

KETERBUKAAN DIRI DAN DAMPAK PSIKOLOGIS DALAM KOMUNIKASI INTERPERSONAL ANAK PEREMPUAN DEWASA AWAL DENGAN AYAH: STUDI KASUS PADA MAHASISWI UNIVERSITAS MURIA KUDUS

Putri Fatma Khusnul Khotimah, Tria Sisca Susilawati, Denny Devantara Lastari,
Fatma Gustia Aulia

Fakultas Psikologi, Universitas Muria Kudus

*Penulis Korespondensi: 202360040@std.umk.ac.id

Abstract. *This study aims to explore self-disclosure and its psychological impact on interpersonal communication between young adult daughters and their fathers at Muria Kudus University. The study used a qualitative approach with a collective case study design and involved three informants selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth semi-structured interviews and analyzed using thematic analysis. The results showed that interpersonal communication between fathers and young adult daughters tends to be one-way, dominated by the father's authority, and lacks openness, empathy, and equality in interactions. This condition creates various communication barriers that impact the child's low self-disclosure, the emergence of feelings of sadness, anxiety, hypervigilance, and a tendency to suppress emotions. To deal with this situation, informants use coping strategies such as withdrawal, isolating themselves in their rooms, listening to music, watching movies, or seeking emotional support from other figures such as mothers, older siblings, and family members who are considered more supportive. However, some informants interpret the father's firmness and control as a form of attention and affection that is not conveyed appropriately. The findings of this study demonstrate the importance of developing more open, empathetic, and equal communication between fathers and children to improve the quality of family relationships, strengthen emotional closeness, and support the psychological well-being of young adult daughters.*

Keywords: *young adult daughters; psychological impact; self-disclosure; interpersonal communication; father-daughter relationship.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi keterbukaan diri dan dampak psikologis dalam komunikasi interpersonal antara anak perempuan dewasa awal dengan ayah pada mahasiswa Universitas Muria Kudus. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus kolektif dan melibatkan tiga informan yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal antara ayah dan anak perempuan dewasa awal cenderung berlangsung secara satu arah, didominasi oleh otoritas ayah, serta minim keterbukaan, empati, dan kesetaraan dalam interaksi. Kondisi tersebut memunculkan berbagai hambatan komunikasi yang berdampak pada rendahnya keterbukaan diri anak, munculnya perasaan sedih, kecemasan, kewaspadaan berlebihan, serta kecenderungan memendam emosi. Untuk menghadapi situasi tersebut, informan menggunakan strategi koping berupa penarikan diri, mengisolasi diri di kamar, mendengarkan musik, menonton film, atau mencari dukungan emosional dari figur lain seperti ibu, kakak, dan anggota keluarga yang dianggap lebih suportif. Meskipun demikian, sebagian informan memaknai sikap tegas dan kontrol ayah sebagai bentuk perhatian dan kasih sayang yang kurang tepat dalam penyampaian. Temuan penelitian ini menunjukkan pentingnya pengembangan komunikasi yang lebih terbuka, empatik, dan setara antara ayah dan anak guna meningkatkan kualitas hubungan keluarga, memperkuat kedekatan emosional, serta mendukung kesejahteraan psikologis anak perempuan dewasa awal.

Kata Kunci: anak perempuan dewasa awal; dampak psikologis; keterbukaan diri; komunikasi interpersonal; relasi ayah-anak.

1. LATAR BELAKANG

Keluarga merupakan rumah pertama bagi anak untuk dapat membangun serta membentuk identitas, nilai-nilai hingga cara berkomunikasi. Keluarga sering disebut sebagai lingkup terkecil dalam terjadinya suatu komunikasi. Komunikasi diartikan sebagai proses penyampaian pesan berupa pernyataan atau pengungkapan dari satu orang ke orang yang lain sehingga terjalin suatu keterhubungan. Isi dari komunikasi meliputi ide, informasi, perasaan hingga permasalahan yang disampaikan oleh komunikator kepada komunikan dengan tujuan untuk memperoleh sebuah solusi atau semata-mata hanya untuk didengar dan dimengerti (Astuti et al., 2025).

Komunikasi interpersonal merupakan jenis komunikasi yang efektif karena merupakan suatu proses komunikasi yang bersifat saling bergantung dan memberikan efek umpan balik penuh dengan arti serta penuh makna. Komunikasi interpersonal bertujuan untuk menjaga suatu hubungan dengan cara menghindari kesalahpahaman dalam penafsiran, mencegah permasalahan dan memperbaiki permasalahan yang terjadi dengan baik. Gaya komunikasi yang bersifat santai, bersahabat dan peka akan menciptakan hubungan yang terbuka, saling percaya, suportif, positif, aman dan nyaman (Siahaan & Subroto, 2025).

Komunikasi antara orang tua dengan anak merupakan suatu hal yang sangat penting karena berpengaruh terhadap kepribadian yang dimiliki oleh anak yakni meliputi rasa percaya diri, harga diri, kemandirian, kecerdasan emosional dan kemampuan dalam bersosialisasi. Namun, di Indonesia keterlibatan komunikasi antara anak dengan ayah tergolong masih rendah. Hal tersebut dipicu oleh kesibukan ayah hingga mengakibatkan kurangnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak. Rata-rata keterlibatan komunikasi antara anak dengan ayah hanya satu jam dalam satu hari (Nurtasya & Banowo, 2025).

Fenomena kurangnya keterlibatan ayah dalam hal berkomunikasi dengan anak mengakibatkan timbulnya proses komunikasi yang bersifat kaku, singkat, egois, tanpa alasan yang lebih lanjut, cenderung terbatas akan dianggap menjadi suatu hal yang tidak lagi diperlukan. Komunikasi yang tidak efektif mendorong anak untuk cenderung tertutup, tidak efektif, tidak aktif hingga adanya kesulitan untuk menyatakan perasaan dan pikiran yang sebenarnya dialami. Oleh karena itu, efek negatif dari permasalahan tersebut dapat menciptakan kurangnya keakraban, kehangatan dan keharmonisan yang terjadi antara hubungan anak dengan ayah. Selain itu, jarak kedekatan emosional antara anak dengan ayah akan menjauh akibat gaya komunikasi yang terlalu dominan (Abdul K et al., 2025).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Fernando & Nofha (2023) berjudul “Komunikasi Interpersonal Ayah Pekerja dan Anak Perempuan dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Anak” terhadap anak perempuan berusia 21-25 tahun memperoleh hasil bahwa karakteristik keterbukaan dan kesetaraan merupakan fokus utama yang menjadi permasalahan dalam komunikasi interpersonal antara anak dengan ayah. Hal tersebut dipicu oleh keterbatasan waktu yang tidak dapat diluangkan antara keduanya. Topik komunikasi antara anak dengan ayah hanyalah sekedar formalitas semu yang membahas mengenai akademik. Anak cenderung membangun *boundaries* dalam mengekspresikan diri terhadap ayahnya. Sebaliknya, ayah cenderung membangun *boundaries* dalam mengekspresikan diri terhadap anaknya.

Berdasarkan penjelasan diatas, komunikasi interpersonal antara anak dengan ayah merupakan suatu fenomena serius yang menjadi fokus kajian utama dalam penelitian ini. Keterampilan komunikasi asertif serta keberanian anak dalam melakukan dialog terbuka dengan ayah merupakan suatu hal yang patut untuk diperhatikan. Timbulnya *boundaries*

dalam komunikasi dapat mempengaruhi keterbukaan diri dan dampak psikologis pada anak. Oleh karena itu, penelitian ini berusaha menggali secara mendalam mengenai permasalahan komunikasi interpersonal antara ayah dan anak.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode kualitatif dengan desain studi kasus kolektif (*collective case study*). Metode kualitatif dipilih karena tujuan penelitian ini adalah untuk memahami pengalaman, sudut pandang, tindakan, serta arti yang diberikan oleh partisipan terkait fenomena yang sedang dikaji. Metode ini memberikan ruang bagi peneliti untuk mengumpulkan data yang mendalam dan kontekstual melalui interaksi langsung dengan para informan.

Informan menurut Wijaya et al. (2025), adalah individu yang dapat menyampaikan informasi mengenai keadaan dan kondisi dasar dari penelitian. Proses pemilihan informan dalam studi ini dilakukan dengan metode *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2013), *purposive sampling* merupakan teknik penentuan partisipan dengan menggunakan pertimbangan kriteria yang telah ditentukan.

Studi kasus kolektif adalah suatu eksplorasi yang memperluas konsep studi kasus dengan melibatkan sejumlah kasus demi mendapatkan wawasan yang lebih mendalam tentang suatu fenomena (In Salsabila et al., 2025). Dalam penelitian ini, sejumlah kasus dianalisis secara simultan, memungkinkan peneliti untuk melakukan perbandingan antara kasus-kasus tersebut untuk mengidentifikasi pola, kesamaan, dan juga perbedaan yang muncul.

1. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan menggunakan wawancara mendalam semi-terstruktur (*semi-structured in-depth interview*). Wawancara semi-terstruktur merupakan teknik pengumpulan data yang menggunakan pedoman wawancara sebagai acuan, namun peneliti tetap memiliki fleksibilitas untuk mengembangkan pertanyaan sesuai dengan respons informan. Teknik ini memungkinkan peneliti menggali informasi secara lebih mendalam tanpa kehilangan fokus terhadap tujuan penelitian.

Prosedur wawancara meliputi:

- a. Menyusun pedoman wawancara berdasarkan fokus penelitian.
- b. Menghubungi dan menentukan jadwal wawancara dengan informan.
- c. Menjelaskan tujuan penelitian serta meminta persetujuan informan.
- d. Melaksanakan wawancara secara tatap muka.
- e. Merekam hasil wawancara dengan izin informan.
- f. Membuat catatan lapangan selama proses wawancara berlangsung.
- g. Mentranskripsikan hasil wawancara untuk dianalisis lebih lanjut.

Pertanyaan wawancara bersifat terbuka (*open-ended*) sehingga informan dapat menjelaskan pengalaman dan pandangannya secara luas. Karakteristik ini sesuai dengan tujuan penelitian kualitatif yang menekankan pemahaman mendalam terhadap fenomena sosial.

2. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian kualitatif, peneliti bertindak sebagai instrumen utama (*human instrument*). Peneliti berperan dalam menentukan fokus penelitian, memilih informan, melakukan wawancara, menganalisis data, serta menafsirkan hasil penelitian.

Instrumen pendukung yang digunakan meliputi:

- a. Pedoman wawancara semi-terstruktur.
- b. Alat perekam suara.

- c. Buku catatan lapangan (*field notes*).
- d. Laptop atau perangkat pengolah data.

Penggunaan instrumen pendukung bertujuan membantu peneliti memperoleh data secara lebih lengkap dan akurat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika komunikasi interpersonal antara anak dan ayah pada mahasiswi Universitas Muria Kudus, dengan fokus pada karakteristik pola asuh, hambatan relasional atau *boundaries*, dampak psikologis, strategi koping, serta harapan informan terhadap perbaikan kualitas hubungan dengan ayah. Data diperoleh melalui wawancara mendalam semi-terstruktur terhadap tiga orang informan, yang selanjutnya disebut sebagai Subjek DRA, Subjek LIA, dan Subjek FA. Berdasarkan analisis tematik terhadap transkrip wawancara, ditemukan tujuh tema utama yang saling berkaitan dan membentuk gambaran komprehensif mengenai corak relasi anak-ayah pada konteks keluarga Indonesia. Ketujuh tema tersebut disajikan secara sistematis pada bagian berikut, didukung dengan kutipan verbatim guna menjaga keterpercayaan temuan kualitatif.

Tabel 1. Profil dan Karakteristik Umum Informan

Kode Informan	Struktur & Anggota Keluarga	Figur Kedekatan Emosional Utama	Persepsi terhadap Karakter Ayah
Subjek DRA	Ayah, ibu, nenek, saudara kembar, dan satu adik laki-laki kelas 2 SMP	Ibu	Pasif dalam keseharian, namun temperamen saat marah; menerapkan disiplin waktu yang ketat
Subjek LIA	Ayah, ibu, kakak laki-laki, dan kakak perempuan	Ibu dan kakak perempuan	<i>Strict parent</i> , posesif; memiliki riwayat perilaku agresif seperti membanting barang di masa lalu
Subjek FA	Ayah, ibu, dan satu adik	Ibu dan adik	Egois dan dominan; berorientasi menang sendiri dalam pengambilan keputusan keluarga

Temuan pertama menggambarkan bagaimana ketiga informan mempersepsikan karakter dasar ayah mereka serta kualitas keterlibatan ayah dalam keseharian. Secara umum, ketiga informan menggambarkan figur ayah sebagai sosok yang dominan dalam pengambilan keputusan keluarga, meskipun bentuk dominasi tersebut termanifestasi dengan cara yang berbeda-beda pada masing-masing keluarga.

Subjek DRA menggambarkan ayahnya sebagai sosok yang relatif pasif dalam interaksi sehari-hari, tetapi menunjukkan letupan emosi yang temperamen pada saat marah. Keterlibatan ayah dalam komunikasi harian tergolong minim akibat kesibukan bekerja, sehingga momen kebersamaan lebih banyak terjalin dengan figur ibu.

"Kalau menurutku ayah tuh pasif, kadang ya ada nyebelinnya, ada baiknya juga, tapi ayahku sekalinya marah itu langsung berbuat kayak temperamen gitu ke aku."
(Subjek DRA)

Menariknya, Subjek DRA juga menyoroti aspek positif dari pola asuh ayahnya, yaitu tidak adanya tuntutan berlebihan dalam pencapaian akademik sebuah temuan yang menunjukkan bahwa relasi anak-ayah pada subjek ini tidak murni bersifat negatif, melainkan bersifat ambivalen.

"Orangtuaku itu nggak pernah maksa aku dalam akademik... walaupun bisa dibilang adik-adikku itu dalam segi akademik lebih unggul dari aku, tapi orang tuaku itu tidak memaksaku." (Subjek DRA)

Berbeda dengan Subjek DRA, Subjek LIA menggambarkan ayahnya sebagai figur yang jauh lebih rigid, yaitu *strict parent* yang posesif. Kedekatan emosional dengan ayah sangat terbatas sejak masa kanak-kanak akibat pola kerja ayah yang menyita waktu pada hari kerja, dan hanya menyisakan kebersamaan pada akhir pekan.

"Sejak dulu bapak saya sejak kecil sibuk kerja, dari pagi sampai malam... jadi sejak kecil udah nggak terbiasa quality time sama bapak saya di hari kerja. Kalau weekend sih quality time." (Subjek LIA)

Karakteristik yang membedakan Subjek LIA dari kedua informan lain adalah adanya riwayat trauma psikologis akibat perilaku agresif ayah pada masa lampau, yaitu peristiwa pembantingan barang elektronik ketika kakak subjek melanggar aturan keluarga. Peristiwa ini meninggalkan jejak ketakutan yang memengaruhi sikap kehati-hatian subjek hingga saat ini.

"Pernah suatu ketika kakak saya melanggar aturan dari keluarga saya, terus bapak saya itu membanting TV. Dari sejak saat itu jadi takut gitu." (Subjek LIA)

Subjek FA memberikan gambaran yang berbeda lagi, yaitu ayah yang aktif terlibat dalam interaksi keluarga sehari-hari termasuk dalam suasana humor dan kebersamaan namun menunjukkan dominasi kuat ketika terjadi perbedaan pendapat, di mana opininya harus diterima secara mutlak oleh seluruh anggota keluarga.

"Ayah yang maunya menang sendiri, kayak pendapatnya tuh harus diterima oleh istrinya sama anak-anaknya gitu." (Subjek FA)

Pola dominasi pada Subjek FA tidak hanya tertuju pada anak, tetapi juga pada figur ibu, sehingga konflik kerap melibatkan dinamika tiga arah antara ayah, ibu, dan anak. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Abdul K. et al. (2025) yang menunjukkan bahwa gaya komunikasi ayah yang dominan cenderung menghambat keterbukaan diri anak dalam lingkup keluarga, serta memperkuat temuan Nurtasya dan Banowo (2025) mengenai rendahnya intensitas keterlibatan komunikasi ayah-anak di Indonesia yang rata-rata hanya berkisar satu jam per hari.

Temuan kedua mengidentifikasi pola arah komunikasi yang terjalin antara informan dan ayah. Mengacu pada karakteristik komunikasi interpersonal efektif yang dikemukakan DeVito yang meliputi keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap mendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*) ditemukan bahwa kelima karakteristik tersebut secara konsisten tidak terpenuhi dalam relasi ketiga informan dengan ayah mereka.

- Pada Subjek DRA, komunikasi dengan ayah sebatas formalitas dan sangat dibatasi oleh waktu kerja ayah, sehingga topik pembicaraan minim variasi dan jarang menyentuh aspek emosional.
- Pada Subjek LIA, komunikasi terbuka hanya muncul pada akhir pekan, sementara pada hari kerja relasi didominasi oleh instruksi dan penegakan aturan satu arah.

- Pada Subjek FA, komunikasi cenderung berbentuk pemberian keputusan tunggal *one-way* tanpa memberikan ruang diskusi argumen maupun alternatif solusi *plan A* atau *plan B* kepada anak.

"Ayah saya yang tipikal yang emang ngasih satu jalur aja... kalau nggak mau ngikut juga ayah nggak peduli, maunya ya wess, di situ." (Subjek FA)

Ketidakhadiran unsur kesetaraan dan keterbukaan ini berkontribusi pada terbentuknya jarak emosional antara anak dan ayah, sebagaimana dikemukakan oleh Abdul K. et al. (2025) bahwa gaya komunikasi ayah yang terlalu dominan akan menjauhkan kedekatan emosional dalam relasi anak-ayah. Kondisi ini berbanding terbalik dengan karakteristik komunikasi interpersonal yang efektif sebagaimana dijelaskan oleh Siahaan dan Subroto (2025), yang menekankan bahwa gaya komunikasi santai, bersahabat, dan peka justru akan menciptakan hubungan yang terbuka dan saling percaya.

Temuan ketiga mengungkap bentuk-bentuk hambatan konkret (*boundaries*) yang diterapkan ayah terhadap ruang gerak dan otonomi anak. Hambatan ini secara konsisten berakar pada ketimpangan kekuasaan (*power imbalance*) dalam struktur keluarga, di mana posisi ayah sebagai pemegang otoritas tertinggi tidak diimbangi dengan ruang negosiasi bagi anak.

Ketiga subjek mengalami bentuk pembatasan yang serupa, yaitu penetapan jam malam yang ketat tanpa kompromi, meskipun aktivitas yang dilakukan bersifat akademis.

"Aku itu harus di jam-in, kalau sudah sore bakal ditelpon sampai aku angkat dan sampai aku pulang ke rumah. Aku selalu kalau jam 7 itu sudah harus di rumah." (Subjek DRA)

"Kalau ada kerja kelompok, saya pulang sampai malam itu nggak boleh, dimarahin gitu." (Subjek LIA)

Selain pembatasan fisik, hambatan komunikasi juga termanifestasi dalam bentuk minimnya kepercayaan yang diberikan ayah, sehingga anak merasa keputusan dan pendapatnya tidak dipertimbangkan dalam proses pengambilan keputusan keluarga. Subjek FA, misalnya, mengungkapkan kekecewaannya karena tidak diberikan alternatif solusi ketika terjadi perbedaan pendapat, sedangkan Subjek LIA merasa pengalaman masa lalu saudaranya turut memperberat tingkat kontrol yang diterapkan terhadap dirinya. Pola ini sejalan dengan konsep *boundaries* yang dikemukakan Fernando dan Nofha (2023), yang menemukan bahwa baik anak maupun ayah cenderung membangun batasan personal dalam mengekspresikan diri satu sama lain, sehingga keterbukaan dan kesetaraan menjadi aspek yang paling problematis dalam relasi anak-ayah.

Pola asuh otoriter dan minimnya kehangatan emosional dari figur ayah menghasilkan sejumlah dampak psikologis pada ketiga informan, yang dapat dikelompokkan ke dalam tiga bentuk respons emosional sebagai berikut.

- *Kesedihan dan perasaan tidak dipahami.* Ketiga informan secara konsisten mengungkapkan perasaan sedih akibat kebutuhan mereka untuk memperoleh ruang personal (*space*) dan otonomi tidak diakomodasi oleh ayah, melainkan direspons dengan pengekangan.
- *Kecemasan dan kewaspadaan berlebihan.* Pada Subjek LIA, dampak psikologis tampak lebih intens berupa kecemasan kronis untuk tidak melanggar aturan, yang berakar dari pengalaman traumatis di masa kecil.
- *Pemendam emosi (self-concealment).* Ketiga subjek cenderung memilih memendam permasalahan pribadi daripada membagikannya kepada ayah, dan

mengalihkan kebutuhan keterbukaan emosional tersebut kepada figur lain seperti ibu, kakak, atau nenek.

*"Pastinya sedih ya, karena kebanyakan anak pasti pengen yang kayak dimengerti orang tuanya... seharusnya kan ayahku tahu kalau aku semakin dewasa itu punya *space* sendiri, jangan diatur-aturlah." (Subjek DRA)*

"Dari kejadian itu ya pastinya sedih sih, makanya saya jadi takut ngelanggar sesuatu ke bapak saya." (Subjek LIA)

Pola pemendam emosi (*self-concealment*) yang ditemukan pada ketiga informan ini relevan dengan kerangka yang dikemukakan Astiti et al. (2025), yang menyebutkan bahwa komunikasi keluarga yang tidak efektif berkontribusi pada pembentukan karakter anak yang cenderung tertutup dan mengalami kesulitan menyatakan perasaan secara autentik.

Tema keempat mengidentifikasi pola koping yang digunakan informan ketika menghadapi suasana rumah yang tidak menyenangkan akibat ketegangan dengan ayah. Ketiganya menunjukkan kesamaan pola koping yang berorientasi pada pengelolaan emosi (*emotion-focused coping*) melalui bentuk penarikan diri (*withdrawal*), dengan variasi sebagai berikut.

- *Isolasi mandiri di kamar* menjadi strategi utama pada ketiga subjek, umumnya disertai aktivitas mendengarkan musik atau menonton film sebagai sarana regulasi emosi mandiri.
- *Melarikan diri dari lingkungan fisik rumah* secara khusus ditemukan pada Subjek FA, yang memilih keluar rumah apabila konflik melibatkan pertengkaran langsung antara ayah dan ibu, sebagai upaya melindungi kondisi psikologisnya dari eskalasi konflik.
- *Pengalihan figur curahan hati* turut teridentifikasi sebagai strategi sekunder, di mana ketiga informan memilih membagikan permasalahan pribadi kepada figur selain ayah—Subjek DRA dan FA kepada ibu, Subjek LIA kepada ibu dan kakak perempuan, sementara Subjek FA sebelumnya mengandalkan sang nenek (yang telah meninggal) sebagai tempat bercerita.

"Aku biasanya kalau lagi nggak enak sama ayah dan ibu, biasanya aku milih untuk berdiam diri di kamar terus dengerin musik." (Subjek DRA)

"Lebih ke ngurung diri di kamar sambil nyetel lagu. Tapi kalau ayah saya yang tengkar sama ibu, saya milih keluar rumah." (Subjek FA)

Temuan menarik yang membedakan penelitian ini dari asumsi awal adalah munculnya persepsi ambivalen pada sebagian informan, di mana sikap kaku ayah tidak semata dimaknai secara negatif, melainkan juga dipahami sebagai bentuk perhatian dan kasih sayang yang keliru dalam penyampaian.

"Sebenarnya baik, baik ya kak. Dia itu perhatian dan sayang sama anaknya. Cuma dia nggak mau aja anaknya terpengaruh sama hal-hal yang buruk di luar sana." (Subjek LIA)

Persepsi semacam ini tidak ditemukan secara eksplisit pada Subjek FA, yang justru menilai sikap ayahnya semata sebagai bentuk keegoisan tanpa mengaitkannya dengan motif protektif. Variasi ini mengindikasikan bahwa intensitas konflik dan kualitas penyampaian aturan turut memengaruhi bagaimana anak memaknai kontrol yang diterapkan oleh ayah semakin tinggi unsur kehangatan yang menyertai aturan, semakin besar kemungkinan anak memaknainya secara positif meskipun tetap restriktif.

Meskipun dihadapkan pada pola komunikasi yang kaku dan minim kesetaraan, ketiga informan menunjukkan orientasi masa depan yang konstruktif, yaitu harapan kuat untuk memperbaiki struktur komunikasi dengan ayah. Dua kategori harapan utama dapat diidentifikasi sebagai berikut.

- *Peningkatan komunikasi dua arah dan asertif.* Informan menginginkan adanya dialog yang lebih terbuka guna meminimalkan kesalahpahaman yang berlarut-larut.
- *Pemberian kepercayaan (trust) dan fleksibilitas aturan.* Informan berharap ayah dapat menurunkan kadar kontrol secara berangsur, bersikap lebih realistis, dan memberikan keleluasaan yang proporsional dengan bertambahnya usia dan kedewasaan anak.

"Aku pengen bapak saya itu lebih sedikit memberikan kepercayaan kepada anak-anaknya, terutama aku." (Subjek LIA)

"Aku sih sebenarnya gak apa-apa kalau ayahku memberi aturan, tapi harusnya yang realistis juga." (Subjek DRA)

Secara keseluruhan, temuan dari ketiga informan menunjukkan pola yang konvergen pada aspek arah komunikasi satu arah, rigiditas *boundaries*, serta strategi koping berupa penarikan diri, namun menunjukkan variasi pada aspek intensitas dampak psikologis dan pemaknaan terhadap motif di balik sikap ayah. Ringkasan komparatif ketujuh dimensi temuan disajikan pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Matriks Sintesis Temuan Komunikasi Interpersonal Anak dan Ayah

Dimensi Analisis	Subjek DRA	Subjek LIA	Subjek FA
Arah Komunikasi	Satu arah, formalitas, terbatas waktu kerja ayah	Terbuka hanya saat <i>weekend</i> ; didominasi instruksi pada hari kerja	Satu jalur (<i>one-way</i>), tanpa ruang negosiasi argumen
Bentuk Boundaries	Jam malam ketat (wajib pulang pukul 19.00); pemantauan via telepon	Larangan pulang malam meski untuk kepentingan akademik; minimnya kepercayaan	Pengekangan aktivitas eksplorasi diri; keputusan tunggal tanpa alternatif
Dampak Emosional	Sedih, merasa tidak dipahami, namun memaklumi kekhawatiran ayah	Cemas dan takut akibat trauma masa kecil; berhati-hati berlebihan	Sedih dan merasa terkekang di fase pencarian identitas
Mekanisme Koping	Menarik diri ke kamar, mendengarkan musik, memendam masalah pribadi	Mengurung diri, mendengarkan musik, menonton film	Mengurung diri atau keluar rumah; beralih cerita ke pihak lain
Persepsi Ambivalen	Aturan dimaknai sebagai bentuk kekhawatiran, bukan murni pengekangan	Sikap keras dimaknai sebagai wujud kasih sayang dan proteksi	Belum memaknai sikap ayah sebagai bentuk kasih sayang; cenderung menilai sebagai keegoisan

Harapan Utama	Komunikasi lebih terbuka; aturan yang lebih realistis	Pemberian kepercayaan (<i>trust</i>) yang lebih besar secara berangsur	Ayah lebih mengakomodasi pendapat anggota keluarga lain
----------------------	---	--	---

Temuan-temuan di atas akan didiskusikan lebih lanjut pada bab Pembahasan dengan mengaitkannya pada kerangka Teori Komunikasi Interpersonal DeVito serta Teori Sistem Keluarga *Family Systems Theory*, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai mekanisme terbentuknya pola relasi anak-ayah sebagaimana ditemukan dalam penelitian ini.

A. PEMBAHASAN

Penelitian ini secara konsisten menemukan bahwa pola komunikasi interpersonal antara anak perempuan dewasa awal dan figur ayah mereka bersifat tidak efektif, asimetris, dan bermuatan ketimpangan kekuasaan yang signifikan. Temuan dari ketiga informan membentuk gambaran yang koheren mengenai bagaimana komunikasi yang tidak fungsional dalam relasi anak-ayah dapat menghasilkan dampak psikologis yang beragam, mulai dari kesedihan dan kecemasan hingga kecenderungan memendam emosi secara kronis. Bagian pembahasan ini mengintegrasikan temuan empiris dengan kerangka teoretis yang relevan untuk menghasilkan analisis yang mendalam dan kontekstual.

1. Pola Komunikasi Interpersonal Anak-Ayah dalam Perspektif DeVito

Mengacu pada kerangka komunikasi interpersonal yang dikembangkan oleh DeVito (2013), komunikasi interpersonal yang efektif mensyaratkan terpenuhinya lima karakteristik utama, yaitu keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap mendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*). Hasil analisis terhadap ketiga informan secara konsisten menunjukkan bahwa kelima karakteristik tersebut hampir tidak terpenuhi dalam relasi mereka dengan ayah.

Pada dimensi keterbukaan dan kesetaraan, Fernando dan Nofha (2023) telah mengidentifikasi bahwa kedua karakteristik ini merupakan aspek yang paling problematis dalam relasi anak-ayah. Hal ini terkonfirmasi dalam penelitian ini: Subjek DRA mengalami komunikasi yang hanya bersifat formalitas terkait jadwal pulang malam, Subjek LIA hanya memperoleh ruang komunikasi terbuka pada akhir pekan, dan Subjek FA sama sekali tidak diberikan ruang untuk bernegosiasi atau menyampaikan argumen alternatif. Ketiganya secara konsisten merasakan ketiadaan kesetaraan posisi dalam dialog dengan ayah, di mana otoritas ayah bersifat absolut dan tidak dapat digugat.

Dimensi empati dan sikap mendukung juga tampak defisit dalam ketiga relasi yang diteliti. Ketika Subjek DRA menunjukkan kebutuhan akan otonomi sebagai remaja dewasa, respons ayah justru berupa peningkatan pengawasan melalui telepon tanpa dialog. Temuan ini konsisten dengan argumen Siahaan dan Subroto (2025), yang menegaskan bahwa peran ayah dalam komunikasi interpersonal sangat memengaruhi kemampuan regulasi emosi dan pembentukan hubungan romantis pada wanita dewasa awal suatu pengaruh yang berakar dari kualitas komunikasi sejak dini.

Dari perspektif Teori Sistem Keluarga *Family Systems Theory* yang dikembangkan oleh Bowen (dalam Kerr & Bowen, 1988), keluarga dipahami sebagai suatu sistem yang saling berkaitan, di mana disfungsi pada satu subsistem seperti relasi ayah-anak akan berdampak pada subsistem lainnya. Pada kasus Subjek FA, disfungsi komunikasi antara ayah dan anak tampak berdampak pula pada relasi ayah-ibu, yang memperberat tekanan psikologis yang dialami subjek sebagai anak.

Kondisi ini mencerminkan apa yang Bowen sebut sebagai triangulasi, di mana anak terseret ke dalam konflik diadik antara kedua orang tua (Papalia & Feldman, 2014).

2. Pola Asuh Otoriter dan Dampaknya terhadap Pembentukan *Boundaries*

Temuan mengenai rigiditas boundaries pada ketiga informan dapat dipahami melalui kerangka pola asuh parenting style Baumrind. Ketiga figur ayah dalam penelitian ini menunjukkan karakteristik yang paling mendekati pola asuh otoriter atau authoritarian parenting, yang dicirikan oleh tingginya tuntutan, rendahnya responsivitas, serta minimnya penerimaan terhadap negosiasi dan otonomi anak (Baumrind, 1991, dalam Santrock, 2019). Pola ini secara teoritis diprediksi menghasilkan anak yang patuh secara eksternal tetapi cenderung rendah dalam kepercayaan diri, keterbukaan emosional, dan kemampuan pengambilan keputusan mandiri.

Pada Subjek LIA, penerapan pola asuh otoriter bahkan disertai dengan penggunaan kontrol melalui ketakutan fear-based control, yang terbentuk akibat peristiwa traumatis di masa kecil ketika ayah membanting televisi saat kakak melanggar aturan. Penelitian Mahmoudi et al. (2022) menunjukkan bahwa paparan terhadap agresi orang tua pada masa kanak-kanak berkontribusi pada terbentuknya attachment anxiety pada anak, yang selanjutnya menghambat kemampuan pengungkapan diri self-disclosure dalam relasi intim termasuk relasi dengan figur otoritas. Kondisi ini selaras dengan temuan bahwa Subjek LIA mengembangkan kewaspadaan berlebihan dan kecenderungan untuk selalu mengikuti aturan demi menghindari konsekuensi negatif, bukan karena pemahaman mendalam terhadap nilai yang mendasari aturan tersebut.

Menariknya, penelitian ini juga menemukan bahwa boundaries yang diterapkan oleh ayah tidak semata-mata bersumber dari ketidakpedulian, melainkan juga dari motif protektif yang tidak tersampaikan dengan efektif. Subjek LIA, misalnya, mampu merefleksikan bahwa sikap keras ayahnya merupakan manifestasi dari rasa sayang yang diekspresikan secara disfungsional. Temuan ini selaras dengan konsep love withdrawal yang diperluas oleh Maccoby dan Martin (dalam Lerner & Steinberg, 2009), yang menjelaskan bahwa orang tua dengan kontrol tinggi seringkali tidak mampu mengomunikasikan afeksi secara verbal, sehingga anak hanya menerima aspek restriktifnya tanpa memahami motif di baliknya.

3. Pemendaman Emosi dan Strategi Koping: Tinjauan Psikologis

Salah satu temuan paling konsisten dari penelitian ini adalah kecenderungan ketiga informan untuk memendam emosi self-concealment daripada mengungkapkannya secara langsung kepada ayah. Perilaku ini dapat dianalisis melalui dua kerangka teoretis: teori regulasi emosi dan teori attachment.

Dalam perspektif regulasi emosi, pemendaman emosi atau emotion suppression didefinisikan sebagai upaya kognitif untuk menghambat ekspresi emosi yang telah terbentuk (Gross & John, 2003). Meskipun dalam jangka pendek terbukti mengurangi ekspresi negatif yang terlihat, penelitian Gross (2002) menunjukkan bahwa suppression justru meningkatkan aktivasi fisiologis dan menurunkan kesejahteraan psikologis dalam jangka panjang. Pada ketiga informan, mekanisme ini tampak sebagai respons adaptif terhadap lingkungan komunikasi yang tidak aman secara emosional sebuah lingkungan di mana mengekspresikan ketidaksetujuan atau kesedihan dapat berisiko memperburuk konflik.

Dari perspektif attachment, Bowlby (1982, dalam Mikulincer & Shaver, 2007) menjelaskan bahwa kualitas hubungan anak dengan figur lekat primer (*attachment*

figure) membentuk internal working model yang menjadi panduan dalam relasi interpersonal sepanjang hayat. Ketiga informan dalam penelitian ini secara konsisten melaporkan kedekatan emosional yang jauh lebih tinggi dengan ibu dibandingkan ayah, yang mengindikasikan bahwa figur ayah tidak menjalankan fungsi sebagai secure attachment figure. Kondisi ini memperkuat temuan Siahaan dan Subroto (2025) yang menemukan korelasi signifikan antara peran ayah dalam komunikasi interpersonal dan kemampuan wanita dewasa awal dalam membangun hubungan romantis yang sehat.

Strategi koping yang dominan berupa penarikan diri (*withdrawal*) dan isolasi mandiri di kamar mencerminkan apa yang Lazarus dan Folkman (1984) kategorikan sebagai *emotion-focused coping* strategi yang ditujukan untuk mengelola tekanan emosional alih-alih menyelesaikan sumber masalah secara langsung. Pemilihan strategi ini dapat dipahami sebagai respons rasional terhadap struktur kekuasaan dalam keluarga yang tidak memberikan ruang aman bagi *problem-focused coping* berupa dialog dan negosiasi terbuka.

4. Fenomena Rendahnya Keterlibatan Ayah dalam Konteks Indonesia

Temuan penelitian ini juga harus dipahami dalam konteks sosiobudaya yang melingkupinya. Di Indonesia, figur ayah secara tradisional dikonstruksi sebagai breadwinner pencari nafkah utama yang perannya lebih banyak terdefinisi dalam ranah ekonomi daripada emosional (Nurtasya & Banowo, 2025). Konstruksi gender ini berkontribusi pada rendahnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan emosional, sebagaimana dikonfirmasi oleh Nurtasya dan Banowo (2025) yang menemukan bahwa rata-rata durasi komunikasi bermakna antara ayah dan anak di Indonesia hanya berkisar satu jam per hari.

Ketiga informan dalam penelitian ini menggambarkan pola yang konsisten dengan kondisi tersebut: ayah yang hadir secara fisik di rumah, namun tidak hadir secara emosional *emotionally absent father*. Konsep ini merujuk pada kondisi di mana keterlibatan fisik ayah tidak diimbangi dengan keterlibatan afektif termasuk mendengarkan, merespons kebutuhan emosional, dan menciptakan suasana aman untuk dialog (Lamb, 1997, dalam Pleck, 2010).

Abdul K. et al. (2025) secara spesifik menyoroti bahwa gaya komunikasi ayah yang terlalu dominan dalam budaya patriarkal Indonesia justru berdampak paradoks: alih-alih membentuk anak yang patuh dan terbuka, komunikasi satu arah yang berbasis otoritas justru mendorong anak untuk membangun dinding pertahanan emosional yang tebal. Temuan ini terkonfirmasi pada ketiga informan penelitian ini, di mana ketiadaan ruang dialog bukan hanya menghambat keterbukaan diri anak, tetapi juga menciptakan jarak emosional yang berpotensi persisten hingga usia dewasa.

5. Harapan dan Potensi Rekonstruksi Relasi: Implikasi Klinis dan Edukasional

Meskipun ketiga informan dihadapkan pada pola komunikasi yang disfungsional, ketiganya menunjukkan kapasitas reflektif yang kuat dan orientasi masa depan yang konstruktif. Hal ini mengindikasikan adanya resiliensi psikologis yang dapat dijadikan modal dasar dalam intervensi.

Harapan yang paling dominan adalah terwujudnya komunikasi dua arah yang lebih setara dan terbuka, serta pemberian kepercayaan yang proporsional dengan bertambahnya usia anak. Temuan ini relevan dengan model komunikasi keluarga fungsional *functional family communication*, di mana dialog terbuka, penghargaan

terhadap pendapat anak, dan fleksibilitas aturan merupakan komponen inti yang membedakan keluarga fungsional dari yang disfungsional (Epstein et al., 2003, dalam Walsh, 2012).

Astiti et al. (2025) menegaskan bahwa model komunikasi keluarga yang fungsional berperan determinan dalam pembentukan karakter anak, termasuk rasa percaya diri, kemampuan regulasi emosi, dan keterampilan sosial. Implikasinya, intervensi psikoedukatif yang ditujukan kepada figur ayah khususnya yang melibatkan pelatihan keterampilan komunikasi empatik, pengakuan terhadap kebutuhan otonomi anak dewasa, dan pengembangan kemampuan mendengarkan aktif *active listening* berpotensi menjadi strategi yang efektif untuk memperbaiki kualitas relasi anak-ayah.

Lebih lanjut, penelitian ini juga memiliki implikasi penting dalam konteks konseling keluarga. Temuan mengenai persepsi ambivalen di mana anak mampu melihat aspek positif dari pola asuh ayah yang restriktif mengindikasikan bahwa intervensi yang berfokus pada *reframing* kognitif *cognitive reframing* dan pengembangan empati mutual antara anak dan ayah dapat memberikan hasil yang lebih optimal dibandingkan pendekatan konfrontatif.

6. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui secara transparan. Pertama, data diperoleh secara eksklusif dari perspektif anak perempuan dewasa awal, sehingga perspektif ayah sebagai pihak yang dikaji tidak terwakili dalam analisis. Penelitian lanjutan yang menggunakan desain *dyadic* melibatkan wawancara terhadap pasangan anak-ayah secara bersamaan akan menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif dan berimbang. Kedua, jumlah informan yang terbatas (tiga orang) membatasi transferabilitas temuan ke populasi yang lebih luas, meskipun dalam tradisi penelitian kualitatif hal ini dapat dimaklumi sepanjang kedalaman analisis terjaga. Ketiga, kemungkinan adanya *social desirability bias* dalam proses wawancara tidak dapat sepenuhnya dikendalikan.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal antara anak perempuan dengan ayah cenderung berlangsung secara tidak efektif dimana pola komunikasi berjalan dengan satu arah, rendahnya keterbukaan, minimnya empati dan ketimpalan kekuasaan dalam hubungan keluarga. Dari informasi ketiga informan menggambarkan komunikasi ayah sebagai figur dominan dalam pengambilan keputusan akan tetapi kurang dalam memberikan ruang bagi anak untuk menyampaikan pendapat. Kondisi ini membentuk berbagai hambatan komunikasi yang menyebabkan anak merasa kurang dipahami, kehilangan ruang untuk mengekspresikan diri dan menjaga jarak emosional dengan ayah sehingga muncul dampak psikologis seperti perasaan sedih, kecemasan, kewaspadaan berlebihan dan cenderung memendam emosi. Para informan dalam menghadapi situasi ini menggunakan strategi koping berupa penarikan diri, mengisolasi diri di kamar dan mengalihkan kebutuhan emosional kepada figur lain seperti ibu, kakak atau anggota keluarga yang dianggap suportif.

Penelitian ini juga menemukan sebagian informan memaknai sikap tegas dan kontrol ayah sebagai bentuk perhatian dan kasih sayang yang kurang tepat dalam penyampaiannya yang mana menunjukkan bahwa permasalahan utama dalam relasi anak dan ayah juga rendahnya kualitas komunikasi yang terbangun antara ayah dan anak. Oleh karena itu perlunya upaya meningkatkan komunikasi yang lebih terbuka, empatik dan setara dalam pemberian kepercayaan yang sesuai dengan tingkat kedewasaan anak serta

meningkatkan emosional ayah dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat memperkuat kedekatan emosional, dukungan kesejahteraan psikologis anak dan menciptakan hubungan keluarga yang lebih harmonis.

DAFTAR REFERENSI

- Abdul K, M. I., Julianti, S. R., Anwari, I. M., Nurohmat, L., & Tresnoati, W. S. (2025). Gaya Komunikasi Ayah Dalam Mendorong Keterbukaan Anak Laki-Laki Di Lingkungan Keluarga (Studi Kasus di Kampung Pasir Haur Kabupaten Cianjur). *IJI: Indonesia Journal of Intellectual Publication*, 6(1), 44–53. <https://journal.intelektmadani.org/index.php/ijipublication/article/view/836/607>
- Astiti, P., Winarti, A., & Astuti, L. (2025). Model Komunikasi Keluarga Dalam Membentuk Karakter Anak. *Jurnal Pendidikan Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat*, 7(1), 662–671. <https://doi.org/10.37577/jp3m.v%vi%i.925>
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.
- DeVito, J. A. (2013). *The interpersonal communication book* (13th ed.). Pearson.
- Fernando, P. K. I. B. E., & Nofha, R. (2023). Komunikasi Interpersonal Ayah Pekerja dan Anak Perempuan dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Anak. *Linimasa: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 6(2), 223–234. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/linimasa/article/view/8548/3780>
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362.
- Iin Salsabila, Dinda Meiliani, Sabila Maharani, & Reza Noprial Lubis. (2025). Desain Penelitian Studi Kasus. *Jurnal Arjuna : Publikasi Ilmu Pendidikan, Bahasa Dan Matematika*, 3(3), 245–254. <https://doi.org/10.61132/arjuna.v3i3.1937>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lerner, R. M., & Steinberg, L. (Eds.). (2009). *Handbook of adolescent psychology* (3rd ed.). Wiley.
- Mahmoudi, A., Besharat, M. A., Pourbohloul, S., & Larijani, R. (2022). Parental emotional expressivity, attachment anxiety, and self-disclosure in young adults. *Journal of Family Psychology*, 36(4), 551–562.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Nurtasya, M., & Banowo, E. (2025). Komunikasi Interpersonal Ayah dan Anak dalam Menghadapi Quarter Life Crisis (Studi Pada Mahasiswa Gunadarma). *Global Research and Innovation Journal (GREAT)*, (2), 176–180. <https://journaledutech.com/index.php/great/article/view/130/137>
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *Experience human development* (12th ed.). McGraw-Hill.
- Pleck, J. H. (2010). Paternal involvement: Revised conceptualization and theoretical linkages with child outcomes. Dalam M. E. Lamb (Ed.), *The role of the father in child development* (5th ed., pp. 58–93). Wiley.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill.

- Siahaan, B. G., & Subroto, U. (2025). Peran Ayah Dan Komunikasi Interpersonal: Uji Korelasi Pada Wanita Dewasa Awal Menjalani Hubungan Romantis. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 4(4), 510–523. <https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy/article/view/4177/3237>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (19th ed.). Penerbit Alfabeta Bandung. https://digilib.stekom.ac.id/assets/dokumen/ebook/feb_35efe6a47227d6031a75569c2f3f39d44fe2db43_1652079047.pdf
- Walsh, F. (2012). *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (4th ed.). Guilford Press.
- Wijaya, F. R., Lubis, F. A. R., Siregar, M. N. S., & Batubara, A. A. F. (2025). Sumber data, subjek penelitian, dan isu terkait. *Jurnal Edukatif*, 3(2), 271-276.