

**PENTINGNYA KOMUNIKASI DUA ARAH ANTARA ORANG TUA DAN ANAK UNTUK
MENINGKATKAN KETERBUKAAN DAN KEPERCAYAAN DALAM KELUARGA**

Salma Fatma¹, Yani Achdiani², Gina Indah Permata Nastia³

^{1, 2, 3} Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pendidikan Teknik dan Industri,
Universitas Pendidikan Indonesia

salmafatma@student.upi.edu, yaniachdani@upi.edu, gina.nastia@upi.edu

Abstract

Family communication is an essential aspect that helps build a positive relationship between parents and children. When communication occurs honestly and both parties listen to each other, it serves not only as a means of sharing information but also as an important way to foster trust and openness within the family. The study employs a literature review method by analyzing previous research that examined the role of family communication in shaping children's emotional relationships. The findings indicate that effective communication characterized by empathy, respect for the child's opinions, and the creation of a safe atmosphere for dialogue has a positive impact on strengthening children's trust in their parents and encouraging them to express their thoughts and feelings more openly. Conversely, closed and one-way communication may create emotional distance, cause children to withdraw, and reduce their trust toward their parents. Based on these findings, it is recommended that parents adopt a more active and participative communication pattern. In addition, educational institutions and broader communication can play an important role in improving the understanding and practice of effective family communication on an ongoing basis.

Keyword: Family Communication, Trust, Openness

Abstrak

Komunikasi dalam keluarga merupakan hal penting yang membantu membangun hubungan yang baik antara orang tua dan anak. Ketika komunikasi terjadi secara jujur dan orang tua serta anak saling mendengarkan, hal itu bukan hanya sarana berbagi informasi, tetapi juga menjadi cara penting dalam membangun rasa percaya dan terbuka antara kedua belah pihak. Artikel ini membahas pentingnya komunikasi orang tua dan anak dalam meningkatkan rasa percaya dan keterbukaan di dalam keluarga. Penelitian ini menggunakan metode dengan menganalisis berbagai penelitian sebelumnya yang membicarakan peran komunikasi dalam keluarga terhadap hubungan emosional anak. Hasilnya Menunjukkan bahwa komunikasi yang efektif, yang ditandai dengan sikap empati, menghargai pendapat anak, serta menciptakan suasana yang aman untuk berbicara, memiliki dampak positif terhadap meningkatnya rasa percaya anak terhadap orang tuanya dan mendorong anak untuk terbuka dalam menyampaikan perasaan dan pikirannya. Sebaliknya, jika komunikasi tertutup dan hanya satu arah, maka bisa menciptakan jarak emosional, membuat anak menarik diri, serta mengurangi rasa percaya

Article History

Received: Desember 2025
Reviewed: Desember 2025
Published: Desember 2025

Plagiarism Checker No 77
DOI : Prefix DOI :
10.8734/Musytari.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Liberosis



This work is licensed under
a [Creative Commons
Attribution-NonCommercial
4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

anak terhadap orang tua. Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar orang tua menggunakan pola komunikasi yang lebih aktif dan partisipatif. Selain itu, lembaga pendidikan serta masyarakat juga bisa berperan dalam meningkatkan pemahaman mengenai komunikasi keluarga secara berkelanjutan.

Kata kunci: *Komunikasi Keluarga, Kepercayaan, Keterbukaan*

1. Pendahuluan

Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama yang memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan kepribadian seseorang. Sejak masa kanak-kanak, keluarga menjadi tempat utama bagi individu untuk belajar memahami nilai-nilai kehidupan, mengenal diri, serta mengembangkan kemampuan sosial dan emosional. Dalam proses perkembangan anak, keluarga tidak hanya berperan memenuhi kebutuhan jasmani, tetapi juga kebutuhan psikis dan afektif yang penting bagi keseimbangan kepribadian (DeVito, 2019). Dengan demikian, keluarga menjadi pusat pendidikan informal yang berfungsi membentuk moral, karakter, dan pola berpikir anak.

Salah satu elemen yang menentukan keberhasilan fungsi keluarga adalah komunikasi. Komunikasi merupakan sarana utama yang memungkinkan terjadinya pertukaran gagasan, emosi, dan informasi antara anggota keluarga. Melalui komunikasi, orang tua dan anak dapat saling memahami, membangun kedekatan emosional, serta menumbuhkan kepercayaan satu sama lain. Namun, komunikasi yang efektif dalam keluarga tidak cukup dilakukan secara satu arah, melainkan perlu berlangsung dua arah agar terjalin hubungan yang lebih dialogis dan partisipatif. Komunikasi dua arah memungkinkan terjadinya keterbukaan, di mana anak merasa aman untuk menyampaikan pendapat, dan orang tua memiliki kesempatan untuk mendengarkan serta memberikan tanggapan dengan empati dan pengertian.

Menurut Rini (2014), keluarga yang menerapkan komunikasi terbuka cenderung memiliki dinamika hubungan yang lebih harmonis karena adanya kesempatan bagi setiap anggota untuk berpartisipasi dalam pengambilan keputusan. Ketika orang tua memberikan ruang bagi anak untuk berbicara, anak akan merasa dihargai dan dipercaya, yang pada gilirannya memperkuat ikatan emosional dalam keluarga. Sebaliknya, komunikasi yang bersifat kaku dan sepihak dapat menimbulkan jarak emosional yang membuat anak enggan untuk terbuka terhadap orang tuanya. Pendapat tersebut sejalan dengan teori Family Communication Patterns yang dikemukakan oleh Koerner dan Fitzpatrick (2002), yang menjelaskan bahwa keluarga dengan orientasi percakapan tinggi cenderung memiliki hubungan yang lebih terbuka, hangat, dan penuh kepercayaan.

Komunikasi dua arah bukan hanya penting bagi terciptanya keharmonisan keluarga, tetapi juga memiliki peran penting dalam pembentukan karakter dan kesejahteraan psikologis anak. Hasil penelitian Alford, Smetana, dan Comer (2022) menunjukkan bahwa hubungan komunikasi yang positif antara orang tua dan anak berkontribusi terhadap meningkatnya rasa percaya anak kepada orang tua serta perkembangan sosial-emosional yang lebih stabil. Komunikasi yang didasari oleh empati, rasa hormat, dan penghargaan terhadap pandangan anak dapat memperkuat rasa aman psikologis anak, sehingga mereka lebih berani untuk terbuka dan mengutarakan apa yang dirasakan.

Namun demikian, banyak keluarga masih mengalami hambatan dalam menerapkan pola komunikasi yang sehat. Beberapa faktor yang sering menjadi kendala adalah gaya pengasuhan yang otoriter, rendahnya kemampuan mendengarkan, serta perbedaan generasi antara orang tua dan anak (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak [KemenPPPA], 2023). Dalam keluarga dengan pola komunikasi satu arah, anak sering kali ditempatkan sebagai pihak yang pasif dan hanya menerima perintah, sehingga hubungan emosional menjadi renggang. Akibatnya, anak bisa merasa tidak dipahami, kurang diperhatikan, bahkan mencari tempat lain untuk menyalurkan perasaan dan mendapat dukungan emosional.

Selain faktor internal, perkembangan teknologi digital juga membawa tantangan baru terhadap pola komunikasi keluarga. Kemajuan media sosial dan penggunaan perangkat digital telah mengubah cara orang berinteraksi, termasuk dalam lingkungan keluarga. Banyak orang tua yang disibukkan oleh pekerjaan daring atau gawai pribadi, sementara anak-anak juga menghabiskan waktu dengan aktivitas di dunia maya. Kondisi ini memunculkan fenomena *technoference*, yaitu terganggunya interaksi keluarga akibat penggunaan teknologi secara berlebihan (McDaniel & Radesky, 2018). Ketika interaksi tatap muka berkurang, keintiman emosional dan rasa saling percaya juga dapat menurun. Oleh karena itu, dibutuhkan kesadaran dari orang tua untuk menyeimbangkan penggunaan teknologi dengan komunikasi langsung yang bermakna.

Penelitian Putri dan Hidayat (2020) juga menunjukkan bahwa intensitas komunikasi tatap muka yang rendah antara orang tua dan anak berdampak pada meningkatnya jarak emosional dan penurunan rasa percaya. Anak yang tidak mendapat perhatian komunikasi dari orang tua cenderung mencari validasi dari luar rumah, terutama dari media sosial dan teman sebaya. Hal ini dapat menimbulkan masalah baru seperti kecanduan internet, perilaku tertutup, bahkan gangguan emosional. Dengan demikian, orang tua perlu mengembangkan pola komunikasi dua arah yang memprioritaskan kedekatan emosional dan dialog empatik agar anak merasa aman untuk berbagi pikiran dan perasaan.

Selain itu, aspek budaya juga berpengaruh besar terhadap gaya komunikasi keluarga di Indonesia. Budaya timur yang menekankan penghormatan terhadap orang tua sering kali membuat anak merasa tidak bebas menyampaikan pendapat atau perasaan yang berbeda (Nurbaiti & Prasetyo, 2022). Meskipun nilai hormat terhadap orang tua penting untuk dijaga, pendekatan yang terlalu hirarkis dapat menghambat komunikasi dua arah. Oleh sebab itu, diperlukan keseimbangan antara nilai kesopanan budaya dengan kebebasan anak dalam berkomunikasi agar hubungan tetap hangat dan terbuka.

Dalam konteks yang lebih luas, komunikasi keluarga yang terbuka juga berkaitan dengan pembentukan karakter anak di era modern. Komunikasi dua arah menumbuhkan kemampuan anak untuk berpikir kritis, berempati, dan menghargai perbedaan. Sebaliknya, komunikasi yang bersifat menutup diri dapat menimbulkan efek jangka panjang terhadap kepribadian anak, seperti kurangnya rasa percaya diri, kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, dan rendahnya kemampuan menyelesaikan konflik (Rahmawati, 2021). Oleh karena itu, komunikasi keluarga bukan hanya sekadar interaksi verbal, melainkan juga proses pendidikan emosional yang berkesinambungan.

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2023) menegaskan bahwa komunikasi dalam keluarga harus didasarkan pada kasih sayang, saling menghormati, dan keterbukaan. Orang tua diharapkan mampu menjadi teladan dalam berkomunikasi dengan menanamkan empati, kesabaran, serta kejujuran. Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan komunikasi yang sehat akan lebih mampu menghadapi tantangan sosial dan emosional di masa depan. Komunikasi dua arah memberikan ruang bagi setiap anggota keluarga untuk belajar memahami, menghargai, dan saling mempercayai, sehingga tercipta iklim keluarga yang harmonis dan saling mendukung.

Dengan memperhatikan berbagai tantangan dan perubahan sosial yang terjadi, jelas bahwakomunikasi dua arah antara orang tua dan anak merupakan kunci utama dalam membangunkepercayaan dan keterbukaan di dalam keluarga. Komunikasi yang dialogis dan simpatik tidak hanya memperkuat hubungan emosional, tetapi juga menjadi sarana pembentukan karakter anak yang tangguh dan berintegritas. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk menjelaskan peran komunikasi dua arah antara orang tua dan anak dalam membangunkepercayaan, menguraikan bagaimana komunikasi tersebut dapat memfasilitasi keterbukaan anak dalam menyampaikan perasaan dan pikirannya, serta menawarkan strategi untuk memperkuat komunikasi keluarga agar hubungan yang harmonis dapat terjaga di tengah dinamika kehidupan modern.

2. Tinjauan Pustaka

Houston et al (2003) menjelaskan *aggressive driving* adalah bentuk perilaku berkendara yang menyebabkan terganggunya lalu lintas dan dapat membahayakan pelakunya bahkan pengendara lain. Fatur Rahman et al (2021) menjelaskan *aggressive driving* adalah perilaku pengemudi agresif seperti mengemudi tidak sabar, tidak mau mengalah, menyalip atau mendahului, berkecepatan tinggi, dan melanggar lalu lintas. Bobi Hu et al (2024) menjelaskan *aggressive driving* adalah perilaku mengemudi secara agresif yang disengaja dapat mengakibatkan resiko kecelakaan karena dipicu oleh rasa ketidaksabaran dalam mengemudi dalam upaya menghemat waktu. Soffania (2018) menjelaskan *aggressive driving* merupakan pola disfungsi dari perilaku sosial yang mengganggu keamanan publik.

Berdasarkan pemaparan definisi dari beberapa ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa *aggressive driving* adalah perilaku mengemudi agresif yang dapat membahayakan pelakunya dan pengendara lainnya, hal tersebut dilakukan dengan suatu kesengajaan dan dengan tujuan menghemat waktu untuk mencapai tujuan.

Matthews (2002) menjelaskan *driver stress* adalah tekanan fisik, emosional, atau psikologis yang dialami saat berkendara yang membuat individu merasa tidak nyaman. Chung et al (2019) menjelaskan *driver stress* merujuk pada tingkat tuntutan atau emosi negatif yang dapat menyebabkan pengambilan keputusan yang salah atau hilangnya perhatian (gangguan) saat mengemudi. Wang et al (2019) menjelaskan *driver stress* merupakan stres yang dirasakan oleh pengendara yang disebabkan oleh kepadatan lalu lintas dan rendahnya keadaan kesehatan mental pengemudi. Meesit et al (2020) menjelaskan *driver stress* merupakan stres yang dialami pengemudi saat mengemudi.

Dari berbagai penjelasan definisi diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *driver stress* merupakan tuntutan atau tekanan fisik, emosional atau psikologis yang dirasakan pengemudi saat mengemudi dan dapat membuat individu tidak nyaman sehingga menyebabkan hilangnya perhatian hingga berpotensi bereaksi agresif saat mengemudi.

3. Metodologi

Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini terdiri dari beberapa tahap. Tahap pertama adalah pengumpulan literatur, yaitu dengan mencari artikel ilmiah, jurnal, dan laporan penelitian yang berkaitan dengan topik komunikasi keluarga, kepercayaan anak terhadap orang tua, serta keterbukaan dalam keluarga. Contoh penelitian yang digunakan meliputi studi tentang kualitas komunikasi keluarga dan pengaruhnya terhadap perkembangan anak, seperti hubungan antara komunikasi keluarga dan karier remaja, serta penelitian mengenai pola komunikasi keluarga dan faktor psikologis remaja. Tahap kedua adalah analisis sintesis, di mana penulis membaca dan mengevaluasi hasil penelitian tersebut untuk menemukan tema utama, mekanisme hubungan, serta implikasi praktisnya. Tahap terakhir adalah membuat kesimpulan dan rekomendasi, di mana berdasarkan hasil sintesis literatur, disusun kesimpulan secara konseptual serta saran yang dapat diterapkan oleh orang tua, anak, dan institusi pendidikan. Metode ini tidak menghasilkan data primer atau angka statistik baru, tetapi memungkinkan pembentukan kerangka konseptual yang lengkap dan didasarkan pada hasil penelitian sebelumnya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami secara mendalam pola komunikasi dalam keluarga dan dampaknya terhadap hubungan orang tua dan anak. Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik fenomena komunikasi yang kompleks dan kontekstual. Seperti yang dijelaskan oleh Mulyana (2002), "Metodologi Penelitian komunikasi memfokuskan pada kajian sistematis untuk memahami proses komunikasi dengan menggunakan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik fenomena komunikasi itu sendiri. Penelitian komunikasi tidak hanya mengandalkan data kuantitatif, tetapi juga mengutamakan pendekatan kualitatif yang bersifat mendalam untuk mendapatkan makna dan konteks yang menyeluruh dari perilaku komunikatif". Dengan demikian, penelitian ini berusaha menggali makna dan konteks komunikasi yang terjadi dalam keluarga guna memberikan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap fenomena tersebut.

4. Hasil dan Pembahasan

Komunikasi dua arah antara orang tua dan anak merupakan fondasi utama dalam membangun hubungan keluarga yang harmonis dan saling memahami. Komunikasi bukan hanya tentang pertukaran informasi, tetapi juga tentang menciptakan ruang emosional yang aman, di mana setiap anggota keluarga merasa dihargai, didengar, dan dipahami. Dalam konteks hubungan orang tua dan anak, komunikasi dua arah berperan penting dalam menumbuhkan rasa percaya (trust) serta keterbukaan (openness) yang menjadi dasar hubungan keluarga yang sehat. Tanpa komunikasi yang efektif, keintiman emosional sulit terbentuk, dan keluarga dapat kehilangan fungsinya sebagai tempat anak mencari dukungan dan perlindungan.

Penelitian menunjukkan bahwa kualitas komunikasi dua arah sangat berpengaruh terhadap kepercayaan anak terhadap orang tua. Alford, Smetana, dan Comer (2022) menemukan bahwa komunikasi yang penuh empati, dialogis, dan partisipatif berhubungan positif dengan

pertumbuhan kepercayaan antara remaja dan orang tua. Ketika anak merasa diperhatikan dan didengarkan tanpa penilaian, ia akan mengembangkan persepsi bahwa orang tua adalah sosok yang dapat diandalkan. Sebaliknya, komunikasi satu arah yang dominan di mana orang tua cenderung memerintah tanpa memberi ruang bagi anak untuk merespons cenderung menimbulkan jarak emosional. Anak merasa tidak memiliki kendali dalam percakapan, yang pada akhirnya menurunkan rasa percaya terhadap orang tua.

Keterbukaan dalam komunikasi keluarga juga merupakan indikator penting dari kesejahteraan emosional. Anak yang tumbuh dalam lingkungan rumah yang mendukung keterbukaan akan lebih berani menyampaikan pendapat, perasaan, maupun masalah pribadi tanpa rasa takut. Hal ini menciptakan hubungan emosional yang lebih kuat dan sehat. Menurut penelitian Lee dan Ward (2019), komunikasi keluarga yang terbuka berperan penting dalam menurunkan tingkat stres dan depresi pada remaja, karena mereka memiliki ruang aman untuk mengekspresikan emosi. Dengan kata lain, keterbukaan bukan hanya nilai moral dalam keluarga, tetapi juga merupakan mekanisme psikologis yang melindungi kesejahteraan mental anak.

Sebaliknya, komunikasi yang tertutup atau penuh tekanan dapat menimbulkan dampak negatif jangka panjang. Anak yang tidak diberi kesempatan untuk mengutarakan pendapatnya sering kali merasa tidak dihargai dan akhirnya memilih untuk diam. Kondisi ini dapat memicu masalah internalisasi, seperti kecemasan dan rendah diri, maupun eksternalisasi seperti perilaku agresif atau melawan aturan (Rahmawati, 2021). Dalam konteks Indonesia, penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2020) menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga yang terlalu longgar atau terlalu mengekang sama-sama dapat menimbulkan gangguan keseimbangan emosional pada anak. Oleh sebab itu, keseimbangan dalam komunikasi—antara ketegasan dan keterbukaan—menjadi kunci penting dalam menciptakan kepercayaan yang sehat antara orang tua dan anak.

Komunikasi yang sering dan terbuka, serta pola komunikasi konsensual, dapat membantu memperkuat hubungan orang tua dan anak (Zakira dkk, 2024). Komunikasi efektif dalam keluarga adalah alat penghubung antara orang tua dan anak dalam memberi arahan dengan bijaksana dan penuh kasih sayang, yang menumbuhkan kepercayaan dan saling memahami (Hasbi, 2020). Lingkungan keluarga berperan sebagai fondasi pendidikan anak, menanamkan nilai-nilai dasar dan membentuk karakter anak secara menyeluruh (Aripafi, 2024). Selain itu, efektivitas program peningkatan kapasitas keluarga terbukti meningkatkan kesejahteraan keluarga secara signifikan (Lestari dan Azizah, 2023).

Secara teoritis, komunikasi dua arah dalam keluarga dijelaskan oleh Family Systems Theory (Bowen, 1978) yang menyatakan bahwa keluarga adalah sistem yang saling berinteraksi, di mana perubahan atau gangguan pada satu anggota akan mempengaruhi seluruh sistem. Komunikasi yang terbuka membantu menjaga keseimbangan sistem ini, karena setiap individu diberikan ruang untuk mengekspresikan perasaan dan kebutuhan mereka. Sementara itu, Dialogic Communication Theory dari Martin Buber (1958) menekankan pentingnya hubungan “Aku-Engkau” (I-Thou), dimana komunikasi bukan sekedar menyampaikan pesan, tetapi melibatkan pengakuan dan penghormatan terhadap eksistensi orang lain. Dalam konteks hubungan orang tua dan anak, hal ini berarti orang tua harus berbicara dengan anak sebagai individu yang setara dalam martabat, bukan sekedar sebagai bawahan yang harus taat.

DeVito (2019) juga menegaskan bahwa komunikasi interpersonal yang efektif didasarkan pada lima prinsip utama: keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan. Ketika orang tua menerapkan kelima prinsip ini, anak akan merasa dihargai dan diterima sebagai individu. Misalnya, saat orang tua mendengarkan pendapat anak tanpa langsung mengoreksi atau menilai, anak akan merasa bahwa pandangannya penting. Sikap ini memperkuat kepercayaan anak dan mendorong keterbukaan yang lebih besar. Sebaliknya, ketika anak sering diabaikan atau dipermalukan saat berbicara, mereka akan belajar untuk menyembunyikan perasaan dan kehilangan keinginan untuk berkomunikasi.

Kepercayaan anak terhadap orang tua bukanlah sesuatu yang dapat dipaksakan melalui perintah, melainkan hasil dari pengalaman berulang dalam interaksi sehari-hari. Anak akan mempercayai orang tua ketika mereka melihat konsistensi antara kata-kata dan tindakan. Ketika orang tua menepati janji, bersikap jujur, dan memberikan perhatian tanpa syarat, anak belajar bahwa kepercayaan adalah sesuatu yang nyata. Sebaliknya, jika orang tua tidak konsisten atau sering menolak perasaan anak, maka kepercayaan akan berkurang secara perlahan (Koerner & Fitzpatrick, 2002). Oleh karena itu, membangun kepercayaan memerlukan waktu, kesabaran, dan komunikasi yang konsisten.

Keterbukaan anak juga menjadi cerminan kualitas komunikasi keluarga. Menurut Smetana dan Rote (2015), anak yang memiliki hubungan komunikasi terbuka dengan orang tuanya cenderung memiliki perkembangan moral yang lebih baik dan lebih mampu menghadapi tekanan sosial. Mereka belajar bahwa komunikasi adalah sarana untuk menyelesaikan konflik, bukan sumber konflik itu sendiri. Keluarga yang mendorong keterbukaan akan menumbuhkan kemampuan anak untuk berpikir kritis dan berempati terhadap orang lain.

Namun, tantangan komunikasi dua arah semakin besar di era digital. Perkembangan Teknologi telah mengubah cara interaksi dalam keluarga. Anak-anak dan remaja kini lebih sering berinteraksi melalui media sosial dibandingkan berbicara langsung dengan orang tua. Fenomena *technoference*—gangguan komunikasi akibat penggunaan gawai berlebihan—menjadi salah satu faktor yang memperlemah hubungan emosional keluarga (McDaniel & Radesky, 2018). Ketika perhatian orang tua terpecah oleh teknologi, anak merasa diabaikan, dan hal ini dapat menurunkan rasa percaya. Di sisi lain, anak yang terlalu bergantung pada media sosial cenderung mencari pengakuan dari luar keluarga, yang dapat mengancam nilai-nilai kejujuran dan keterbukaan di rumah.

Penelitian oleh Nikolajević dan Babić (2021) di Kroasia menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap kualitas komunikasi keluarga menurun seiring dengan bertambahnya usia. Hal ini disebabkan oleh perubahan kebutuhan emosional anak yang tidak diimbangi dengan kemampuan orang tua menyesuaikan gaya komunikasinya. Orang tua sering kali masih menggunakan pola komunikasi lama yang bersifat instruktif, padahal anak remaja membutuhkan pola komunikasi yang dialogis dan kolaboratif. Oleh sebab itu, orang tua perlu menyesuaikan cara berkomunikasi agar sesuai dengan tahap perkembangan anak dan dinamika sosial yang berubah cepat.

Dalam konteks praktik, terdapat berbagai cara yang dapat dilakukan untuk memperkuat komunikasi dua arah dalam keluarga. Orang tua perlu menyediakan waktu khusus untuk berbicara tanpa distraksi, misalnya melalui kegiatan makan malam bersama atau diskusi mingguan keluarga. Selain itu, penting bagi orang tua untuk menggunakan pertanyaan terbuka, seperti “Bagaimana perasaanmu hari ini?” atau “Apa pendapatmu tentang hal itu?”, agar anak merasa diajak berdialog, bukan diinterogasi. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA, 2023) juga mendorong program pelatihan komunikasi efektif bagi orang tua sebagai upaya memperkuat ketahanan keluarga. Sekolah dan lembaga sosial dapat berperan aktif dengan menyediakan kelas parenting, konseling keluarga, atau kegiatan bersama yang menumbuhkan budaya komunikasi terbuka.

Dengan menerapkan komunikasi dua arah secara konsisten, keluarga dapat menciptakan suasana yang penuh kepercayaan dan keterbukaan. Anak merasa bahwa rumah adalah tempat yang aman untuk bercerita dan berbagi pengalaman. Hubungan emosional yang kuat ini tidak hanya berpengaruh pada keharmonisan keluarga, tetapi juga menjadi bekal penting bagi anak dalam berinteraksi di lingkungan sosial yang lebih luas. Oleh karena itu, penting bagi setiap keluarga untuk membangun pola komunikasi yang tidak hanya informatif, tetapi juga relasional—mengutamakan empati, saling menghormati, dan keterbukaan agar kepercayaan tumbuh dengan alami dan berkelanjutan.

5. Simpulan

Komunikasi dua arah antara orang tua dan anak merupakan kunci utama dalam membangun keterbukaan dan kepercayaan di dalam keluarga. Komunikasi yang saling melibatkan dan didasari rasa empati menciptakan suasana emosional yang hangat, di mana anak merasa diterima dan dihargai sebagai individu yang utuh. Hubungan ini bukan hanya membantu mempererat ikatan emosional, tetapi juga membentuk karakter anak, menumbuhkan kemampuan mengelola emosi, serta menjaga kesehatan mental. Sebaliknya, komunikasi yang bersifat sepihak atau penuh dominasi dapat menimbulkan jarak emosional yang membuat anak menjadi tertutup dan sulit mempercayai orang tua. Dalam jangka panjang, pola komunikasi seperti ini berpotensi menurunkan keharmonisan keluarga dan menghambat perkembangan sosial serta psikologis anak (DeVito, 2019).

Untuk menciptakan komunikasi dua arah yang efektif, orang tua perlu memahami bahwa kepercayaan tidak tumbuh melalui perintah, tetapi melalui pengalaman interaksi yang konsisten dan penuh empati. Ketika orang tua memberi ruang bagi anak untuk berbicara tanpa rasa takut, mendengarkan dengan sabar, dan menghargai pendapat anak, hal itu akan membangun kepercayaan yang kokoh. Menurut Alford, Smetana, dan Comer (2022), komunikasi yang dialogis dan partisipatif secara signifikan meningkatkan rasa percaya anak terhadap orang tua karena anak merasa didengarkan, bukan dihakimi. Lingkungan rumah yang mendukung percakapan terbuka akan membantu anak merasa nyaman menyampaikan perasaan dan pendapatnya secara jujur. Sebaliknya, apabila anak tumbuh dalam lingkungan yang menekan, menuntut kepatuhan tanpa ruang berdialog, anak akan cenderung menyembunyikan perasaan dan menarik diri dari orang tua.

Selain kepercayaan, keterbukaan juga menjadi aspek penting yang menandai kesehatan emosional keluarga. Keluarga yang memiliki pola komunikasi terbuka akan lebih mudah menyelesaikan konflik dan mencegah kesalahpahaman. Menurut Santrock (2018), komunikasi terbuka tidak hanya berfungsi sebagai sarana berbagi informasi, tetapi juga sebagai proses pembelajaran sosial di mana anak belajar mengekspresikan pikiran dan emosi dengan cara yang sehat. Anak yang dibiasakan berdialog akan lebih percaya diri, mampu berpikir kritis, dan memiliki empati yang tinggi terhadap orang lain. Dalam konteks ini, komunikasi dua arah menjadi media pendidikan karakter yang sangat efektif di dalam keluarga.

Dalam membangun hubungan keluarga yang harmonis, pola komunikasi yang terbuka dan suportif sangat berperan dalam mencegah masalah psikologis pada anggota keluarga, khususnya remaja. Fitriani dan Wulandari (2021) menegaskan bahwa "pola komunikasi keluarga yang terbuka dan suportif memiliki peran penting dalam mengurangi masalah internalisasi dan eksternalisasi pada remaja. Komunikasi yang efektif dapat menjadi media utama dalam membentuk perilaku positif dan kesehatan mental anak-anak serta memperkuat ikatan emosional dalam keluarga". Pernyataan ini menguatkan pentingnya komunikasi dua arah yang terbuka sebagai fondasi kesejahteraan keluarga secara psikologis.

Namun, membangun komunikasi yang sehat memerlukan keterlibatan aktif dari semua pihak. Orang tua memegang peran utama, tetapi anak dan lingkungan pendidikan juga harus berpartisipasi. Orang tua dapat meningkatkan kemampuan komunikasi melalui pelatihan, seminar, atau pembelajaran mandiri—baik daring maupun luring—yang berfokus pada komunikasi empatik dan mendengarkan aktif. Orang tua juga dapat membentuk kebiasaan family talk time, yaitu waktu khusus setiap hari atau minggu untuk berdiskusi santai bersama anak tanpa gangguan teknologi. Dalam suasana seperti ini, anak dapat belajar berbicara jujur dan terbuka, sementara orang tua berlatih mendengarkan tanpa menghakimi (Gunarsa Dan Gunarsa, 2020).

Di sisi lain, anak juga memiliki tanggung jawab dalam menjaga komunikasi yang sehat. Mereka perlu dilatih untuk berani mengungkapkan pikiran dan perasaannya secara jujur namun tetap sopan dan penuh hormat. Keterampilan komunikasi seperti mendengarkan, menanggapi dengan santun, dan menghargai perbedaan pendapat perlu dikembangkan sejak dini agar anak mampu berinteraksi secara positif baik di lingkungan keluarga maupun sosial. Anak yang mampu berkomunikasi terbuka dengan orang tuanya cenderung lebih siap menghadapi tantangan emosional dan sosial di luar rumah karena memiliki fondasi kepercayaan yang kuat (Lee & Ward, 2019).

Selain peran keluarga, institusi pendidikan dan masyarakat juga memiliki kontribusi besar dalam memperkuat komunikasi dua arah. Sekolah dapat berperan sebagai mitra keluarga dengan menyelenggarakan program pembelajaran komunikasi keluarga, parenting workshop, serta konseling keluarga yang disesuaikan dengan karakteristik anak di era digital (Putri & Andayani, 2021). Lembaga masyarakat, seperti pusat komunitas atau organisasi keagamaan, juga dapat mendukung dengan menciptakan forum dialog antar orang tua untuk berbagi pengalaman. Kegiatan ini tidak hanya membantu meningkatkan pemahaman terhadap dinamika psikososial di rumah, tetapi juga memperkuat jejaring dukungan sosial antar keluarga.

Dalam era digital yang penuh tantangan, kemampuan komunikasi dua arah semakin penting. Anak-anak saat ini hidup di tengah arus informasi yang sangat cepat, di mana media sosial sering menjadi sarana utama interaksi sosial mereka. Tanpa komunikasi yang kuat di rumah, anak berisiko mencari validasi dari lingkungan luar yang tidak selalu positif. McDaniel dan Radesky (2018) menyebut fenomena ini sebagai *technoference*, yakni gangguan komunikasi dalam keluarga akibat penggunaan gawai yang berlebihan. Oleh karena itu, orang tua perlu bijak dalam menggunakan teknologi dan memastikan bahwa kehadiran digital tidak menggantikan interaksi emosional yang nyata. Keterlibatan langsung dan percakapan yang penuh perhatian tetap menjadi pondasi utama dalam menjaga kepercayaan anak.

Selain itu, komunikasi dua arah juga harus mampu beradaptasi dengan perubahan zaman dan nilai-nilai sosial yang dinamis. Anak masa kini memiliki cara berpikir dan berinteraksi yang berbeda dibanding generasi sebelumnya. Oleh karena itu, orang tua perlu menyesuaikan pendekatan komunikasinya agar lebih fleksibel dan relevan. Menurut Buber (1958), hubungan yang sehat dalam komunikasi bersumber dari interaksi I-Thou atau Aku-Engkau, di mana kedua pihak saling memandang sebagai pribadi yang setara dan berharga. Dalam konteks keluarga, hal ini berarti orang tua perlu berbicara “dengan” anak, bukan “kepada” anak. Sikap menghargai ini membantu anak merasa didengar, diterima, dan pada akhirnya meningkatkan kepercayaan serta keterbukaan.

Bagi peneliti dan praktisi pendidikan, penting untuk terus mengembangkan kajian tentang komunikasi keluarga di Indonesia, terutama dalam konteks modern yang dipengaruhi budaya digital dan perbedaan generasi. Penelitian jangka panjang dapat dilakukan untuk menelusuri hubungan sebab-akibat antara komunikasi dua arah, kepercayaan, dan keterbukaan anak, serta bagaimana faktor lain seperti gaya pengasuhan, budaya lokal, dan pengaruh media sosial ikut berperan (Rahmawati, 2021). Dengan penelitian yang komprehensif, hasilnya dapat digunakan sebagai dasar penyusunan kebijakan pendidikan keluarga dan program intervensi sosial yang berorientasi pada peningkatan kualitas komunikasi keluarga di masyarakat.

Secara keseluruhan, komunikasi dua arah antara orang tua dan anak tidak hanya menjadi sarana penyampaian pesan, tetapi juga fondasi pembentukan karakter, kepercayaan, dan keterbukaan emosional. Komunikasi yang terbuka dan empatik membantu anak merasa aman, diterima, dan dipercaya, yang pada akhirnya menumbuhkan kepribadian yang sehat dan tangguh. Dalam menghadapi tantangan era digital dan perubahan sosial yang cepat, kemampuan keluarga untuk mempertahankan komunikasi dua arah menjadi bentuk ketahanan emosional yang penting. Oleh karena itu, membangun budaya komunikasi yang jujur, dialogis, dan penuh kasih sayang harus menjadi prioritas dalam setiap keluarga, sekolah, dan komunitas di Indonesia agar tercipta generasi yang berkarakter, berempati, dan berdaya saing di masa depan.

- Aini, N 2024. *Pengaruh Lingkungan terhadap Pendidikan Anak*. Jurnal Manajemen dan Pendidikan Agama Islam, Vol. 2 No. 2, 34-42.
- Alford, C., Smetana, J. G., & Comer, J. 2022. *Parent-Adolescent Communication and Trust Development*. Journal of Family Psychology, 36(2), 251-264.
- Bowen, M. 1978. *Family Therapy in Clinical Practice*. Jason Aronson.
- Buber, M. 1958. *I and Thou*. Charles Scribner's Sons.
- DeVito, J. A. 2019. *The Interpersonal Communication Book* (15th ed.). Pearson Education.
- Fitriani, R., & Wulandari, S. 2021. *Pola Komunikasi Keluarga dan Masalah Internalisasi-Eksternalisasi pada Remaja di Indonesia*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, 7(2), 85-98.
- Gunarsa, S. D., & Gunarsa, Y. S. D. 2020. *Psikologi untuk Keluarga*. BPK Gunung Mulia.
- Hasbi, A. 2020. *Hubungan Antara Komunikasi Efektif dalam Keluarga Sebagai Alat Penghubung Orang Tua dan Anak*. Jurnal Fakultas Ekonomi dan Bisnis, 8 (1), 45-49
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. 2023. *Panduan Komunikasi Efektif dalam Keluarga*.
- Koerner, A. F., & Fitzpatrick, M. A. 2002. *Toward A Theory of Family Communication*. Communication Theory, 12(1), 70-91.
- Lee, C., & Ward, R. 2019. *Parental Support and Adolescent Well-Being: The Mediating Role of Open Communication*. Journal of Child and Family Studies, 28(3), 782-795.
- Lestari, Yuli Puji dan Siti Nur Azizah. 2023. *Program Peningkatan Kesejahteraan Kapasitas Keluarga di Jawa Tengah*. Jurnal Kesejahteraan Keluarga, 18 (1), 22-31
- McDaniel, B. T., & Radesky, J. S. 2018. *Technoference: Parent Distraction with Technology and Associations with Child Behavior Problems*. Child Development, 89(1), 100-109.
- Mulyana, D. 2002. *Metodologi Penelitian Komunikasi: Suatu Pengantar*. Remaja Rosdakarya.
- Nikolajević, L., & Babić, M. 2021. *Adolescents' Perceptions of Family Communication Quality*. Croatian Journal of Education, 23(2), 389-414.
- Nurbaiti, D., & Prasetyo, R. 2022. *Pola Komunikasi Keluarga dalam Konteks Budaya Indonesia*. Jurnal Komunikasi dan Budaya, 7(2), 112-126.
- Pratiwi, R. 2020. *Pola Komunikasi Keluarga dan Dampaknya Terhadap Kesejahteraan Remaja*. Jurnal Komunikasi Keluarga, 6(2), 95-108.
- Putri, A. D., & Andayani, T. R. 2021. *Peran Sekolah dalam Membangun Komunikasi Efektif antara Orang Tua dan Anak di Era Digital*. Jurnal Pendidikan Keluarga, 13(1), 45-58.
- Putri, D. A., & Hidayat, R. 2020. *Peran Komunikasi Orang Tua Dalam Pembentukan Karakter Anak Usia Dini*. Jurnal Obsesi, 4(2), 899-910.

- Rahmawati, I. 2021. *Pola Komunikasi Keluarga dan Dampaknya Terhadap Perkembangan Emosional Anak*. Jurnal Komunikasi dan Pendidikan, 5(1), 35-47.
- Santrock, J. W. 2018. *Adolescence, 17th ed*. McGraw-Hill Education.
- Smetana, J. G., & Rote, W. M. 2015. *Adolescent-Parent Relationships: Progress, Processes, and Prospects*. Annual Review of Psychology, 66, 41-68.
- Zakira, Tuffah, Joyo Nur Suryanto Gono, dan S. Rouli Manalu 2024. *Pengaruh Intensitas Komunikasi dan Pola Komunikasi Keluarga terhadap Hubungan Orang Tua dan Anak di Perkotaan*. Jurnal Ilmiah Komunikasi Keluarga, 9 (2), 142-150.