

KOMUNIKASI ORANG TUA PEKERJA DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL ANAK

St. Hajar Magfirah Mukhtar¹⁾, Andi Alimuddin Unde²⁾, Jeanny Maria Fatimah³⁾

^{1), 2), 3)}Universitas Hasanuddin

¹⁾magfirah.muchtar@gmail.com

Abstrak. Kesehatan mental merupakan aspek kesehatan pada anak yang penting untuk dijaga karena dapat berdampak pada banyak aspek kehidupan anak. Komunikasi orang tua dianggap dapat memengaruhi Kesehatan mental anak. Penelitian ini mengeksplorasi proses komunikasi orang tua pekerja dalam menjaga Kesehatan mental anak. Fokus penelitian ini terbagi menjadi dua permasalahan yaitu: i) Efektivitas komunikasi orang tua, dan ii) Pola komunikasi orang tua. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain studi kasus untuk menggali informasi yang mendalam terkait komunikasi orang tua dengan anak mereka. Peneliti mewawancarai 5 informan yang telah memenuhi kriteria. Kriteria pemilihan informan berdasarkan pada jumlah jam kerja di atas 42 jam perminggu, mempunyai anak dengan rentang umur 5-18 tahun, mempunyai anak dengan karakteristik menunjukkan gejala tidak sehat mental sesuai dengan SDQ (Strengths and Difficulties Questionnaire), dan mempunyai anak yang berdomisili di Kota Makassar. Informan yang berjumlah 5 orang semuanya perempuan dan bekerja sebagai pegawai pemerintah, pedagang, pegawai bank, dan pegawai swasta. Wawancara dilakukan menggunakan wawancara semi terstruktur. Penelitian ini menggunakan analisis tematik dalam menganalisis jawaban informan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para orang tua mengalami dua kasus yang diidentifikasi dalam penelitian ini yaitu menerapkan komunikasi efektif dan menerapkan pola komunikasi dalam keluarga mereka. Penelitian ini merekomendasikan penelitian selanjutnya yang dilakukan di kota lain dan dengan sampel yang lebih beragam lagi sebagai pembanding.

Kata kunci: efektivitas komunikasi, pola komunikasi, kesehatan mental anak

Abstract. Mental health is an aspect of health in children that is important to maintain because it can have an impact on many aspects of a child's life. Parental communication is considered to affect children's mental health. This research is the process of developing communication between working parents in maintaining children's mental health. The focus of this research is divided into two issues, namely: i) the effectiveness of parental communication, and ii) parental communication patterns. This study uses a qualitative method to explore in-depth information regarding the communication between parents and their children. Researchers interviewed 5 informants who met the criteria. The criteria for selecting informants were based on the number of working hours over 42 hours per week, having children aged 5-18 years, having children with characteristics showing symptoms of mental illness according to the SDQ (Strengths and Difficulties Questionnaire), and having children who live in cities. Macassar. All five informants are women who work as government employees, traders, bank employees, and private employees. Interviews were conducted using semi-structured interviews. This study uses thematic analysis in analyzing informants' answers. The results showed that parents experienced two cases identified in this study, namely implementing effective communication and implementing communication patterns in their families. This study

recommends further research to be conducted in other cities and with a more diverse sample as a comparison.

Keywords: *communication effectiveness, communication patterns, mental health*

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek kesehatan yang penting dalam mencapai kesehatan yang menyeluruh. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan bahwa kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik¹. Kesehatan mental merupakan sebuah kondisi kesejahteraan yang secara sadar dilakukan oleh individu, maksudnya ialah dengan kesadaran diri, individu mampu mengelola stress atau gangguan-gangguan lainnya yang sering terjadi dalam kehidupan, untuk tidak mengalami kondisi keputusasaan, sehingga dalam menjalani aktivitas kehidupannya ia tetap produktif dan bisa menjadi pribadi yang ikut berperan dalam lingkungannya². Berdasarkan data dari WHO saat ini lebih dari 450 juta penduduk dunia hidup dengan gangguan jiwa, dan Indonesia menjadi negara dengan jumlah pengidap gangguan jiwa tertinggi di Asia Tenggara³. Data Riset Kesehatan Dasar⁴ menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia atau setara dengan 11 juta orang.

Penyakit mental dapat menyebabkan dampak pribadi, sosial dan ekonomi yang merusak bagi individu, keluarga dan masyarakat⁵. Satu dari lima remaja dianggap memiliki penyakit mental yang akan bertahan hingga dewasa⁶. Penyakit mental yang muncul sebelum masa dewasa membebankan biaya 10 kali lipat lebih tinggi daripada yang muncul di kemudian hari⁷. Biaya kesehatan mental adalah sumber beban ekonomi global tertinggi di dunia⁸.

¹ World Health Organization, "Mental Health Action Plan 2013-2020," *WHO Library Cataloguing-in-Publication Data Library Cataloguing-in-Publication Data* (2013).

² Ljiljana Muslic et al., "Mental Health Literacy," *Socijalna Psihijatrija* 48, no. 3 (2021).

³ World Health Organization, "Mental Health ATLAS 2017," *WHO* (2019).

⁴ Tim Riskesdas, *Laporan Riskesdas 2018 Nasional* (Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

⁵ Anne M. Gadermann et al., "Comorbidity and Disease Burden in the National Comorbidity Survey Replication (NCS-R)," *Depression and Anxiety* 29, no. 9 (2012); Daphna Levinson et al., "Associations of Serious Mental Illness with Earnings: Results from the WHO World Mental Health Surveys," *British Journal of Psychiatry* 197, no. 2 (2010).

⁶ Ronald C. Kessler et al., "Lifetime Prevalence and Age-of-Onset Distributions of DSM-IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication," *Archives of General Psychiatry*, 2005.

⁷ M Knapp and S Evers, "Health Economic Aspects of Child and Adolescent Mental Health," *Psychiatrische Praxis* 38, no. S 01 (2011).

⁸ B W Stewart and C P Wild, "The Global Economic Burden of Non-Communicable Diseases," *World Cancer Report 2014*, no. 87 (2014).

Selain bantuan professional, mengatasi penyakit mental membutuhkan dukungan keluarga dan teman⁹. Lingkungan keluarga yang stabil dan mendukung dapat berkontribusi terhadap permasalahan psikososial dan kesehatan mental pada remaja¹⁰. Penelitian menemukan bahwa gaya pengasuhan yang otoritatif dan komunikasi yang terbuka dan saling menghormati antara anggota keluarga yang melibatkan remaja secara rasional, berorientasi pada masalah berkontribusi pada kompetensi sosial remaja dan mengurangi kemungkinan masalah kesehatan mental dan perilaku berisiko¹¹. Interaksi keluarga terbuka menghadirkan kesempatan mengajar bagi orang tua untuk membentuk coping dan perilaku kesehatan yang positif, memungkinkan remaja untuk mengungkapkan kekhawatiran dan merasa dihargai, dan kondusif bagi kesehatan mental remaja¹².

Interaksi di dalam keluarga dapat dipengaruhi oleh ketersediaan waktu yang orang tua miliki. Namun kenyataan yang terjadi pada masa sekarang adalah banyak orang tua yang bekerja dan bahkan melewati jam kerja pada umumnya. Hal tersebut mengakibatkan terbatasnya interaksi orang tua dengan anaknya¹³. Berbagai alasan yang muncul ketika kedua orang tua harus bekerja diluar rumah terutama di perkotaan antara lain karena alasan ekonomi, karir, pendidikan dan lain sebagainya. Ananda¹⁴ menyebutkan bahwa di perkotaan hanya 2% ibu yang bekerja dikarenakan untuk mengisi waktu luang dan 98% bekerja dikarenakan alasan ekonomi yaitu untuk menambah penghasilan keluarga.

Kondisi pekerjaan orang tua kemungkinan berpengaruh pada efektivitas komunikasi dengan anak. Padahal orang tua memegang peranan penting dalam menjalin komunikasi dengan anak dalam upaya pencegahan anak terpapar masalah kesehatan mental. Setiap orang memiliki gaya atau pola tersendiri dalam melakukan tugasnya sebagai orang tua¹⁵. Dalam hal komunikasi, setiap keluarga juga memiliki beberapa bentuk pola komunikasi yang mereka

⁹ Tamara Waldmann et al., "Mental Health Literacy and Help-Seeking among Unemployed People with Mental Health Problems," *Journal of Mental Health* 29, no. 3 (2020).

¹⁰ Rena L. Repetti, Shelley E. Taylor, and Teresa E. Seeman, "Risky Families: Family Social Environments and the Mental and Physical Health of Offspring," *Psychological Bulletin*, 2002.

¹¹ Diana Baumrind, "The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use," *The Journal of Early Adolescence* 11, no. 1 (1991).

¹² Repetti, Taylor, and Seeman, "Risky Families: Family Social Environments and the Mental and Physical Health of Offspring."

¹³ Saraswati, "Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pembentukan Kepribadian Anak" (Universitas Mercu Buana, 2008).

¹⁴ Marissa Rizky Ananda, "Self Esteem Antara Ibu Rumah Tangga Yang Bekerja Dengan Yang Tidak Bekerja," *Jurnal Online Psikologi* 01, no. 01 (2013).

¹⁵ Endang Susilowati, "Pola Asuh Orang Tua Dan Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah," *Majalah Ilmiah : Sultan Agung* L(126) (2012).

anggap sebagai jalan mencapai komunikasi yang efektif. Namun penelitian seperti ini masih sangat jarang sehingga belum diketahui gambaran efektivitas komunikasi orang tua pekerja dalam menjaga kesehatan mental anak mereka.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif jenis interaktif yang bertujuan menggali informasi dan pemahaman mendalam terkait komunikasi efektif orang tua pekerja dalam menjaga kesehatan mental anaknya. Data penelitian diperoleh langsung dari subyek penelitian melalui wawancara.

Subyek penelitian adalah orang tua pekerja yang berjumlah 5 orang. Kelima orang ini merupakan orang tua (suami/istri) yang memenuhi kriteria. Pemilihan kriteria didasarkan pada: (1) orang tua istri/suami atau orang tua tunggal istri/suami yang bekerja di Kota Makassar dengan jam kerja yang melebihi jam kerja yang telah ditetapkan UU No1 Tahun 1951 yaitu 42 jam kerja dalam satu minggu, (2) orang tua istri/suami atau orang tua tunggal istri/suami mempunyai anak dengan rentang umur 5-18 tahun, (3) orang tua istri/suami atau orang tua tunggal istri/suami yang mempunyai anak dengan karakteristik menunjukkan gejala tidak sehat mental sesuai dengan SDQ (Strengths and Difficulties Questionnaire), dan (4) suami/bapak, isteri/ibu yang mempunyai anak yang berdomisili di Kota Makassar.

Teknik wawancara semi terstruktur diterapkan dalam penelitian ini. Wawancara semi terstruktur diterapkan karena ada beberapa pemahaman tentang tema atau masalah yang diteliti sehingga lebih banyak informasi diperlukan¹⁶. Para informan terlebih dahulu dimintai kesediaannya untuk diwawancarai. Para informan juga dimintai kesediaan anaknya untuk diberikan kuesioner SDQ untuk diseleksi. Para informan diwawancarai secara langsung. Sesi wawancara untuk setiap informan berlangsung selama kurang lebih 60 menit. Setiap informan menerima pertanyaan yang sama.

Analisis tematik digunakan dalam studi ini untuk mengeksplorasi tanggapan peserta. Analisis tematik adalah yang paling umum dalam studi kualitatif untuk mendapatkan tanggapan yang diwawancarai¹⁷. Peneliti merekam hasil wawancara dan menganalisisnya secara tematis. Transkrip tanggapan para informan dikodekan dalam node. Node adalah unit

¹⁶ Virginia Braun and Victoria Clarke, "Reflecting on Reflexive Thematic Analysis," *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 2019.

¹⁷ Chad R. Lochmiller, "Conducting Thematic Analysis with Qualitative Data," *Qualitative Report* 26, no. 6 (2021).

dasar dari struktur data transkrip. Tema secara signifikan penting dalam data berdasarkan pertanyaan penelitian yang mewakili tingkat respons berpola atau makna dalam kumpulan data, sementara subtema memberi struktur pada tema yang lebih luas¹⁸. Penelitian ini mengidentifikasi dua item: i) efektivitas komunikasi; dan ii) pola komunikasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini mendalami informasi terkait efektivitas dan pola komunikasi pada lima ibu yang bekerja di Kota Makassar dan memiliki anak yang menunjukkan gejala gangguan mental berdasarkan screening menggunakan SDQ. Secara umum hasil penelitian ini menunjukkan bahwa walaupun tidak mempunyai waktu yang banyak pada anak akan tetapi para orang tua pekerja memaksimalkan waktu dan media yang ada seperti handphone.

Informan 1 dalam wawancaranya bersama peneliti mengungkapkan bahwa:

*“Mereka kadang cerita pada saat makan malam, atau kalau pulang sekolah pas dijemput mereka pasti langsung cerita. Biasanya cerita tentang sekolahnya”
(wawancara, informan 1).*

Hasil wawancara ini menunjukkan bahwa orang tua memaksimalkan waktu luang yang mereka miliki untuk menjalin komunikasi dengan anak mereka baik pada saat makan malam ataupun momen-momen lainnya ketika mereka bersama anak seperti saat menjemput anak sepulang dari sekolah.

1. Efektivitas Komunikasi Orang Tua dengan Anak

a) Keterbukaan

Dalam konteks efektivitas komunikasi, proses komunikasi kelima informan telah mengandung keterbukaan pada anak, empati, sikap mendukung dan sikap positif. Ketika anaknya meminta dibelikan suatu barang yang tidak dibutuhkan, mereka mencoba terbuka (openness) masalah keuangan yang terjadi dalam keluarganya. Hal tersebut diungkapkan informan 4:

*“Saya kasih tau dia “Ainun kita harus hemat nak, ini mama sendiri yang cari uang dan sebentar lagi mama pensiun jadi kita harus pintar menabung dari sekarang nak”
(wawancara, informan 4).*

¹⁸ Braun and Clarke, “Reflecting on Reflexive Thematic Analysis.”

Kondisi informan 4 sebagai orang tua tunggal mengharuskan dia dan anaknya untuk lebih meminimalisir pengeluaran, sementara itu anaknya yang masih berumur 11 tahun, selalu ingin membeli keinginannya.

b) Empati

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa orang tua cenderung memiliki empati terhadap anak mereka yang ditunjukkan pada komunikasi yang terjadi di antara mereka.

“Tergantung karena kadang kita harus mengerti misalnya anak-anak lagi melakukan sesuatu tapi tidak boleh selalu, dimengerti supaya anak juga tidak kecewa. Kecuali kalau urgent seperti ada yang tumpah, itu pokoknya harus langsung dibersihkan” (wawancara, informan 1).

Mengerti keadaan anak sebelum melakukan sesuatu adalah suatu hal yang disebut empati orang tua, informan 1 menempatkan dirinya jika menjadi anaknya, jadi ia mengerti bahwa ketika meminta tolong pada anak, ia harus melihat dulu apakah tidak ada pekerjaan lain yang sedang dilakukan anaknya. Lain halnya dengan sikap empati yang dilakukan informan 3 pada anaknya, ia merasa kasihan dengan anaknya yang memiliki banyak aktifitas disekolah dari pagi hingga sore maka dari itu ia memberi kebebasan pada anaknya untuk bermain HP saat dirumah. Seperti yang dikatakan dalam wawancaranya:

“kalau pulang sekolah dia antusias ceritakan apa yang dia alami disekolah tapi kalau setelah maghrib begini, pegang hp mi itu sampai tidur. Healing ki mungkin karena kasihan juga liatki dari pagi sampai sore sekolah kodong” (wawancara, informan 3).

c) Sikap Positif

Sikap positif atau positiveness juga ditunjukkan oleh semua informan yang ditunjukkan dengan berbagai sikap seperti berfikiran positif terhadap orang lain, menghargai, memberi pujian dan penghargaan.

“Iya seringji kalau disekolah dia dapat nilai bagus saya bilang, “Th tawwa itumi makanya belajarki itu dapatmki A+ toh, coba tidak belajarki tidak bisaki itu bagus nilai ta” (wawancara, informan 5).

Informan 5 menunjukkan sikap positif dengan cara memuji anak saat anak memperoleh prestasi di sekolah.

d) *Sikap Mendukung*

Aspek selanjutnya yang digali dalam penelitian ini adalah supportiveness. Akan tetapi peneliti tidak menemukan adanya sikap mendukung atau supportiveness. Ketika anaknya melakukan suatu kesalahan para orang tua tidak menanyakan terlebih dahulu apa yang terjadi dan langsung marah kepada anak, hal ini membuat komunikasi tidak berjalan dua arah sehingga tidak terciptanya komunikasi yang efektif. Ketika ingin memasukkan anaknya ke sekolah pilihannya, para informan juga tidak memberi kesempatan pada anaknya untuk memilih. Seperti yang dikatakan informan 5:

“Saya mau itu dia jadi tahfiz karena kan memang sekolahnya sekolah tahfiz makanya sering disemangati sama ayahnya karena biasa dia cerita katanya sedikit makannya disitu pokoknya segala macam keluhannya jadi disemangati “bersabarkilah saja nak memang begitu, tidak ada itu menuntut ilmu yang gampang.” (wawancara, informan 5).

Kejadian tersebut juga terjadi pada informan 1 yang langsung mencubit anaknya saat terjadi pertengkaran dengan anak lainnya. Mengungkapkan dalam wawancaranya:

“Saya pernah salah tuduh siapa yang buat kesalahan baru saya cubit, dia marah-marah dan menangis, saya bilangmi “minta maaf bunda nak, bunda tidak tau” saya biasa peluk terus tanya “sakit tadi itu nak?” tapi kalau memang dia salah, kita biarkan, kita tidak mau ajak dia bicara supaya dia ada penyesalannya toh.” (wawancara, informan 1).

Hanya karena tidak mendengarkan anak pada saat emosi, para informan tidak segan menghukum anaknya, yang bisa berakibat pada terganggunya psikologis anak, anak merasa ketakutan dan tidak percaya diri untuk membela dirinya yang tidak salah.

e) *Kesetaraan*

Untuk aspek kesetaraan, para informan tidak menganggap bahwa dirinya setara dengan anaknya. Informan 4 menyatakan dalam wawancarnya bahwa anaknya seringkali menjadi sok tahu.

“Saya biasa kasih tau, “Nak itu kalau orang tua kasih tau, dengarmki karena kita ini sudah lewatimi semua” (wawancara, informan 4).

Hal yang sama juga diungkapkan oleh informan 1 dalam wawancaranya:

“Kalau itu saya tidak tau, ayahnya ji biasa begitu dengan anak pertamaku karena kalau saya ada ku bilang berarti itumi yang harus dilakukan” (wawancara, informan 1).

2. Pola Komunikasi Orang Tua dengan Anak

a) Pola Komunikasi Otoriter

Pola komunikasi dengan gaya otoriter dalam penelitian ini paling banyak digunakan oleh para informan, dikarenakan waktu yang kurang bersama anak sehingga orang tua cenderung menetapkan batasan yang tegas dan tidak memberi peluang yang besar kepada anak untuk berbicara (berkomunikasi/bermusyawarah). Seperti tanggapan informan 1:

“Oh sering, kalau saya pukul kayak dulu-dulu waktu masih umur 3 bulan masih kayak labil itu emosi, belum bisa dikontrol, itu sering sekali saya pukul anakku yang pertama. Tapi selama ini tidakmi, mungkin juga dulu karena ada masalah akhirnya imbasnya ke anak” (wawancara, informan 1).

Berdasarkan wawancara diatas, peneliti menemukan para orang tua dalam hal ini ibu mempunyai disregulasi emosi yaitu keadaan dimana seseorang sulit untuk mengatur emosinya. Mengalami masalah diluar rumah dan berimbas pada anak.

b) Pola Komunikasi Membebaskan

Pola perlakuan orangtua saat berinteraksi dengan anaknya dengan memberikan kelonggaran atau kebebasan kepada anaknya tanpa kontrol atau pengawasan yang ketat merupakan bentuk atau gaya pengasuhan yang permisif. Hal ini seperti yang dikatakan informan 3:

“Kalau hari-hari biasa tidak ada aturan karena saya juga up and down kalau masalah aturan, dulu aturan dari gurunya hanya boleh main hp dihari libur saja jadi dia sadar sendiri itu karena gurunya yang bilang, kalau saya yang bilang dia tidak mendengar haha” (wawancara, informan 3).

Tanggapan tersebut sejalan dengan beberapa ciri dari orang tua yang permisif adalah, tidak menuntut, mengabaikan semua permintaan anak dan kebutuhan anak, juga enggan menerapkan aturan pada anak.

PEMBAHASAN

Keberlangsungan komunikasi keluarga cukup bergantung dengan ketersediaan waktu untuk para anggota keluarga berkomunikasi satu sama lain. Sempitnya waktu bersama digunakan oleh para orang tua untuk memanfaatkan waktu bersama anak dengan sebaik-baiknya. Makan malam adalah salah satu momen yang dimanfaatkan para orang tua untuk berkomunikasi. Ini sejalan dengan penelitian Elgar¹⁹ yang mengungkap adanya hubungan antara frekuensi makan malam keluarga dengan kesehatan mental anak.

Efektivitas komunikasi keluarga sebagai bentuk komunikasi interpersonal, sebagaimana dikemukakan DeVito ada lima sikap positif yang perlu dipertimbangkan ketika seseorang merencanakan komunikasi interpersonal, termasuk komunikasi dalam keluarga, meliputi: Keterbukaan (openness), empati, sikap mendukung (supportiveness), sikap positif (positiveness), dan kesetaraan (equality)²⁰. Fakta yang ditemukan menunjukkan bahwa para informan telah melakukan beberapa hal agar terciptanya komunikasi efektif, akan tetapi informan melupakan hal lain dalam berkomunikasi pada anak.

Penelitian menunjukkan bahwa meskipun para informan memenuhi aspek keterbukaan, empati, dan sikap positif, para informan tidak memenuhi aspek sikap mendukung dan aspek kesetaraan. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi yang terjadi antara informan dan anaknya belum menunjukkan komunikasi efektif. Para orang tua tentu berniat ingin mendidik anak mereka dengan baik namun cara mereka menerapkan pengasuhan di dalam keluarga berpengaruh pada perkembangan anak²¹, terutama kesehatan mental mereka²². Namun keterbukaan dan sikap mendukung dari para orang tua juga cukup penting untuk menjaga kesehatan mental anak²³.

¹⁹ Frank J. Elgar, Wendy Craig, and Stephen J. Trites, "Family Dinners, Communication, and Mental Health in Canadian Adolescents," *Journal of Adolescent Health* 52, no. 4 (2013).

²⁰ Joseph a DeVito, "The Interpersonal Communication Book," *PsycCRITIQUES* 32 (2008).

²¹ Alexander C. Jensen and Susan M. McHale, "Mothers', Fathers', and Siblings' Perceptions of Parents' Differential Treatment of Siblings: Links with Family Relationship Qualities," *Journal of Adolescence* 60 (2017); Melissa K. Richmond, Clare M. Stocker, and Shauna L. Rienks, "Longitudinal Associations between Sibling Relationship Quality, Parental Differential Treatment, and Children's Adjustment," *Journal of Family Psychology*, 2005.

²² Catalina Sau Man Ng et al., "The Impact of Differential Parenting: Study Protocol on a Longitudinal Study Investigating Child and Parent Factors on Children's Psychosocial Health in Hong Kong," *Frontiers in Psychology* 11 (2020).

²³ Amanda Kowal et al., "Children's Perceptions of the Fairness of Parental Preferential Treatment and Their Socioemotional Well-Being," *Journal of Family Psychology*, 2002; Timothy R. Worley and Madison Mucci-Ferris, "Parent-Student Relational Turbulence, Support Processes, and Mental Health during the COVID-19 Pandemic," *Journal of Social and Personal Relationships* 38, no. 10 (2021).

Hasil wawancara menemukan bahwa para informan menerapkan dua pola komunikasi dalam keluarga mereka yaitu pola komunikasi otoriter dan membebaskan. Pola komunikasi otoriter cenderung menggiring anak untuk memiliki pandangan yang seragam dengan orang tua. Sedangkan pola komunikasi membebaskan lebih cenderung menerima berbagai pendapat yang beragam dalam keluarga²⁴. Anak-anak yang hidup di dalam keluarga yang lebih bebas dalam menyampaikan pendapat dalam keluarga terbukti memiliki self-esteem yang lebih tinggi daripada keluarga yang lebih otoriter serta memiliki tingkat depresi yang lebih rendah²⁵. Hal ini sejalan dengan penelitian ini yang mengungkap pola komunikasi yang diterapkan orang tua dengan anak yang bergejala tidak sehat mental juga menggunakan pola komunikasi otoriter. Hasil penelitian ini tentunya memberikan gambaran jelas tentang rekomendasi penerapan pola komunikasi yang sesuai untuk menjaga kesehatan mental anak.

PENUTUP

Simpulan

Para informan memaksimalkan komunikasi mereka dengan anak meskipun mereka memiliki jam kerja di atas jam kerja normal. Meskipun mereka bermaksud membangun komunikasi yang efektif, pada kenyataannya mereka belum memenuhi aspek-aspek komunikasi efektif secara menyeluruh. Para informan cukup terbuka dengan anak di dalam berkomunikasi. Mereka sering menyampaikan permasalahan keluarga kepada anak. Para informan juga menerapkan aspek empati dalam berkomunikasi dengan anak. Meskipun para informan ingin anak mereka melakukan apa yang mereka inginkan, para orang tua juga tetap memiliki rasa empat kepada anak mereka terutama dalam hal kesanggupan anak dalam melaksanakan perintah orang tua. Pada aspek sikap positif, para informan cenderung memberikan penguatan yang sifatnya positif kepada anak jika anak mereka memperoleh prestasi. Namun pada aspek supportiveness atau sikap mendukung, para informan cenderung tidak menunjukkan dukungan terhadap keinginan anak dalam hal cita-cita. Para informan tetap menginginkan anak mereka menjadi apa yang para informan mau. Begitupun pada aspek kesetaraan, para informan dengan jelas mengaggap anak sebagai lawan berkomunikasi yang tidak setara. Selain permasalahan efektivitas komunikasi, masalah pola komunikasi juga

²⁴ Ascan F. Koerner and Paul Schrodt, "An Introduction to the Special Issue on Family Communication Patterns Theory," *Journal of Family Communication* 14, no. 1 (2014).

²⁵ Jordan D. Hamon and Paul Schrodt, "Do Parenting Styles Moderate the Association Between Family Conformity Orientation and Young Adults' Mental Well-Being?," *Journal of Family Communication* 12, no. 2 (2012).

ditunjukkan para informan. Para informan menerapkan pola komunikasi otoriter dan beberapa informan menerapkan pola komunikasi membebaskan.

Saran

Penelitian ini mengungkap komunikasi orang tua terhadap anak yang menunjukkan gejala tidak sehat mental. Penelitian selanjutnya agar mengeksplorasi faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi kesehatan mental anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, Marissa Rizky. "Self Esteem Antara Ibu Rumah Tangga Yang Bekerja Dengan Yang Tidak Bekerja." *Jurnal Online Psikologi* 01, no. 01 (2013).
- Baumrind, Diana. "The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use." *The Journal of Early Adolescence* 11, no. 1 (1991).
- Braun, Virginia, and Victoria Clarke. "Reflecting on Reflexive Thematic Analysis." *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 2019.
- DeVito, Joseph a. "The Interpersonal Communication Book." *PsycCRITIQUES* 32 (2008).
- Elgar, Frank J., Wendy Craig, and Stephen J. Trites. "Family Dinners, Communication, and Mental Health in Canadian Adolescents." *Journal of Adolescent Health* 52, no. 4 (2013).
- Gadermann, Anne M., Jordi Alonso, Gemma Vilagut, Alan M. Zaslavsky, and Ronald C. Kessler. "Comorbidity and Disease Burden in the National Comorbidity Survey Replication (NCS-R)." *Depression and Anxiety* 29, no. 9 (2012).
- Hamon, Jordan D., and Paul Schrodt. "Do Parenting Styles Moderate the Association Between Family Conformity Orientation and Young Adults' Mental Well-Being?" *Journal of Family Communication* 12, no. 2 (2012).
- Jensen, Alexander C., and Susan M. McHale. "Mothers', Fathers', and Siblings' Perceptions of Parents' Differential Treatment of Siblings: Links with Family Relationship Qualities." *Journal of Adolescence* 60 (2017).
- Kessler, Ronald C., Patricia Berglund, Olga Demler, Robert Jin, Kathleen R. Merikangas, and Ellen E. Walters. "Lifetime Prevalence and Age-of-Onset Distributions of DSM-IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication." *Archives of General Psychiatry*, 2005.
- Knapp, M, and S Evers. "Health Economic Aspects of Child and Adolescent Mental Health." *Psychiatrische Praxis* 38, no. S 01 (2011).
- Koerner, Ascan F., and Paul Schrodt. "An Introduction to the Special Issue on Family Communication Patterns Theory." *Journal of Family Communication* 14, no. 1 (2014).
- Kowal, Amanda, Laurie Kramer, Jennifer L. Krull, and Nicki R. Crick. "Children's Perceptions of the Fairness of Parental Preferential Treatment and Their Socioemotional Well-Being." *Journal of Family Psychology*, 2002.
- Levinson, Daphna, Matthew D. Lakoma, Maria Petukhova, Michael Schoenbaum, Alan M. Zaslavsky, Matthias Angermeyer, Guilherme Borges, et al. "Associations of Serious Mental Illness with Earnings: Results from the WHO World Mental Health Surveys." *British Journal of Psychiatry* 197, no. 2 (2010).
- Lochmiller, Chad R. "Conducting Thematic Analysis with Qualitative Data." *Qualitative Report* 26, no. 6 (2021).
- Muslic, Ljiljana, Diana Jovicic Buric, Martina Markelic, and Sanja Music Milanovic. "Mental Health Literacy." *Socijalna Psihijatrija* 48, no. 3 (2021).
- Ng, Catalina Sau Man, Ming Ming Chiu, Qing Zhou, and Gail Heyman. "The Impact of Differential Parenting: Study Protocol on a Longitudinal Study Investigating Child and Parent Factors

- on Children's Psychosocial Health in Hong Kong." *Frontiers in Psychology* 11 (2020).
- Repetti, Rena L., Shelley E. Taylor, and Teresa E. Seeman. "Risky Families: Family Social Environments and the Mental and Physical Health of Offspring." *Psychological Bulletin*, 2002.
- Richmond, Melissa K., Clare M. Stocker, and Shauna L. Rienks. "Longitudinal Associations between Sibling Relationship Quality, Parental Differential Treatment, and Children's Adjustment." *Journal of Family Psychology*, 2005.
- Saraswati. "Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pembentukan Kepribadian Anak." Universitas Mercu Buana, 2008.
- Stewart, B W, and C P Wild. "The Global Economic Burden of Non-Communicable Diseases." *World Cancer Report 2014*, no. 87 (2014).
- Susilowati, Endang. "Pola Asuh Orang Tua Dan Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah." *Majalah Ilmiah : Sultan Agung* L(126) (2012).
- Tim Riskesdas. *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018.
- Waldmann, Tamara, Tobias Staiger, Nathalie Oexle, and Nicolas Rüsçh. "Mental Health Literacy and Help-Seeking among Unemployed People with Mental Health Problems." *Journal of Mental Health* 29, no. 3 (2020).
- World Health Organization. "Mental Health Action Plan 2013-2020." *WHO Library Cataloguing-in-Publication Data* (2013).
- . "Mental Health ATLAS 2017." *WHO* (2019).
- Worley, Timothy R., and Madison Mucci-Ferris. "Parent-Student Relational Turbulence, Support Processes, and Mental Health during the COVID-19 Pandemic." *Journal of Social and Personal Relationships* 38, no. 10 (2021).