

DAMPAK KONDISI BROKEN HOME TERHADAP KESEHATAN MENTAL ANAK

Shinta Puteri Naela¹, Yani Achdiani², Gina Indah Permata Nastia³

¹²³ Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pendidikan Teknik dan Industri, Universitas Pendidikan Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Received November, 2025

Revised November, 2025

Accepted November, 2025

Available November Oktober, 2025

pslinta060@gmail.com,

yaniaachdiani@upi.edu,

gina.nastia@upi.edu

ABSTRAK

Keluarga merupakan faktor utama dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Keluarga atau orang tua berperan untuk memastikan anak-anaknya sehat, aman, memberikan kasih sayang, penerimaan, menyediakan sarana prasarana serta arahan atau bimbingan kepada anak. Namun tidak semua anak memiliki kesempatan tersebut. Di era modern ini, fenomena broken home semakin sering terjadi dan menjadi masalah sosial yang kompleks. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengkaji dampak kondisi broken home terhadap Kesehatan mental anak melalui studi literatur dari berbagai sumber yang relevan dengan topik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang tumbuh dalam keluarga broken home memiliki risiko yang jauh lebih tinggi mengalami gangguan Kesehatan mental dibandingkan dengan anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga yang harmonis. Fenomena broken home yang disebabkan oleh perceraian, kematian, atau konflik berkepanjangan, akan mempengaruhi kondisi anak mengalami gangguan psikologis seperti stress, kecemasan, depresi, dan rentan mengalami perasaan tidak aman serta kehilangan arah. Dampaknya tidak hanya terbatas pada aspek psikologis, tetapi juga memengaruhi prestasi akademik dan perilaku sosial mereka. Namun penelitian ini juga menekankan bahwa dengan adanya dukungan yang tepat dari lingkungan sekitar, seperti guru, teman, konselor, atau keluarga besar yang penuh empati, anak dari keluarga broken home masih memiliki peluang besar untuk tumbuh dan berkembang secara positif.

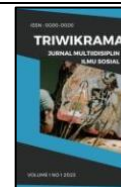
This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Cahaya Ilmu Bangsa Institute

Kata Kunci: *Keluarga, Kesehatan Mental Anak, Broken Home, Dukungan Sosial*

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan faktor utama yang memegang peran sentral dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Dalam lingkungan keluarga, orang tua bertanggung jawab untuk memastikan bahwa anak-anak tumbuh dalam keadaan sehat, aman, memperoleh kasih sayang, penerimaan, serta fasilitas yang mendukung perkembangan mereka. Selain itu, orang tua juga



berperan memberikan arahan dan bimbingan yang dibutuhkan untuk membentuk keterampilan, karakter, serta kesehatan mental anak (*Priska, 2023*). Pola pengasuhan yang tepat akan membantu anak mengembangkan rasa percaya diri, kemampuan mengatur emosi, dan sikap sosial yang adaptif. Hubungan antara orang tua dan anak menjadi elemen penting dalam membangun rasa percaya diri dan kepercayaan terhadap orang lain. Interaksi yang harmonis, hangat, terbuka, dan komunikatif antara orang tua dan anak berkontribusi besar dalam menumbuhkan rasa aman. Rasa aman tersebut merupakan fondasi utama yang mendukung kemampuan anak dalam menghadapi tantangan perkembangan, membentuk konsep diri yang positif, serta berfungsi optimal secara sosial (*Savitri et al., 2016*). Namun, tidak semua anak memiliki kesempatan tumbuh dalam lingkungan keluarga yang ideal. Di era modern ini, fenomena *broken home* semakin meningkat dan telah menjadi masalah sosial yang cukup kompleks karena dampaknya yang menjangkau berbagai aspek kehidupan anak (*Massa et al., 2020*).

Kondisi *broken home* dapat dilihat dari berbagai aspek: pertama, keluarga yang terpecah karena strukturnya tidak utuh akibat perceraian atau kematian salah satu anggota keluarga; kedua, orang tua yang tidak bercerai namun tidak lagi menunjukkan keharmonisan dan kehadiran emosional bagi anak (*Burhanuddin & Thohiroh, 2021*). Kondisi orang tua yang berpisah atau tidak harmonis dapat berdampak besar pada keberlangsungan hidup anak, bahkan menimbulkan trauma jangka pendek maupun jangka panjang (*Hartanti & Salsabila, 2020*). Keluarga yang mengalami *broken home* dapat memengaruhi tumbuh kembang anak secara fisik, emosi, spiritual, dan sosial.

Anak-anak yang mengalami situasi ini sering menghadapi tantangan dalam menjaga kesehatan mental mereka. Perceraian orang tua, konflik keluarga, perpisahan, dan perubahan lingkungan dapat menyebabkan stres, kecemasan, hingga depresi pada anak-anak (*Nasichah et al., 2021*). Mereka mungkin merasa kehilangan, bingung, serta kesulitan menerima perubahan. Dampak emosional ini memengaruhi perkembangan anak secara keseluruhan, seperti menjadi lebih tertutup, merasa tidak aman, dan mengalami kesulitan bersosialisasi (*Irani & Laksana, 2018*). Kondisi ini juga dapat memengaruhi prestasi akademik; banyak anak dari keluarga *broken home* mengalami penurunan fokus, motivasi, bahkan tidak mampu menyelesaikan pendidikan sesuai target (*Yahya et al., 2025*).

Pengalaman emosional yang berat dapat pula menyebabkan *broken heart*, di mana anak merasa diselimuti kesedihan, kekecewaan, hingga keputusasaan. Anak dapat merasa tidak berharga dan tidak memiliki tujuan hidup, yang memperburuk kondisi kesehatan mentalnya secara keseluruhan (*Matondang et al., 2024*). Kondisi ini juga berpotensi mendorong munculnya perilaku negatif. Anak mungkin melakukan tindakan yang sebelumnya tidak pernah dibayangkan, seperti perilaku menyimpang atau agresif, karena merasa tidak ada batasan, tidak ada kontrol orang tua, dan tidak ada yang memperingatkan atau membimbing mereka (*Mahnunin & Ridjal, 2021*).

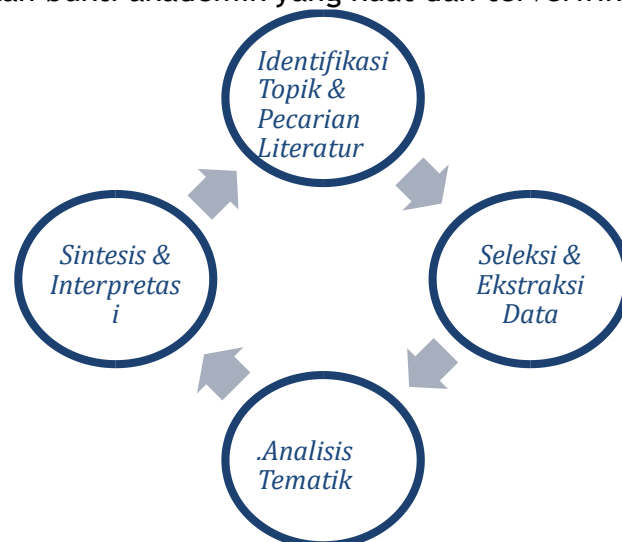
1. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah studi literatur (*library research*). Pendekatan ini dilakukan dengan mengumpulkan, membaca, dan menganalisis berbagai sumber tertulis yang memiliki keterkaitan langsung dengan topik mengenai dampak kondisi *broken home* terhadap Kesehatan mental anak. Sumber-sumber tersebut meliputi jurnal akademik, artikel ilmiah, buku referensi, laporan penelitian, serta publikasi institusi terkait yang membahas dinamika keluarga, psikologi anak, dan isu Kesehatan mental.

Proses studi literatur dilakukan melalui beberapa tahapan. Pertama, mengidentifikasi kata kunci seperti "*broken home*", "Kesehatan mental anak", "psikologis anak akibat perceraian", dan

“*family dysfunction*” untuk mempermudah pencarian sumber. Kedua, sumber yang diperoleh diseleksi berdasarkan relevansi, kebaruan data, serta kredibilitas penerbit atau penulis. Ketiga, peneliti membaca secara mendalam setiap sumber untuk menemukan konsep-konsep penting, pola-pola temuan penelitian, serta faktor-faktor yang berkaitan dengan dampak kondisi keluarga tidak utuh terhadap perkembangan psikologis anak.

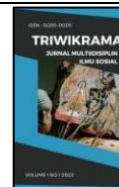
Melalui pendekatan ini, penelitian tidak hanya menggabungkan beragam perspektif teoritis, tetapi juga membandingkan hasil-hasil penelitian empiris sebelumnya. Dengan demikian, penelitian ini dapat menyajikan pemahaman yang komprehensif mengenai bagaimana situasi *broken home* memengaruhi kondisi emosional, sosial, dan mental anak, serta faktor-faktor yang memperkuat atau memperlemah dampak tersebut. Pendekatan studi literatur memungkinkan peneliti untuk membangun analisis yang mendalam tanpa melakukan pengumpulan data lapangan, namun tetap berlandaskan bukti akademik yang kuat dan terverifikasi.



Gambar 1. Siklus Proses Literature Review

2. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan studi literatur yang dilakukan, ditemukan bahwa anak-anak yang tumbuh dalam keluarga *broken home* memiliki risiko yang jauh lebih tinggi untuk mengalami gangguan kesehatan mental dibandingkan dengan anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga yang harmonis. Kondisi keluarga yang tidak stabil dapat menjadi pemicu munculnya tekanan psikologis yang bersifat jangka pendek maupun jangka panjang. Perubahan struktur keluarga, konflik, dan berkurangnya dukungan emosional dari orang tua dapat menyebabkan anak kehilangan rasa aman yang sangat penting bagi perkembangan mereka. Akumulasi dari pengalaman ini memengaruhi pembentukan identitas diri, kemampuan regulasi emosi, serta cara anak memandang dunia di sekitarnya. Anak-anak yang mengalami *broken home* seringkali menunjukkan berbagai tanda gangguan psikologis dan emosional. Mereka rentan mengalami kecemasan, depresi, rasa tidak berharga, hingga munculnya pikiran bahwa diri mereka adalah beban bagi orang lain. Banyak anak menganggap dirinya tidak dicintai dan merasa kesulitan membangun hubungan yang sehat. Dalam banyak kasus, anak dari keluarga *broken home* lebih mudah terbawa arus lingkungan dan menunjukkan masalah-masalah moral serta perilaku menyimpang (Rofiqah & Sitepu, 2019). Hal

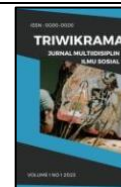


ini terjadi karena hilangnya kontrol dan pengawasan orang tua, serta tidak adanya figur yang dapat dijadikan teladan.

Anak yang ditinggalkan oleh kedua orang tua dan kemudian diasuh oleh kakek atau neneknya cenderung mengembangkan konsep diri negatif. Mereka melihat dirinya sebagai individu yang buruk, membawa pengaruh negatif bagi lingkungan, dan merasa dipandang rendah oleh orang lain. Kondisi tersebut membuat anak tumbuh menjadi pribadi yang tertutup, pemalu, mudah cemas, serta menunjukkan emosi yang tidak stabil. Mereka menjadi lebih sensitif terhadap kritik, sulit mempercayai orang lain, dan kaku dalam beradaptasi dengan lingkungan baru (Wandi & Siregar, 2024). Hambatan emosional semacam ini dapat bertahan hingga dewasa apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat.

Fenomena *broken home* juga tidak hanya disebabkan oleh perceraian orang tua, tetapi bisa dipicu oleh kematian salah satu anggota keluarga, konflik berkepanjangan, atau hilangnya peran ayah maupun ibu dalam pengasuhan. Dalam sebagian kasus, anak korban *broken home* turut mengalami kekerasan fisik, verbal, psikologis, bahkan seksual. Ada anak yang mendapat tamparan dengan benda keras, menjadi sasaran kata-kata kasar, atau dipaksa menjadi saksi perilaku tidak pantas orang tua. Kekerasan semacam ini meninggalkan luka emosional yang mendalam dan mengganggu perkembangan mental anak (Rofiqah & Sitepu, 2019). Trauma akibat kekerasan keluarga berpotensi memengaruhi cara anak membangun kepercayaan, mengembangkan hubungan interpersonal, serta menafsirkan nilai-nilai moral. Dalam aspek pendidikan, prestasi belajar anak-anak dari keluarga *broken home* juga cenderung menurun. Gangguan kesehatan mental membuat anak sulit berkonsentrasi di sekolah, kehilangan motivasi belajar, dan merasa tidak memiliki tujuan hidup. Kondisi emosional yang tidak stabil membuat mereka mudah tersinggung, menarik diri dari lingkungan sosial, dan merasa terasing dari teman-teman sebaya. Beberapa anak bahkan memutuskan untuk berhenti sekolah karena merasa tidak ada yang peduli terhadap masa depan mereka (Sari et al., 2023). Penurunan prestasi ini menunjukkan bahwa dampak *broken home* tidak hanya menyentuh sisi emosional, tetapi juga menghambat perkembangan akademik. Tidak jarang pula anak-anak dari keluarga *broken home* terlibat dalam perilaku negatif sebagai mekanisme pelarian dari tekanan emosional yang mereka rasakan. Mereka terlibat dalam pergaulan bebas, bolos sekolah, penyalahgunaan lem, hingga penggunaan zat terlarang. Perilaku menyimpang ini umumnya muncul karena anak merasa bebas tanpa adanya pengawasan, serta kehilangan batasan moral yang seharusnya diberikan oleh orang tua. Namun, perilaku negatif tersebut bukan berasal dari kemauan anak semata, melainkan dari kebutuhan psikologis mereka untuk menghindari rasa sakit emosional yang terus menumpuk.

Meskipun demikian, tidak semua dampak *broken home* berakhir dengan buruk. Beberapa anak masih dapat berkembang secara positif apabila mereka mendapatkan dukungan emosional dan sosial dari orang-orang di sekitar. Kehadiran guru yang peduli, teman yang suportif, konselor sekolah, atau anggota keluarga besar dapat membantu anak merasakan kembali makna kehadiran orang dewasa yang dapat diandalkan. Dengan adanya dukungan tersebut, anak dapat membangun kembali kepercayaan diri, belajar mengenali emosinya, serta beradaptasi dengan kondisi keluarga yang berubah (Maharani, 2025). Dukungan sosial memainkan peran yang sangat penting dalam membantu anak-anak *broken home* mengatasi trauma. Dukungan emosional yang diberikan secara konsisten, melalui komunikasi terbuka dan sikap penuh empati, terbukti lebih efektif daripada bantuan materi semata. Orang tua yang telah bercerai tetapi tetap menjaga komunikasi sehat dengan anak dapat menciptakan lingkungan aman bagi anak untuk mengekspresikan perasaan



tanpa rasa takut dihakimi. Interaksi yang penuh kasih dan pengertian ini memberikan pondasi kuat bagi pemulihan mental anak.

Konsep ketahanan (*resilience*) menjadi kunci utama dalam memahami bagaimana anak-anak dari keluarga broken home mampu pulih dari pengalaman pahit. Anak yang memiliki ketahanan baik biasanya didukung oleh lingkungan yang stabil, hubungan dekat dengan orang dewasa yang peduli, serta kemampuan sosial yang memadai. Dengan adanya dukungan sosial yang memadai, anak mampu bertahan, pulih, dan tetap berkembang meskipun berada dalam situasi keluarga yang sulit (Maharani, 2025). Oleh karena itu, peran lingkungan baik sekolah, keluarga besar, maupun masyarakat sangat penting dalam membantu anak menghadapi dampak psikologis dari situasi broken home

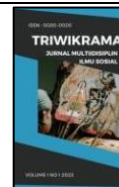
3. SIMPULAN DAN SARAN

Kondisi broken home merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi Kesehatan mental anak. Anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang tidak utuh, dan tidak ada keharmonisan dalam keluarga, baik karena perceraian, kematian salah satu orang tua, atau konflik yang berkepanjangan, menyebabkan risiko tinggi mengalami gangguan psikologis dan sosial, seperti kecemasan, depresi, stress dan kesulitan dalam menjalin hubungan sosial. Mereka cenderung merasa kehilangan, tidak dicintai, dan tidak memiliki tempat aman untuk bersandar. Semua ini berdampak besar pada perkembangan emosi, perilaku, kemampuan sosial bahkan prestasi akademik mereka. Namun dampak negatif tersebut tidak bersifat mutlak,. Dengan adanya dukungan yang tepat dari lingkungan sekitar yang penuh empati dapat menjadi pelindung yang membantu anak membangun kembali rasa percaya diri dan keinginan untuk menjalani hidup yang lebih baik. Anak dari keluarga *broken home* masih memiliki peluang besar untuk tumbuh dan berkembang secara positif.

Melihat dampak psikologis yang cukup kompleks dari kondisi *broken home* terhadap anak, sudah seharusnya isu ini mendapatkan perhatian lebih serius dari berbagai kalangan. Anak-anak tidak memiliki kuasa atas kondisi keluarga mereka, namun sering kali merekalah yang paling menderita. Untuk meminimalisir dampak negatif yang ditimbulkan oleh kondisi broken home terhadap kesehatan mental anak, diperlukan kerja sama dari berbagai pihak. Orang tua sebaiknya lebih peka terhadap kondisi psikologis anak dan tidak hanya fokus pada konflik pribadi. Komunikasi yang sehat, meskipun dalam kondisi keluarga yang tidak utuh tetap sangat penting bagi pertumbuhan emosional anak. Di sisi lain, lingkungan sekitar juga harus mampu menunjukkan empati dan memberikan ruang aman bagi anak untuk mengekspresikan diri tanpa takut dihakimi. Edukasi mengenai pentingnya kesehatan mental harus ditingkatkan, baik di lingkungan keluarga maupun masyarakat luas. Dengan komunikasi terbuka, serta dukungan lingkungan yang sehat, diharapkan anak-anak dari keluarga *broken home* dapat tumbuh dengan kesejahteraan mental yang tetap terjaga.

4. DAFTAR PUSTAKA

Burhanuddin, H., & Thohiroh, M. (2021). Pola Asuh Orang Tua pada Anak Broken Home: Studi di Kecamatan Dander Kabupaten Bojonegoro. *Absorbent Mind*, 1(2), 41-53. https://doi.org/10.37680/absorbent_mind.v1i02.1116



- Hartanti, S. S., & Salsabila, V. (2020). Analisis kondisi fisik dan psikis terhadap anak korban brokenhome.EDUSAINTEK4.
<https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/edusaintek/article/viewFile/600/601>
- Irani, L. C., & Laksana, E. P. (2018). Konsep diri dan keterbukaan diri remaja broken home yang diasuh nenek (Doctoral dissertation, State University of Malang).<https://www.academia.edu/download/82295170/5336.pdf>
- MAHARANI, N. A. (2025). DAMPAK KELUARGA BROKEN HOME TERHADAP KESEHATAN MENTAL SISWA SMA NEGERI 9 KOTA CIREBON (Doctoral dissertation, SI-Bimbingan Konseling Islam UINSSC).
<http://repository.syekhnurjati.ac.id/id/eprint/16153>
- Mahnunin, J., & Ridjal, T. (2021). Identifikasi Tingkah Laku Siswa dari Keluarga Broken Home (Studi Kasus tentang Keluarga Broken Home dan Tingkah Laku Siswa MTs). Jurnal Thalaba Pendidikan Indonesia, 4(1), 29-46.
<https://ejournal.undar.or.id/index.php/Thalaba/article/view/118>
- Massa, N., Rahman, M., & Napu, Y. (2020). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Perilaku Sosial Anak. Jambura Journal of Community Empowerment, 1-12.
<https://doi.org/10.37411/jjce.v1i1.92>
- Matondang, F. S. P., Astuti, N. H., Rokan, N. H., Dewi, A. P., & Andinata, M. P. (2024). Peran Dukungan Sosial terhadap Trauma Broken Home pada Anak. Jurnal Pendidikan Tambusai, 8, 26622-26629. <https://core.ac.uk/download/pdf/617054548.pdf>
- Nasichah, M. A., Fadhil, M., & Parliah, P. EFEK BROKEN HOME PADA KESEHATAN MENTAL ANAK.
<http://jurnal.lp2msasbabel.ac.id/stu/article/view/1968>
- Priska Adristi, S. (2023). Peran Orang Tua pada Anak dari Latar Belakang Keluarga Broken Home . Lifelong Education Journal, 1(2), 131-138. <https://doi.org/10.59935/lej.v1i2.30>
- Rofiqah, T., & Sitepu, H. (2019). Bentuk kenakalan remaja sebagai akibat broken home dan implikasinya dalam pelayanan bimbingan konseling. KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program, 6(2).<https://www.jurnal.unrika.ac.id/index.php/kopastajournal/article/view/2136>
- Sari, M. A., Fitria, L., & Radyuli, P. (2023). Permasalahan siswa dari keluarga broken home. Jurnal Pti (Pendidikan Dan Teknologi Informasi) Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universita Putra Indonesia" Yptk" Padang, 87-92. <http://jpti-upiyptk.org/ojs/index.php/jpti/article/view/176>
- Savitri, D. I., Degeng, I. N. S., & Akbar, S. D. (2016). Peran Keluarga dan guru dalam membangun karakter dan konsep diri siswa Broken Home di Usia Sekolah Dasar (Doctoral dissertation, State University of Malang).<https://doi.org/10.17977/jp.v1i5.6288>
- Wandi Arputra Fanani, & Mhd. Fuad Zaini Siregar. (2024). Analisis Komunikasi Anak Broken Home Pasca Perceraian Orang Tua. Jurnal Studi Islam Indonesia (JSII), 2(1), 145-160.
<https://doi.org/10.61930/jsii.v2i1.641>
- Yahya, M. I., Garlis, M. C., & Oktafiana, Z. (2025). Dampak Broken Home terhadap Fokus Belajar Siswa. Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi (JIPP), 3(3), 94-101.
<https://jurnalcendekia.id/index.php/jipp/article/view/559>