



Pengaruh Peran Keluarga Terhadap Kesejahteraan Emosional Remaja di Dusun Kutambaru

Lastiur Monica Munthe¹, Romauli Lumbantoruan², Dorlan Naibaho³

^{1,2,3}Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

Dorlannaibaho4@gmail.com

Article Info

Article history:

Received May 20, 2024

Revised May 27, 2024

Accepted May 29, 2024

Keywords:

Family roles, emotional well-being, Youth

ABSTRACT

This study aims to examine the extent of family influence on the emotional well-being of adolescents. This research uses qualitative methods by conducting interviews with resource persons. The results showed that family roles had a significant influence on the emotional well-being of adolescents. Emotional support, effective communication, and the physical presence of parents have been shown to contribute positively to adolescent emotional stability. In addition, teens who feel supported and understood by their families tend to have lower levels of anxiety and depression and have higher self-esteem. This research provides empirical evidence that families play an important role in shaping adolescent emotional well-being. These findings emphasize the importance of interventions and programs that support parents' active involvement in adolescents' lives. Thus, policies and programs designed to improve communication and family support can have a positive impact on adolescent mental health.

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



Article Info

Article history:

Received May 20, 2024

Revised May 27, 2024

Accepted May 29, 2024

Keyword:

Peran keluarga, kesejahteraan emosional, Remaja

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji sejauh mana pengaruh keluarga terhadap kesejahteraan emosional remaja. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan cara melakukan wawancara terhadap narasumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan emosional remaja. Dukungan emosional, komunikasi efektif, dan kehadiran fisik orang tua terbukti berkontribusi positif terhadap stabilitas emosional remaja. Selain itu, remaja yang merasa didukung dan dimengerti oleh keluarga mereka cenderung memiliki tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah serta memiliki harga diri yang lebih tinggi. Penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa keluarga memainkan peran penting dalam membentuk kesejahteraan emosional remaja. Temuan ini menekankan pentingnya intervensi dan program yang mendukung keterlibatan aktif orang tua dalam kehidupan remaja. Dengan demikian,



kebijakan dan program yang dirancang untuk meningkatkan komunikasi dan dukungan keluarga dapat berdampak positif pada kesehatan mental remaja

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Nama penulis: Romauli Lumbantoruan
Institut Agama Kristen Negeri Tarutung
Email: dorlannaibaho4@gmail.com

Pendahuluan

Perkembangan Psikologi kecerdasan emosional anak saat ini menjadi salah satu fokus utama dalam penelitian psikologi perkembangan. Kecerdasan emosional memegang peran penting dalam menentukan keberhasilan akademis, kesejahteraan psikologis, serta kemampuan anak dalam beradaptasi menghadapi berbagai tantangan hidup. Lingkungan keluarga, sebagai tempat pertama dan paling dekat bagi keturunan, Berdampak besar pada pertumbuhan kecerdasan emosional tersebut.

Hubungan antara orangtua dan anak menjadi elemen kunci dalam membentuk dasar kecerdasan emosional anak. Interaksi yang positif, komunikasi yang terbuka, serta keterlibatan orangtua dalam kehidupan sehari-hari anak dapat membantu membentuk pola pikir dan perilaku yang positif. Sebaliknya, ketidakharmonisan dalam hubungan keluarga atau kurangnya dukungan emosional dapat menjadi faktor risiko bagi perkembangan Kecerdasan Emosional anak dipengaruhi oleh cara orang tua dalam mendidik mereka, juga sangat berperan dalam membentuk respons emosional anak terhadap berbagai situasi. Pola asuh yang konsisten, dengan batasan yang jelas dan dukungan dalam menghadapi konflik, dapat membantu anak mengembangkan keterampilan pengelolaan emosi yang sehat. Sebaliknya, pola asuh yang otoriter atau kurang konsisten dapat menyebabkan kesulitan bagi anak dalam mengatasi emosi negatif.

Pentingnya memahami dampak lingkungan keluarga terhadap kecerdasan emosional anak menjadi sangat relevan dalam konteks perkembangan anak-anak di berbagai masyarakat. Lingkungan keluarga yang positif dapat menyediakan pondasi yang kokoh bagi perkembangan kesejahteraan psikologis anak. Sebaliknya, lingkungan keluarga yang kurang mendukung dapat menciptakan tantangan serius bagi perkembangan kecerdasan emosional anak. Melalui pengertian yang mendalam Dengan memahami dinamika ini, penelitian diharapkan mampu memberikan wawasan berharga untuk pengembangan program pendidikan, intervensi, dan dukungan bagi orangtua. Dengan demikian, masyarakat dapat lebih efisien dalam mendukung pertumbuhan kecerdasan emosional anak-anak, membantu mereka menghadapi kompleksitas emosi, serta membangun fondasi yang kokoh bagi



kesejahteraan psikologis mereka di masa depan. Kondisi sosial, ekonomi, dan teknologi yang terus berubah juga menghadirkan tantangan baru dalam memahami dan menangani kecerdasan emosional anak.

Di era digital dan globalisasi ini, anak-anak menghadapi tekanan dan rangsangan yang semakin beragam. Pengaruh media sosial, beban akademis yang tinggi, serta ketidakpastian masa depan dapat menjadi sumber stres yang signifikan bagi mereka. Maka pemahaman tentang peran lingkungan keluarga dalam membentuk kecerdasan emosional menjadi semakin penting. Penelitian mengenai hal ini diharapkan mampu memberikan arahan bagi orangtua dan pendidik saat menciptakan lingkungan yang memfasilitasi perkembangan kecerdasan emosional anak. Dengan adanya intervensi yang tepat, diharapkan anak-anak dapat berkembang menjadi yang mampu mengelola emosi dengan baik, memiliki kesejahteraan psikologis yang optimal, serta siap menghadapi berbagai tantangan kehidupan di masa depan.

Dalam era perkembangan teknologi yang pesat, pengaruh media, dan perubahan sosial yang cepat, penting untuk menjaga keseimbangan antara kecerdasan emosional dan kecerdasan teknologi. Anak-anak perlu dibekali dengan keterampilan emosional untuk menghadapi tantangan dunia modern sambil tetap menjaga penggunaan teknologi yang seimbang.

Dengan mendalami hubungan antara lingkungan keluarga dan kecerdasan emosional anak, kita dapat menciptakan strategi yang lebih kontekstual dan relevan. Memahami kompleksitas emosi anak dalam konteks lingkungan keluarga memungkinkan kita memberikan dukungan yang lebih tepat dan efektif. Bukan hanya dalam menyelesaikan tantangan tetapi juga dalam membangun ketahanan psikologis anak-anak terhadap tantangan di masa depan. Melalui pendekatan multidisiplin, penelitian, kita dapat membentuk dasar yang kuat untuk kesejahteraan psikologis anak-anak di masa mendatang. Usaha bersama ini tidak hanya menghasilkan individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan masyarakat yang peduli dan mendukung perkembangan positif anak-anak sebagai generasi penerus.

Metode

Studi ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan menggunakan metode survei untuk mengumpulkan data dari partisipan. Populasi penelitian terdiri dari orang Tua. Subjek penelitian dipilih secara sengaja. Teknik Pengumpulan Data ialah Teknik wawancara untuk mendapatkan informasi pemahaman tentang dinamika keluarga, pola asuh dan interaksi orang tua-anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh pemahaman tentang bagaimana lingkungan keluarga memengaruhi perkembangan kecerdasan emosional anak-anak dalam menghadapi tantangan dunia modern.



Hasil Dan Pembahasan

Sarwono mengatakan bahwa masa remaja awal berlangsung dari usia 10 hingga 12 tahun, masa remaja tengah dari usia 13 hingga 15 tahun, dan masa remaja akhir dari usia 16 hingga 19 tahun.. Pada masa ini, bimbingan diarahkan untuk membentuk identitas dan pemahaman diri remaja. Pola asuh orang tua sangat penting dalam membentuk kepribadian anak di masa depan, karena cara orang tua mendidik akan berdampak signifikan pada perkembangan anak. J.P. Chaplin (dalam Alex Sobur, 2013) mengungkapkan bahwa perkembangan merupakan proses perubahan yang terus berlanjut sepanjang hidup manusia dan organisme lainnya, tanpa memperhatikan faktor-faktor internal organisme tersebut. Pada tahap dewasa, fokus utamanya adalah pada karir dan kehidupan personal. Sedangkan di usia lanjut, fokus bergeser ke dukungan psikososial dan kesehatan mental. Selama masa remaja, perhatian utama dalam bimbingan adalah pembentukan identitas dan pemahaman diri.

Rice (dalam Gunarsa, 2004) menyatakan bahwa Remaja mengalami fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Pada masa ini, remaja harus mengembangkan pengendalian diri yang dipengaruhi oleh dua faktor utama: faktor eksternal berupa perubahan lingkungan, dan faktor internal berupa karakteristik pribadi yang membuat masa remaja lebih penuh gejolak dibandingkan dengan fase perkembangan lainnya, sering kali disebut sebagai masa badai dan stres. Peran keluarga sangat penting bagi perasaan baik remaja. Keluarga adalah tempat pertama di mana remaja belajar tentang bersosialisasi, menghargai diri sendiri, dan mengelola perasaan. Lingkungan keluarga yang ramah dan stabil biasanya membuat remaja merasa aman secara emosional. Anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang penuh perhatian dan kasih sayang, dan berkomunikasi baik biasanya merasa lebih baik secara emosional dibandingkan dengan yang berasal dari keluarga yang kurang mendukung. Cara orang tua membesarkan anak juga memengaruhi perasaan baik remaja.

Pola asuh yang baik, seperti mendukung dan memahami, membuat remaja lebih mampu menghadapi stres dan masalah emosional. Komunikasi terbuka antara anggota keluarga juga penting. Remaja harus merasa nyaman berbicara dengan orang tua mereka tanpa takut dihakimi. Keluarga yang memperbolehkan ekspresi emosi yang sehat membantu remaja mengelola perasaan mereka dengan baik. Namun, keluarga juga bisa menjadi sumber konflik bagi remaja. Konflik antara orang tua, kurangnya dukungan, atau pengabaian emosional bisa menyebabkan masalah emosional pada remaja. Oleh karena itu, keluarga harus menciptakan lingkungan yang aman dan penuh kasih untuk mendukung perasaan baik remaja.



Menurut Wahyuni (2021), fungsi keluarga berhubungan dengan aktivitas Keluarga melakukan hal ini untuk menyoroti cara-cara yang mereka gunakan dalam mencapai tujuan mereka. tujuannya, termasuk memberikan bimbingan dan dukungan dalam situasi tertentu agar dapat dihadapi dengan baik. Orang tua bertanggung jawab untuk membimbing anak-anak mereka yang masih kurang pengetahuan dan pengalaman tentang diri mereka sendiri serta lingkungan sekitar.

Proses perkembangan individu tidak selalu berjalan lancar karena adanya berbagai hambatan Hambatan psikologis dan fisik, bersama dengan pengaruh dari lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat, merupakan faktor-faktor yang memengaruhi remaja. Meskipun demikian, remaja memiliki potensi berpikir yang besar, sebanding dengan orang dewasa. Sistem saraf otak mereka masih dalam tahap perkembangan yang signifikan. Karena perkembangan yang cepat, remaja mengalami perubahan dalam sikap dan perilaku mereka. Kadang-kadang, mereka menunjukkan sikap terburu-buru dan emosional yang tidak konsisten. Namun, mereka masih mampu menyelesaikan tugas-tugas dengan kemampuan berpikir logis yang semakin berkembang. dengan baik, namun kurangnya pengalaman dan emosi yang belum stabil seringkali membuat mereka belum menunjukkan perilaku yang matang. *Signifikansi lingkungan keluarga dalam pembentukan kecerdasan emosional anak.*

➤ **Interaksi antara orangtua dan anak.**

Dusun Kutambaru, sebuah komunitas yang kaya akan nilai-nilai tradisional dan kearifan lokal, menawarkan gambaran unik mengenai bagaimana interaksi antara orang tua dan anak dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional remaja. Interaksi ini tidak hanya berperan penting dalam perkembangan pribadi dan sosial anak-anak, tetapi juga mencerminkan harmoni dan solidaritas yang menjadi ciri khas masyarakat pedesaan.

Di Dusun Kutambaru, komunikasi antara orang tua dan anak sering kali berlangsung dalam suasana santai dan akrab. Kegiatan sehari-hari seperti makan bersama, bekerja di ladang, atau menghadiri acara desa menjadi momen-momen penting untuk berdialog dan berbagi cerita. Orang tua di Kutambaru umumnya mengadopsi pendekatan komunikasi yang terbuka, di mana anak-anak didorong untuk mengungkapkan perasaan dan pendapat mereka tanpa rasa takut atau cemas. Pendekatan ini membantu membangun kepercayaan dan hubungan emosional yang kuat antara orang tua dan anak.



Keterlibatan aktif orang tua dalam kehidupan anak-anak mereka merupakan salah satu ciri khas yang menonjol di Kutambaru. Orang tua tidak hanya memperhatikan prestasi akademik anak-anak mereka, tetapi juga terlibat dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler dan sosial. Mereka sering hadir dalam kegiatan sekolah, seperti pertemuan orang tua, acara seni dan budaya, serta kompetisi olahraga. Selain itu, mereka juga mendukung kegiatan keagamaan dan adat istiadat yang menjadi bagian integral dari kehidupan di dusun tersebut. Keterlibatan ini memberikan anak-anak rasa aman dan didukung, yang sangat penting untuk kesejahteraan emosional mereka.

Pengasuhan di Dusun Kutambaru sangat dipengaruhi oleh nilai-nilai tradisional dan kearifan lokal. Orang tua menanamkan nilai-nilai seperti gotong royong, hormat kepada orang tua, dan kepedulian terhadap sesama sejak dini. Nilai-nilai ini diajarkan melalui cerita-cerita rakyat, upacara adat, dan contoh langsung dalam kehidupan sehari-hari. Interaksi yang didasarkan pada nilai-nilai ini membantu anak-anak mengembangkan rasa identitas dan kebanggaan terhadap budaya mereka, yang pada gilirannya mendukung kesejahteraan emosional mereka.

Dalam menghadapi konflik atau masalah emosional, orang tua di Kutambaru cenderung mengadopsi pendekatan yang lebih sabar dan penuh pengertian. Mereka memberi kesempatan kepada anak-anak untuk berekspresi. Perasaan mereka dan berusaha mencari solusi bersama. Misalnya, jika seorang anak mengalami kesulitan di sekolah atau konflik dengan teman sebaya, orang tua akan mengajak anak tersebut berdialog secara terbuka untuk memahami akar masalah dan mencari jalan keluarnya. Pendekatan ini tidak hanya mengajarkan anak-anak tentang pentingnya komunikasi yang efektif, tetapi juga membantu mereka mengembangkan keterampilan dalam mengelola emosi dan menyelesaikan konflik.

Interaksi antara orang tua dan anak di Dusun Kutambaru tidak terlepas dari dukungan komunitas yang kuat. Kehidupan di desa yang saling mengenal dan saling membantu membuat suasana yang mendukung perkembangan emosional anak-anak. Orang tua sering bekerja sama dengan tetangga dan kerabat untuk menjaga dan mendidik anak-anak, sehingga anak-anak merasa diterima dan didukung oleh seluruh komunitas. Dukungan sosial ini memperkuat jaringan emosional dan memberikan rasa keamanan tambahan bagi anak-anak.



Meskipun interaksi antara orang tua dan anak di Kutambaru umumnya positif, terdapat beberapa tantangan yang perlu dihadapi. Perkembangan teknologi dan perubahan sosial membawa pengaruh baru yang kadang-kadang sulit diimbangi oleh orang tua. Anak-anak yang mulai terpapar dengan internet dan media sosial mungkin mengalami pergeseran nilai dan gaya hidup yang berbeda dari yang diajarkan oleh orang tua mereka. Oleh karena itu, orang tua di Kutambaru perlu terus belajar dan beradaptasi untuk menjaga Mempertahankan hubungan yang serasi dengan anak-anak mereka.

Oleh karena itu, hubungan antara orang tua dan anak di Dusun Kutambaru memiliki peran krusial dalam membentuk. kesejahteraan emosional remaja. Pola komunikasi yang terbuka, keterlibatan aktif dalam kehidupan anak, pengasuhan yang berbasis nilai tradisional, pendekatan yang penuh pengertian dalam mengatasi konflik, serta dukungan sosial dari komunitas, semuanya berkontribusi pada perkembangan emosional yang sehat. Meskipun ada tantangan yang harus dihadapi, nilai-nilai dan kearifan lokal yang diwariskan dari generasi ke generasi tetap menjadi landasan yang kokoh dalam mendukung kesejahteraan emosional remaja di Dusun Kutambaru.

Kesimpulan

Hubungan antara orang tua dan anak memiliki dampak yang signifikan. terhadap kesejahteraan emosional remaja. Komunikasi terbuka, penerimaan, dan dukungan emosional yang diberikan oleh orang tua dapat membentuk fondasi yang kuat bagi kesejahteraan mental dan emosional remaja. Ketika orang tua mendengarkan dengan empati, memberikan dorongan, dan menunjukkan kasih sayang, remaja merasa didukung dalam mengatasi masalah dan tantangan emosional yang mereka hadapi. Sebaliknya, kurangnya interaksi positif antara orang tua dan anak dapat menyebabkan ketidakseimbangan emosional dan bahkan masalah kesehatan mental pada remaja.

Pentingnya pola asuh yang tepat bagi anak juga menjadi faktor penentu dalam kesejahteraan emosional remaja. Pola asuh yang konsisten, adil, dan penuh kasih sayang membantu remaja merasa aman, diterima, dan dicintai oleh orang tua mereka. Penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang otoriter atau terlalu otoriter dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan depresi pada remaja. Sebaliknya, pola asuh yang demokratis, di mana orang



tua memberikan dorongan dan panduan tanpa mengontrol secara berlebihan, lebih mendorong kemandirian dan kesejahteraan emosional remaja.

Untuk meningkatkan kesejahteraan emosional remaja, strategi intervensi keluarga menjadi penting. Melalui pendekatan ini, orang tua dapat Ditambah dengan pengetahuan dan keahlian yang diperlukan untuk. menghadapi tantangan dalam mengasuh remaja. Komunikasi terbuka, pemberian dukungan emosional yang konsisten, pendidikan parenting, dan contoh perilaku positif dari orang tua adalah beberapa strategi yang dapat diterapkan untuk memperkuat hubungan keluarga dan meningkatkan kesejahteraan emosional remaja.

Daftar Pustaka

- Nies, M., & McEwen, M. (2019). *Keperawatan Kesehatan Komunitas dan Keluarga*. Singapore: Elsevier
- Naibaho, D. (2018). Peran guru sebagai fasilitator dalam pertumbuhan peserta didik. *Jurnal Christian Humaniora*, 2(1), 77-86.
- Crain, W. (2007). *Teori perkembangan, (ide dan aplikasi) Pustaka Pelajar*.
- Geldard, D. (2011). *Konseling remaja, (Pendekatan aktif untuk anak muda): Pustaka remaja*.
- Hurlock, E. B. (2017). *Psikologi Perkembangan, (pendekatan sepanjang rentang kehidupan): Erlangga*.
- Alfita, L. (2010). *Hubungan antara kematangan emosional dan perilaku prososial*.
- Jos Masdani, *Perkembangan Anak, Psikologi bagian Psikiatri F.K. U.I (Majalah Psikologi Populer anda)*.
- Alma Amarthatia Azzahra, H. S. (2021). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap perkembangan mental remaja, *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 461-472.
- Nia Febbiyani Fitri, B. A. (2017). Kematangan emosi remaja dalam mengatasi masalah. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 30-39.