seringkali ditandai oleh konflik yang berulang, kritik yang tajam, komunikasi pasif-agresif, serta kurangnya dukungan emosional dan validasi perasaan anak. Misalnya, dalam situasi di mana orang tua sering bertengkar dan saling menyalahkan, anak mungkin merasa berada di tengah-tengah konflik tanpa jalan keluar. Dari konflik tersebut, anak bisa merasa bertanggung jawab atas ketegangan tersebut, yang menciptakan perasaan bersalah dan kecemasan (Pamukti & Sa’diyah, 2024).

Penelitian ini memiliki potensi besar untuk menjadi referensi penting bagi keluarga, praktisi dan peneliti di berbagai bidang seperti psikologi keluarga, pendidikan, dan kesejahteraan anak karena masih banyak keluarga yang belum memahami secara penuh dampak dari sebuah konflik keluarga terhadap anak, terkhusus dampak dalam keberlangsungan komunikasi yang terjadi pada keluarga tersebut. Studi ini akan mengupas tentang bagaimana pola komunikasi yang disfungsional mempengaruhi pengalaman emosional dan psikologis anak-anak dalam keluarga “*broken home*”. Penelitian ini dirancang bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang dampak dari pola komunikasi disfungsional pada anak-anak, sehingga dapat membantu dalam perancangan kebijakan dan program yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas kehidupan anak-anak di keluarga “*broken home*”. Melalui eksplorasi mendalam ini, penelitian ini diharapkan mampu membuka dialog baru dan mendorong lebih banyak penelitian di bidang ini, mengingat pentingnya isu tersebut dalam konteks perkembangan anak dan kesejahteraan keluarga.

### **Metode**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi untuk mengkaji secara mendalam tentang pengalaman anak-anak yang tumbuh dalam keluarga *broken home* dalam menghadapi pola komunikasi yang disfungsional. Pendekatan fenomenologi dipilih karena sesuai dalam memahami makna dari pengalaman hidup subjek penelitian dalam konteks yang sangat personal dan kompleks. Partisipan dalam penelitian ini adalah dua remaja berusia antara 19 hingga 21 tahun yang berasal dari keluarga *broken home*. Pemilihan partisipan dilakukan melalui teknik *purposive sampling*, di mana partisipan dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian, yaitu mengalami pola komunikasi disfungsional dalam keluarga.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*). Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur untuk memungkinkan fleksibilitas dalam mengeksplorasi pengalaman subjek. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis fenomenologis. Proses analisis dilakukan dengan pendekatan interpretatif, di mana peneliti berusaha memahami dan menafsirkan makna dari pengalaman subjek berdasarkan perspektif subjek itu sendiri.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Analisis Narasumber “AA”**

AA merupakan seorang anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang disfungsi yang telah berbagi pengalaman hidupnya yang penuh tantangan. Meskipun seharusnya menikmati masa kecil dalam keluarga yang harmonis, kenyataan yang dihadapinya sangat berbeda. Ayah AA tidak setia kepada ibunya, menyebabkan hubungan mereka dipenuhi dengan konflik yang intens. Pertengkaran antara ibu dan ayahnya bukanlah hal yang asing baginya.

Dampak dari kondisi rumah tangga yang kacau ini begitu signifikan bagi AA. Pola komunikasi dalam keluarganya sangat tidak sehat, sehingga AA lebih memilih untuk diam daripada mengungkapkan perasaannya. Ia bahkan menghindari berbicara dengan ayahnya selama enam tahun, sebuah periode yang mencerminkan betapa dalamnya luka emosional yang ia rasakan. Akibat dari lingkungan yang tidak stabil ini, AA tumbuh menjadi seseorang yang selalu mencari validasi dari orang lain. Ia merasa haus akan kasih sayang dan memiliki kepercayaan diri yang rendah. AA sering merasa dirinya tidak memiliki nilai dalam hidup yang telah ia jalani. Meskipun ia berusaha menyampaikan bahwa keluarganya baik-baik saja, dalam hatinya ia menyimpan harapan kecil terhadap keluarganya. Ia membayangkan keluarga yang bisa pergi jalan-jalan bersama, makan bersama, seorang ayah yang lembut dan orang tua yang bangga dengan pencapaiannya serta memberikan dukungan penuh. Namun, kenyataan yang dihadapinya jauh dari itu.

Situasi di rumah membuat AA kesulitan merespon pembicaraan orang lain dan merasa bingung menjelaskan keadaan yang ia alami. Keributan yang sering terjadi di rumahnya telah mempengaruhi kemampuan komunikasinya secara signifikan. Meski demikian, AA berusaha untuk tetap ceria dan menutupi kekurangannya. Salah satu penopangnya adalah teman dekat yang memberikan dukungan emosional membuat AA merasa dihargai dan tidak terlalu kesepian. Melalui pengalaman hidupnya, AA menunjukkan betapa besar pengaruh lingkungan keluarga terhadap perkembangan psikologis seorang anak. Kisahnya menggambarkan pentingnya pola komunikasi yang sehat dalam keluarga serta dampak buruk dari hubungan yang disfungsi. Meskipun menghadapi banyak rintangan, AA terus berusaha mencari cara untuk mengatasi dan menyembuhkan luka emosionalnya. Dan di akhir wawancara AA juga berpersan pada anak yang mengalami keluarga disfungsi seberat apapun jalan hidup, tetaplah hidup dan jaga kewarasan dan jangan sampai menyerah.

### **Analisis Narasumber “RJ”**

Sebelum mengalami konflik keluarga atau perpecahan, keluarga RJ merupakan salah satu keluarga yang harmonis. RJ menyatakan bahwa pada saat itu ia bebas mengekspresikan dirinya, meskipun ada beberapa hambatan. Meskipun demikian, RJ tetap merasa bahagia bersama keluarganya karena adanya pola komunikasi yang baik di dalam keluarganya saat itu.

RJ pertama kali merasakan perpecahan dalam keluarganya saat berusia 15 tahun. Menurutnya, perpecahan tersebut memberikan dampak buruk pada kehidupannya, terutama dalam hal komunikasi, sehingga ia menjadi lebih pendiam, merasa kehilangan, dan kebingungan. RJ merasa kehidupan sehari-harinya menjadi tidak efektif akibat konflik tersebut.

Saat menghadapi situasi konflik, RJ berperan sebagai "jembatan kedua" bagi orang tuanya dalam berkomunikasi, karena ia adalah anak kedua sekaligus anak bungsu.

Dalam menjalankan perannya sebagai "jembatan kedua," orang tua RJ sering mengabaikan saran dan perkataannya. RJ mengungkapkan bahwa hal ini disebabkan oleh ego orang tuanya yang tidak mau mengalah, yang berdampak pada komunikasi yang tidak terarah dan pengambilan keputusan yang tidak tepat dalam menyelesaikan masalah. RJ pernah mencoba menyelesaikan konflik tersebut melalui aktivitas fisik, namun cara ini tidak berhasil sesuai dengan harapannya. Pola komunikasi dalam keluarga RJ menjadi kacau akibat insiden tersebut. Ketidakjelasan pola komunikasi ini membuat RJ melampiaskan kesedihannya melalui rokok dan minuman beralkohol. RJ merasa bahwa hanya rokok dan alkohol yang dapat menemaninya saat ia merasa tidak baik pada saat itu.

Di akhir sesi wawancara, RJ menyampaikan beberapa pesan kepada anak-anak dan remaja yang mengalami hal serupa. RJ menyatakan bahwa seberat apapun masalah yang dihadapi, pasti ada penyelesaiannya, dan kita harus menghindari keegoisan jika ingin menyelesaikan masalah tersebut. RJ menekankan pentingnya dua hal dalam menghadapi masalah, yaitu berdoa dan beribadah.

### **Keluarga *Broken Home***

Istilah *broken home* berasal dari dua kata yaitu "*broken*" yang berarti keretakan, dan "*home*" yang berarti rumah atau rumah tangga. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, *broken home* mengacu pada perpecahan dalam keluarga. Istilah ini juga bisa merujuk pada keadaan keluarga yang tidak harmonis, sering mengalami keributan dan perselisihan yang berujung pada pertengkaran dan perceraian.

*Broken home* adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan keadaan sebuah keluarga yang mengalami disfungsi atau perpecahan, biasanya akibat perceraian, konflik berkepanjangan, atau perpisahan orang tua. Situasi ini dapat memberikan dampak signifikan pada semua anggota keluarga, terutama anak-anak. Anak-anak dari keluarga yang mengalami *broken home* sering kali menghadapi berbagai tantangan emosional dan psikologis, seperti rasa tidak aman, kebingungan, dan kehilangan (Hudi et al., 2024). Mereka mungkin juga mengalami kesulitan dalam hal komunikasi, rendahnya rasa percaya diri, dan masalah dalam hubungan sosial. Selain itu, anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan *broken home* berisiko lebih tinggi terhadap berbagai masalah perilaku, seperti agresi, kenakalan remaja, dan penggunaan zat-zat terlarang. Dampak jangka panjang dari *broken home* bisa meluas hingga masa dewasa, mempengaruhi kemampuan individu dalam membangun hubungan yang sehat dan stabil. Oleh karena itu, dukungan dari lingkungan sekitar, seperti keluarga besar, teman, dan profesional kesehatan mental, sangat penting untuk membantu anak-anak dan anggota keluarga lainnya menghadapi dan mengatasi dampak dari *broken home* (Ali et al., 2024).

Ciri-ciri keluarga *broken home* dapat sangat bervariasi, tetapi umumnya meliputi beberapa aspek kunci. Pertama, ada ketidakstabilan emosional dan psikologis di antara anggota keluarga, terutama anak-anak, yang mungkin mengalami perasaan tidak aman, kecemasan, dan depresi. Kedua, komunikasi dalam keluarga sering kali terganggu atau tidak efektif, yang dapat menyebabkan kesalahpahaman dan konflik yang tidak terselesaikan. Ketiga, adanya ketidakhadiran fisik atau emosional salah satu atau kedua orang tua, yang dapat mengakibatkan kurangnya dukungan dan bimbingan bagi anak-anak. Keempat, keluarga *broken home* sering

menghadapi masalah ekonomi akibat perpisahan, yang dapat menambah tekanan pada semua anggota keluarga. Kelima, anak-anak dari keluarga *broken home* mungkin menunjukkan perubahan perilaku, seperti penurunan prestasi akademis, perilaku agresif, atau kecenderungan untuk menarik diri dari interaksi sosial. Kesemua ciri ini menunjukkan bahwa keluarga *broken home* memerlukan perhatian khusus dan intervensi untuk mengatasi tantangan yang dihadapi dan mendukung pemulihan serta kesejahteraan seluruh anggota keluarga.

Keluarga *broken home*, atau keluarga yang tidak utuh, dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang kompleks dan seringkali saling terkait. Salah satu penyebab utama adalah perceraian, perpisahan, dan konflik antara orang tua (Altafiah et al., 2024). Ketidakcocokan, konflik berkepanjangan, dan perselingkuhan sering menjadi pemicu perceraian ini. Selain itu, masalah ekonomi juga dapat memberikan tekanan besar pada keluarga, mengakibatkan stres yang tinggi dan konflik yang sering, yang pada akhirnya dapat menyebabkan perpisahan. Kekerasan dalam rumah tangga, baik fisik maupun emosional, adalah faktor lain yang signifikan. Lingkungan keluarga yang tidak aman dan penuh kekerasan membuat anak-anak merasa tidak nyaman dan terabaikan, sehingga menciptakan kondisi *broken home*. Penyalahgunaan zat seperti narkoba atau alkohol oleh salah satu atau kedua orang tua juga sering menjadi penyebab utama. Ketergantungan pada zat-zat ini sering kali mengarah pada perilaku yang tidak stabil dan merusak hubungan dalam keluarga. Selain itu, kurangnya komunikasi yang efektif antara anggota keluarga dapat memperburuk masalah yang ada, menyebabkan ketidakpahaman dan kebencian yang bertambah (Sari et al., 2024). Masalah kesehatan mental seperti depresi dan gangguan kecemasan pada salah satu atau kedua orang tua juga bisa mempengaruhi dinamika keluarga, membuat mereka tidak mampu menjalankan peran mereka secara efektif (Al Jundi et al., 2024). Pada akhirnya, berbagai faktor ini dapat berinteraksi satu sama lain, memperburuk situasi dan menciptakan lingkungan yang tidak stabil bagi anak-anak, sehingga menyebabkan keluarga menjadi *broken home*.

### **Pengalaman Anak dalam Menghadapi Tantangan Pola Komunikasi yang Disfungsional Akibat *Broken Home***

Pengalaman anak dalam menghadapi tantangan pola komunikasi yang disfungsional akibat *broken home* sangat kompleks dan multifaset, melibatkan berbagai aspek emosional, psikologis, dan sosial (Wahyuni & Ramadhoni, 2026). Ketika orang tua bercerai atau konflik, anak sering kali terjebak dalam pola komunikasi yang disfungsional, seperti konflik yang berkelanjutan, kurangnya komunikasi yang jelas, dan perasaan terabaikan. Pola komunikasi ini dapat mempengaruhi perkembangan emosional anak, menyebabkan rasa tidak aman, cemas, bahkan depresi (Masi, 2021). Anak-anak dari keluarga *broken home* sering merasa bahwa terdapat kesenjangan dengan kedua orang tua. Hal ini bisa mengakibatkan anak mengalami kebingungan dari segi identitas maupun loyalitas, sehingga sulit bagi mereka untuk membangun hubungan yang sehat di masa depan. Selain itu, anak-anak mungkin merasa kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang yang cukup, yang dapat berpengaruh pada harga diri dan kepercayaan diri mereka. Tantangan komunikasi ini juga dapat menyebabkan masalah akademis dan sosial, karena anak mungkin sulit berkonsentrasi di sekolah dan kesulitan membangun hubungan pertemanan yang stabil. Dengan demikian, intervensi yang tepat dari lingkungan sosial, seperti konseling dan dukungan dari keluarga besar atau teman, sangat

penting untuk membantu anak menghadapi dan mengatasi efek negatif dari pola komunikasi yang disfungsional akibat *broken home* (Paramesti et al., 2024).

Berdasarkan hasil wawancara, situasi di rumah sangat mempengaruhi kemampuan komunikasi keluarga. Pola komunikasi keluarga yang disfungsional dapat membuat anak sulit merespons orang lain, menjadi lebih pendiam, merasa kehilangan, kebingungan, menjelaskan keadaannya sehingga kehidupan sehari-hari anak menjadi tidak efektif. Ketidakjelasan komunikasi ini bisa membuat anak-anak mencari pelarian melalui perilaku merusak, seperti merokok dan mengonsumsi alkohol, yang mereka anggap sebagai teman di saat merasa tidak baik. Pengalaman narasumber menunjukkan betapa besar pengaruh lingkungan keluarga terhadap perkembangan psikologis anak, dan pentingnya pola komunikasi yang sehat dalam keluarga. Dalam menghadapi masalah tersebut, penting bagi anak-anak untuk percaya bahwa setiap masalah pasti ada penyelesaiannya, menghindari keegoisan, serta menekankan pentingnya berdoa dan beribadah sebagai bagian dari upaya mengatasi tantangan yang ada.

### **Dinamika Interaksi dalam Keluarga *Broken Home***

Dinamika interaksi dalam keluarga *broken home* adalah sebuah fenomena kompleks yang melibatkan berbagai aspek emosional, psikologis, dan sosial. Ketika sebuah keluarga mengalami perpecahan, baik karena perceraian, perpisahan, atau kematian salah satu orang tua, struktur dan fungsi keluarga berubah secara drastis. Anak-anak dalam keluarga *broken home* sering menghadapi tantangan emosional yang signifikan, seperti rasa kehilangan, kesedihan, kemarahan, dan ketidakstabilan. Mereka mungkin merasa terombang-ambing di antara kedua orang tua yang mungkin memiliki pandangan atau aturan yang berbeda, yang dapat menimbulkan kebingungan dan ketidakpastian.

Selain itu, interaksi antar anggota keluarga bisa menjadi lebih tegang dan penuh konflik dikarenakan munculnya peristiwa *broken home*. Orang tua yang sedang mengalami stress atau kesedihan akibat perpisahan mungkin tidak sepenuhnya mampu memberikan dukungan emosional yang dibutuhkan anak-anak mereka. Hal ini dapat mengakibatkan berkurangnya perhatian dan kasih sayang, serta meningkatnya konflik dan pertengkaran (Rahmatilani & Patriansah, 2024). Dalam beberapa kasus, anak-anak mungkin harus mengambil peran yang lebih dewasa dalam keluarga, seperti menjaga saudara-saudara yang lebih muda atau membantu dalam tugas-tugas rumah tangga, yang dapat menambah beban psikologis mereka.

Keseluruhan dinamika ini menggambarkan betapa rumitnya interaksi dalam keluarga *broken home* dan pentingnya pendekatan holistik dalam penanganan serta dukungan untuk semua anggota keluarga yang terlibat. Dengan pemahaman yang mendalam dan dukungan yang tepat, keluarga *broken home* dapat menemukan cara untuk menavigasi perubahan ini dan membangun kembali keseimbangan dan kebahagiaan dalam kehidupan mereka. Dinamika interaksi dalam keluarga yang mengalami *broken home* dapat dilihat dari pengalaman kedua narasumber yang menggambarkan betapa kompleksnya pengaruh lingkungan keluarga terhadap perkembangan individu, terutama dalam aspek komunikasi dan kesehatan emosional. Pada keluarga yang disfungsional, pola komunikasi yang buruk sering kali menjadi sumber utama konflik. Ketidaksehatan hubungan orang tua seperti ketidaksetiaan dan pertengkaran yang intens, menciptakan lingkungan yang tidak stabil bagi anak-anak. Dampak dari lingkungan seperti ini sangat signifikan, membuat anak merasa tidak nyaman untuk mengekspresikan diri dan cenderung menarik diri dari interaksi sosial. Hal ini terlihat pada anak

yang memilih diam dan menghindari komunikasi dengan salah satu orang tua selama bertahun-tahun yang mencerminkan luka emosional yang mendalam. Selain itu, rasa haus akan validasi dari orang lain dan kepercayaan diri yang rendah sering kali muncul sebagai akibat dari kurangnya dukungan emosional dalam keluarga.

Sebaliknya, bahkan dalam keluarga yang awalnya harmonis, perpecahan yang terjadi dapat mengganggu keseimbangan dan komunikasi yang sebelumnya baik. Anak-anak dalam situasi ini sering kali harus mengambil peran mediator antara orang tua mereka, meskipun upaya ini sering tidak berhasil karena ego orang tua yang tinggi dan komunikasi yang tidak efektif. Ketidakjelasan dan kekacauan dalam komunikasi keluarga dapat memicu anak untuk mencari pelarian melalui cara yang merugikan seperti penggunaan rokok dan alkohol.

Kedua narasumber menekankan pentingnya pola komunikasi yang sehat dalam keluarga dan dampak negatif dari ketidakharmonisan keluarga terhadap kesehatan mental dan perilaku anak. Mereka juga menunjukkan bahwa meskipun menghadapi banyak rintangan, upaya untuk mencari solusi dan menjaga kesehatan emosional sangat penting. Pesan yang mereka sampaikan menyoroti bahwa masalah keluarga dapat diselesaikan dengan menghindari keegoisan, berkomunikasi dengan baik, serta tetap berdoa dan beribadah untuk mencari kedamaian.

Dari pengalaman ini, jelas bahwa dinamika interaksi dalam keluarga *broken home* sangat dipengaruhi oleh kualitas komunikasi dan dukungan emosional. Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan yang penuh konflik dan ketidakstabilan emosional cenderung mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dan membangun rasa percaya diri, serta mungkin mencari pelarian negatif sebagai cara untuk mengatasi stres. Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk menciptakan lingkungan yang mendukung, komunikatif, dan penuh kasih sayang untuk membantu anak-anak mengembangkan kesehatan mental yang baik dan keterampilan sosial yang sehat.

### **Dampak Pola Komunikasi yang Disfungsional Akibat Fenomena *Broken Home***

Interaksi dalam keluarga adalah aktivitas yang tidak bisa dihindari oleh anggota keluarga. Tanpa adanya interaksi, keluarga akan menjadi hening, diam, pasif, tanpa pertukaran pikiran dan aktivitas lainnya. Anak yang tumbuh dalam keluarga disfungsional cenderung menjadi tertutup. Anak-anak dari keluarga yang *broken home* cenderung sensitif karena kurangnya cinta dan kasih sayang dari orang tua (Daulay et al., 2023).

Komunikasi keluarga memiliki pengaruh yang sangat besar, karena perkembangan moral dan kepribadian anak yang baik membutuhkan pola komunikasi yang baik, khususnya dari keluarga anak itu sendiri (Refansyah et al., 2024). Namun, dalam keluarga yang *broken home* sering terjadi ketidaksimalan dalam berkomunikasi, sehingga anak merasa kurang perhatian dari keluarganya, yang dapat menyebabkan depresi. Tingkat depresi dapat bervariasi dari ringan, sedang, hingga berat (Musyawwirina et al., 2024). Komunikasi juga mempengaruhi konsep diri remaja. Jika intensitas komunikasi dalam keluarga tinggi, maka konsep diri remaja akan cenderung positif. Sebaliknya, jika intensitas komunikasi dalam keluarga rendah, maka konsep diri remaja cenderung negatif. (Wulandari et al., 2024)

Dari penyampaian kedua narasumber tersebut, dapat diidentifikasi beberapa poin penting mengenai dampak pola komunikasi yang disfungsional akibat fenomena *broken home*.

Lingkungan keluarga yang tidak stabil secara signifikan mempengaruhi perkembangan psikologis anak, terutama dalam hal komunikasi. Anak-anak yang tumbuh dalam keluarga disfungsi cenderung mengalami kesulitan dalam mengekspresikan diri dan berkomunikasi dengan orang lain. Ini disebabkan oleh pola komunikasi yang tidak sehat dan konflik yang sering terjadi dalam keluarga.

Sebagai akibat dari lingkungan rumah yang penuh konflik, anak-anak sering merasa bingung dan tidak efektif dalam kehidupan sehari-hari. Anak mungkin memilih untuk diam daripada mengungkapkan perasaannya, dan bahkan bisa menghindari komunikasi dengan anggota keluarga tertentu dalam jangka waktu yang lama. Pola komunikasi yang tidak terarah ini juga bisa membuat anak-anak merasa kehilangan dan kesepian, sehingga mereka mencari validasi dan dukungan emosional dari sumber eksternal, seperti teman dekat atau bahkan melalui perilaku tidak sehat seperti merokok dan mengonsumsi alkohol.

Secara keseluruhan, pengalaman hidup dari kedua narasumber menunjukkan betapa pentingnya pola komunikasi yang sehat dalam keluarga. Ketidakmampuan untuk berkomunikasi dengan baik tidak hanya merusak hubungan antar anggota keluarga tetapi juga memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan mental dan emosional anak. Oleh karena itu, sangat penting bagi keluarga untuk mengembangkan pola komunikasi yang sehat dan mendukung agar anak-anak dapat tumbuh dalam lingkungan yang stabil dan penuh kasih sayang.

### **Rekomendasi untuk Meningkatkan Kualitas Komunikasi di Keluarga *Broken Home***

Meningkatkan kualitas komunikasi dalam keluarga *broken home* memerlukan pendekatan yang holistik dan penuh empati (Wibowo et al., 2020). Pertama, penting untuk menciptakan lingkungan yang aman dan terbuka di mana setiap anggota keluarga merasa didengar dan dihargai (Kusaini et al., 2024). Ini bisa dimulai dengan mengadakan pertemuan keluarga rutin di mana semua orang dapat berbicara tanpa takut dihakimi. Komunikasi yang efektif juga memerlukan keterampilan mendengarkan yang baik; ini berarti mendengarkan dengan penuh perhatian, tanpa menyela, dan menunjukkan bahwa Anda memahami perasaan dan pandangan anggota keluarga lainnya. Selain itu, penting untuk mengembangkan keterampilan komunikasi non-verbal seperti kontak mata, bahasa tubuh yang terbuka, dan ekspresi wajah yang sesuai untuk menunjukkan empati dan dukungan (Santoso et al., 2020). Melibatkan mediator atau konselor keluarga profesional bisa sangat membantu, terutama dalam mengajarkan teknik komunikasi yang konstruktif dan membantu menyelesaikan konflik yang mungkin muncul. Konseling keluarga juga dapat membantu anggota keluarga memahami peran dan tanggung jawab mereka masing-masing dalam membangun hubungan yang lebih sehat. Mengatur waktu berkualitas bersama, seperti melakukan aktivitas yang disukai bersama, dapat mempererat ikatan emosional dan memperbaiki komunikasi. Selain itu, penting untuk mengajarkan anak-anak tentang pengelolaan emosi dan konflik sejak dini, agar mereka dapat belajar mengekspresikan diri dengan cara yang positif dan menghindari perilaku agresif atau pasif-agresif. Terakhir, setiap anggota keluarga harus berkomitmen untuk saling mendukung dan bekerja sama dalam menciptakan dinamika keluarga yang lebih positif dan harmonis, meskipun menghadapi tantangan yang berat.

### **Kesimpulan**

Pola komunikasi disfungsional dalam keluarga *broken home* memiliki dampak signifikan pada perkembangan emosional, psikologis dan social anak. Anak dari keluarga yang tinggal bersama keluarga yang memiliki komunikasi disfungsional sering menghadapi kecemasan depresi, rendahnya harga diri dan kesulitan dalam membangun hubungan sosial. Melalui pendekatan fenomenologi, wawancara dengan dua partisipan mengungkapkan bahwa komunikasi yang disfungsional seperti kritik tajam dan kurangnya dukungan emosional, membuat anak-anak merasa terisolasi dan tertekan, sering kali berujung pada perilaku merusak. Komunikasi yang disfungsional juga menghambat kemampuan anak untuk mengekspresikan diri dan berinteraksi secara efektif dengan orang lain. Pola komunikasi yang sehat dalam keluarga sangat penting, demikian juga dukungan dari lingkungan sosial dan intervensi yang tepat untuk membantu anak-anak mengatasi dampak negatif dari keluarga *broken home*. Kesehatan mental sangat krusial dalam membantu anak dalam mencapai kesejahteraan emosional dan psikologi yang baik.

Dengan demikian, penelitian lebih lanjut perlunya perhatian khusus pada pola komunikasi dalam keluarga dan pentingnya dukungan sosial dalam meminimalisir dampak buruk dari komunikasi keluarga yang disfungsional. Intervensi yang tepat dan dukungan berkelanjutan dapat membantu anak-anak mengembangkan kemampuan emosional dan sosial yang sehat, meskipun mereka tumbuh dalam kondisi yang menantang.

#### **Daftar Pustaka**

- Al Jundi, I., Nurlela, & Darmawani, E. (2024). Peran Orang Tua dalam Kesejahteraan Sosial-Emosional Anak dengan Penyakit Kronis. *SOSMANIORA: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(1), 55–61. <https://doi.org/10.55123/sosmaniora.v3i1.3102>
- Ali, F. T. D., Imran, S. Y., & Mantali, A. R. Y. (2024). Dampak Psikologis Terhadap Anak Sebagai Korban Tindak Pidana Pelecehan Seksual (Studi Wilayah Polsek Mananggu, Kabupaten Boalemo). *SINERGI: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(5), 325–341. <https://doi.org/10.62335/4s61tc18>
- Altafiah, A., Ashar, & Murdani Z, E. (2024). Tantangan dan Dinamika Hubungan Antara Mertua dan Menantu Serumah (Studi Pada Kehidupan Rumah Tangga di Kelurahan Teritip Balikpapan Timur). *Rayah Al-Islam*, 8(2), 435–457. <https://doi.org/10.37274/rais.v8i2.956>
- Daulay, N., Ashari, A., Rahmayani, H. D., Siregar, N. S., Azhar, P. N., & Tambunan, R. S. P. (2023). Urgensi Layanan Konseling Individu Terhadap Siswa Broken Home di SMP Negeri 5 Kota Medan. *Warta Dharmawangsa*, 17(2), 650–661. <https://doi.org/10.46576/wdw.v17i2.3178>
- D'Urso, G., Bruffa, V., Fasolo, M., & Petrucci, I. (2024). Experiences of Children Waiting to be Adopted: A Qualitative Study. *Psychiatry, Psychology and Law*, 1–15. <https://doi.org/10.1080/13218719.2023.2280528>
- Herni, O. A., Sari, S., & Yanto, Y. (2024). Komunikasi Interpersonal Dalam Menciptakan Keluarga Sakinah. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, 3(1). <https://doi.org/10.37676/mude.v3i1.5150>

- Hudi, I., Purwanto, H., Defi, K. N., Bintang, P. N., Dewi, S. M., Solehatunisa, & Nuraliffah, W. Y. (2024). Kesehatan Mental Anak di Dalam Keluarga Broken Home. *JIPPSI: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 1(2), 137–148.
- Kusaini, U. N., Hatijah, E. R., Faradila, S. A., Hasanah, U. D., Julianti, M., Aryanto, R., Rasimin, R., Rahmayanty, D., & Ramadhoni, S. R. (2024). Hubungan Dukungan Ayah Terhadap Perkembangan Anak. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 4(3), 5414–5426.
- Masi, L. M. (2021). Analisis Kondisi Psikologis Anak dari Keluarga Tidak Utuh pada Siswa SMA PGRI Kupang. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, 7(1), 214–226. <https://doi.org/10.33394/jk.v7i1.2968>
- Musyawwirina, M., Pratiwi, R. D., & Ramli, R. R. (2024). Gambaran dan Karakteristik Tingkat Depresi Keluarga yang Merawat Pasien Stroke di RSUD Anutapura. *Medika Alkhairaat: Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 6(1), 362–370.
- Nuraisyah, B., Abidin, Z., Hidayati, A. F., & Febriyana, A. I. (2024). Analisis Dampak Keluarga Broken Home pada Perilaku Siswa. *IHSANIKA: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 144–152.
- Pamukti, A., & Sa'diyah, E. H. (2024). Pentingnya Komunikasi Terbuka dalam Menangani Tantangan Psikologis Perempuan Dewasa Belum Menikah dalam Keluarga Sandwich Generations. *Representamen*, 10(1), 1–13.
- Paramesti, N. Z., Prawira, R. N., Azahra, M., Farandy, F., Andhiyo, I. G. B., Izzati, A. P., Haryani, D. S., Mahardika, A., Ardhika, W. A., & Mulyadi, M. (2024). Peran Negara, Masyarakat, dan Keluarga untuk Menanggulangi Bullying dalam Perspektif Hukum Perlindungan Anak. *Indonesian Journal of Law and Justice*, 1(4), 1–12. <https://doi.org/10.47134/ijlj.v1i4.2545>
- Rahadi, A. D., & Devitri, A. (2024). Upaya Penanganan Kenakalan Remaja dalam Keluarga Broken Home dari Perspektif Agama Islam. *JIP: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(2), 377–392.
- Rahmatilani, C., & Patriansah, M. (2024). Board Game Sebagai Media Komunikasi Visual Pendekatan Hubungan Harmonis Keluarga Antar Orang Tua Dan Anak. *Besaung: Jurnal Seni Desain Dan Budaya*, 9(1), 116–128. <https://doi.org/10.36982/jsdb.v9i1.3776>
- Refansyah, E., Saepudin, A., & Asikin, I. (2024). Pola Asuh Orangtua dalam Mendidik Akhlakul Kharimah Remaja pada Keluarga Pedagang di Kelurahan Ciroyom Kota Bandung. *Bandung Conference Series: Islamic Education*, 4(1), 281–288. <https://doi.org/10.29313/bcsied.v4i1.12235>
- Saba, U. U. (2024). Konseling Keluarga Dalam Mempertahankan Kesejahteraan Mental Anak Remaja. *JBK: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1), 25–30.
- Santoso, A., Ramadhoni, S. R., & Zuhriyah, L. F. (2020). Using Ekphrasis of Emotional Writing for Improving Emotional Regulation Skills. *2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019)*, 73–77.
- Sari, N. M. D. S., Suastini, K., Anggawati, P. D. Y., Dinanti, D. P., Putri, N. L. W. A., & Ardianti, N. P. K. (2024). *Mencegah Bully di Sekolah Dasar*. Nilacakra.
- Surbakti, E., & Pardosi, M. (2024). *Sosial Budaya Dasar pada Kependidikan*. Insan Cendekia Indonesia Raya.

- Wahyuni, H., & Ramadhoni, S. R. (2026). Trauma Psikologis pada Penyintas Kekerasan Seksual Intra-Familial. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 9(1), 133–148.
- Wibowo, M. E., Purwanto, E., & Ramadhoni, S. R. (2020). Exploring empathy among Eastern, central, and Western Indonesia counselling students. *International Journal of Scientific & Technology Research*, 9(01), 131133.
- Wulandari, J., Khairunnisa, N., Yolandari, S., Ar'Roufu, T. M., & Subagja, R. (2024). Pengaruh Cyberbullying Terhadap Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 10(1), 192–201. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v10i1.13281>