

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Review Hasil Penelitian Sejenis*

Untuk menyusun penelitian ini, peneliti mengambil berbagai jurnal sebagai referensi. Penelitian terdahulu memberikan landasan teoritis untuk memperkuat penelitian dan menunjukkan posisi penelitian dalam lanskap ilmiah. Peneliti juga menemukan beberapa acuan dari peneliti-peneliti terdahulu sebagai perbandingan dengan penelitian ini.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, sebagian besar membahas hubungan komunikasi orang tua dengan perkembangan emosi, perilaku, dan kesehatan mental anak menggunakan pendekatan deskriptif, korelasional, maupun studi kasus. Namun, masih sedikit penelitian yang secara khusus mengkaji pengalaman hidup orang tua dalam menerapkan komunikasi interpersonal untuk menjaga kesehatan mental anak usia dini dengan pendekatan fenomenologi. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk memahami pengalaman orang tua dalam menjalankan komunikasi interpersonal sebagai upaya menjaga kesehatan mental anak usia dini.

Penelitian yang dilakukan oleh Zulfa Naili Munna, Arwendis Wijayanti, dan Octavian Dwi Tanto (2021) hasil penelitian menunjukkan Pola komunikasi yang terbuka, kompromis, dan suportif membantu perkembangan emosi anak usia dini. Komunikasi dilakukan melalui aktivitas bermain, bercerita, dan interaksi sehari-hari. Adapun Penelitian Efri Ayu Aginta Br. Surbakti, dkk. (2022) hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal orang tua berpengaruh terhadap pembentukan perilaku positif anak usia dini melalui interaksi yang hangat dan penuh perhatian.

Penelitian lainnya yang dilakukan Neng Shinta Amelia (2023) Penelitian Amelia berfokus pada anak yang telah memiliki kesadaran mengenai kesehatan mental. Sedangkan penelitian ini berfokus pada pengalaman orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini. Begitupun penelitian Zapf, H., Dyk

(2024) berjudul *A Systematic Review of the Association Between Parent-Child Communication and Adolescent Mental Health* Penelitian ini menelaah berbagai studi mengenai hubungan komunikasi orang tua dan anak dengan kesehatan mental anak dan remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi yang terbuka, suportif, dan penuh empati berkaitan dengan kondisi kesehatan mental yang lebih baik.

Adapun penelitian oleh Dewa Ayu Sri Saraswati, dkk. (2025) berjudul *Parent-Adolescent Communication and Adolescent Mental Health Outcomes: A Systematic Review*. Kajian ini menemukan bahwa komunikasi yang positif antara orang tua dan anak berkaitan dengan rendahnya tingkat kecemasan, depresi, masalah perilaku, serta meningkatnya kesejahteraan psikologis anak. Sebaliknya, komunikasi keluarga yang buruk meningkatkan risiko masalah kesehatan mental.

1. Zulfa Nailli Munna, Arwendis Wijayanti, dan Octavian Dwi Tanto (2021) - **Peran Pola Komunikasi Orang Tua terhadap Perkembangan Emosi Anak Usia 4–5 Tahun di Masa New Normal**

Penelitian yang dilakukan oleh Zulfa Nailli Munna, Arwendis Wijayanti, dan Octavian Dwi Tanto (2021) menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus pada anak usia 4–5 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi yang dilakukan melalui kegiatan bermain, bercerita, dan interaksi sehari-hari membantu anak mengenali dan mengelola emosinya dengan baik. Komunikasi yang hangat dan suportif juga meningkatkan kedekatan emosional antara orang tua dan anak. Penelitian ini mendukung asumsi bahwa komunikasi interpersonal menjadi salah satu faktor penting dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini.

2. Efri Ayu Aginta Br Surbakti, Achiriah, Syahrul Abidin (2022) - **Peran Komunikasi Interpersonal Orang Tua dalam Pembentukan Perilaku Anak Usia Dini di Langkat**

Penelitian yang dilakukan oleh Efri Ayu Aginta Br Surbakti, Achiriah, Syahrul Abidin (2022) menggunakan metode penelitian kualitatif. Menurut mereka, kedekatan orang tua dan anak akan membuat kehangatan dalam keluarga. Orang tua memperlakukan anak sebagai sahabat begitu juga sebaliknya akan membuat anak dan orang tua menjadi sadar dan menghargai satu sama lain. Orang

tua juga harus mampu melibatkan anak dalam memberi masukan atau pendapat agar terjadinya bonding yang baik antara orang tua dan anak.

3. Neng Shinta Amelia (2023) - **Komunikasi Antarpribadi Orang Tua dengan Anak yang Sadar dengan Kesehatan Mental**

Penelitian yang dilakukan oleh Neng Shinta Amelia (2023) Penelitian menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Fokus penelitian adalah melihat hambatan dan efektivitas komunikasi antara orang tua dan anak dalam membahas isu kesehatan mental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan, empati, dan kemampuan mendengarkan menjadi faktor penting dalam menciptakan komunikasi yang efektif.

Penelitian ini relevan karena sama-sama membahas komunikasi interpersonal dalam konteks kesehatan mental, meskipun objek penelitian lebih luas dibandingkan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian Amelia berfokus pada anak yang telah memiliki kesadaran mengenai kesehatan mental. Sedangkan penelitian ini berfokus pada pengalaman orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini.

4. Holger Zapf , Johannes Boettcher , Yngvild Haukeland , Stian Orm , Sarah Coslar, Krister Fjermestad (2024) - ***A Systematic Review of the Association Between Parent-Child Communication and Adolescent Mental Health***

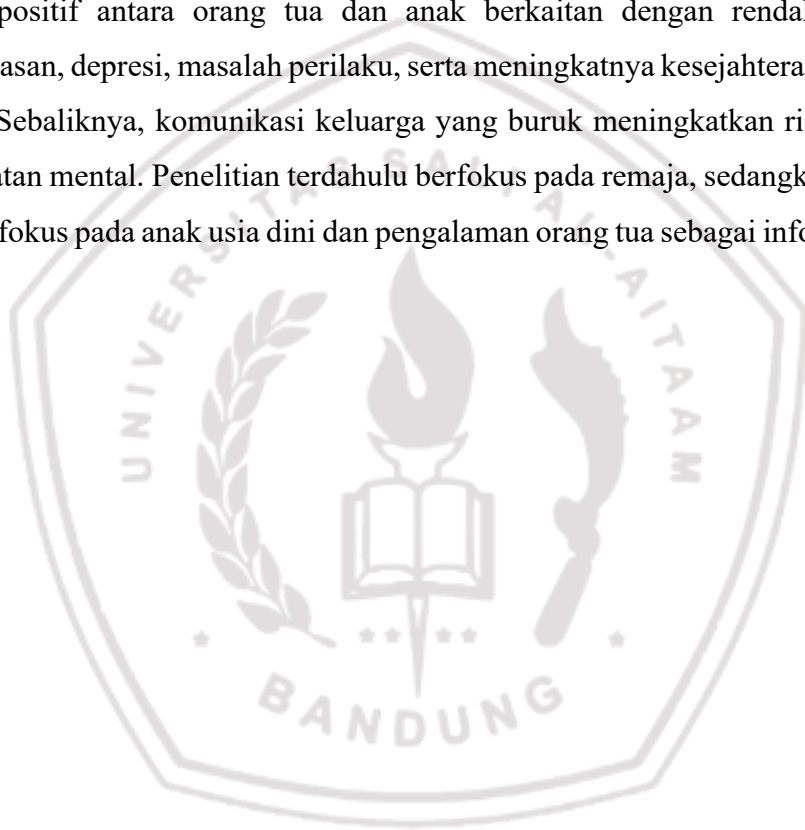
Penelitian yang dilakukan oleh Holger Zapf , Johannes Boettcher , Yngvild Haukeland , Stian Orm , Sarah Coslar, Krister Fjermestad (2024) Penelitian ini menggunakan metode *systematic review* dengan mengumpulkan dan menganalisis berbagai penelitian terkait komunikasi orang tua dan kesehatan mental anak. Hasil kajian menunjukkan bahwa kualitas komunikasi dalam keluarga merupakan faktor protektif yang penting bagi kesehatan mental anak. Komunikasi yang hangat dan terbuka dapat membantu anak mengekspresikan perasaan, mengurangi tekanan psikologis, serta meningkatkan kesejahteraan emosional.

Sebaliknya, komunikasi yang buruk berpotensi meningkatkan risiko munculnya masalah psikologis. Penelitian ini relevan dengan penelitian yang akan dilakukan karena sama-sama membahas pentingnya komunikasi orang tua dalam

mendukung kesehatan mental anak, meskipun penelitian ini menggunakan metode kajian literatur dan berfokus pada anak serta remaja secara umum

5. Dewa Ayu Sri Saraswati, Zakiyah Mujahidah, Oom Komalasari (2026) - ***Parent-Adolescent Communication and Adolescent Mental Health Outcomes: A Systematic Review***

Penelitian yang dilakukan oleh Dewa Ayu Sri Saraswati, Zakiyah Mujahidah, Oom Komalasari (2026) Penelitian ini menemukan bahwa komunikasi yang positif antara orang tua dan anak berkaitan dengan rendahnya tingkat kecemasan, depresi, masalah perilaku, serta meningkatnya kesejahteraan psikologis anak. Sebaliknya, komunikasi keluarga yang buruk meningkatkan risiko masalah kesehatan mental. Penelitian terdahulu berfokus pada remaja, sedangkan penelitian ini berfokus pada anak usia dini dan pengalaman orang tua sebagai informan utama.



Tabel 2. 1 Matriks Penelitian Terdahulu

Matriks Penelitian	1	2	3	4	5
Nama Peneliti	Zulfa Nailli Munna, Arwendis Wijayanti, dan Octavian Dwi Tanto	Efri Ayu Aginta Br Surbakti, Achiriah, Syahrul Abidin	Neng Shinta Amelia	Holger Zapf , Johannes Boettcher , Yngvild Haukeland , Stian Orm , Sarah Coslar, Krister Fjermestad	Dewa Ayu Sri Saraswati, Zakiyah Mujahidah, Oom Komalasari
Tahun Terbit	(2021)	(2022)	(2023)	(2024)	(2026)
Judul	Peran Pola Komunikasi Orang Tua terhadap Perkembangan Emosi Anak Usia 4–5 Tahun di Masa <i>New Normal</i>	Peran Komunikasi Interpersonal Orang Tua dalam Pembentukan Perilaku Anak Usia Dini di Langkat	Komunikasi Antarpribadi Orang Tua dengan Anak yang Sadar dengan Kesehatan Mental	<i>A Systematic Review of the Association Between Parent-Child Communication and Adolescent Mental Health</i>	<i>Parent-Adolescent Communication and Adolescent Mental Health Outcomes: A Systematic Review</i>

Publikasi	Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, Vol. 6 No. 1 Tahun 2021, Hal. 401–409	Jurnal Komunikologi, Vol. 6 No. 1 Tahun 2022, 52-59	Jurnal Ilmu Komunikasi dan Informasi, Vol. 3 No. 1 Tahun 2023, Hal. 51–57	Journal of Child and Adolescent Mental Health, Vol. 36 No. 2 Tahun 2024	Lentera Perawat, Vol. 7 No. 2 Tahun 2026, Hal. 409–419
Tujuan Penelitian	Mengidentifikasi peran pola komunikasi orang tua terhadap perkembangan emosi anak usia 4– 5 tahun	Mengetahui peran komunikasi interpersonal orang tua dalam pembentukan perilaku anak usia dini	Mengetahui hambatan dan efektivitas komunikasi antarpribadi antara orang tua dan anak terkait kesehatan mental	Mengidentifikasi hubungan komunikasi orang tua-anak dengan kesehatan mental anak dan remaja	Mensintesis bukti ilmiah mengenai hubungan komunikasi orang tua dan remaja dengan kesehatan mental remaja.
Metode Penelitian	Studi Kasus Kualitatif	Kualitatif	Studi Kasus Deskriptif Kualitatif	<i>Systematic Review</i>	<i>Systematic Review</i> mengikuti pedoman PRISMA 2020

Teori/Konsep	Pola Komunikasi Orang Tua dan Perkembangan Emosi Anak	Komunikasi Interpersonal	Komunikasi Antarpribadi	<i>Parent-Child Communication dan Mental Health</i>	<i>Parent-Adolescent Communication dan Mental Health Outcomes.</i>
Tempat Penelitian	TK Dharma Wanita Macanan 2, Jogorogo, Ngawi	Kabupaten Langkat	Indonesia	Berbagai negara (hasil sintesis penelitian)	kajian berbagai penelitian dari beberapa negara.
Waktu Penelitian	2021	2022	2013	2026	Penelusuran literatur dilakukan hingga Maret 2026.

Persamaan	Sama-sama membahas komunikasi orang tua pada anak usia dini	Sama-sama meneliti komunikasi interpersonal orang tua dengan anak usia dini	Sama-sama mengkaji komunikasi interpersonal orang tua dan kesehatan mental	Sama-sama membahas komunikasi orang tua dan kesehatan mental anak	Sama-sama membahas komunikasi antara orang tua dan anak serta kaitannya dengan kesehatan mental.
------------------	---	---	--	---	--

Perbedaan	Fokus pada perkembangan emosi, bukan kesehatan mental secara menyeluruh	Fokus pada pembentukan perilaku anak, bukan kesehatan mental anak	Fokus pada anak yang sudah memiliki kesadaran kesehatan mental, bukan anak usia dini	Fokus pada remaja dan menggunakan <i>systematic review</i>, sedangkan penelitian ini pada anak usia dini dengan fenomenologi	Penelitian terdahulu berfokus pada remaja dan menggunakan <i>systematic review</i>, sedangkan penelitian ini berfokus pada anak usia dini dan menggunakan pendekatan fenomenologi.
-------------------------	--	--	---	---	---

Hasil Penelitian	Pola komunikasi terbuka, kompromi, dan suportif membantu perkembangan emosi anak secara positif.	Komunikasi interpersonal yang hangat dan positif berpengaruh terhadap pembentukan perilaku anak usia dini.	Efektivitas komunikasi dipengaruhi oleh keterbukaan, empati, dan kemampuan memahami kondisi psikologis anak.	Komunikasi yang terbuka, suportif, dan hangat berhubungan dengan kesehatan mental yang lebih baik serta menurunkan risiko masalah psikologis.	komunikasi yang positif, terbuka, konsisten, dan sensitif terhadap konteks budaya berhubungan dengan kesehatan mental yang lebih baik. Sebaliknya, komunikasi yang buruk berkaitan dengan meningkatnya gejala depresi,dll.
--------------------------------	---	---	---	--	---

(Sumber : Olahan Peneliti 2026)

2.2 Tinjauan Teoritis dan Kerangka Pemikiran

Tinjauan teoritis dalam penelitian ini berfungsi sebagai perspektif analitis untuk memahami fenomena komunikasi interpersonal orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini. Teori yang digunakan tidak dimaksudkan untuk diuji, melainkan sebagai landasan konseptual yang membantu peneliti dalam menafsirkan realitas sosial yang ditemukan di lapangan. Oleh karena itu, teori-teori yang dipilih memiliki keterkaitan langsung dengan fokus penelitian dan saling mendukung satu sama lain.

2.1.1 Tinjauan Teoritis

2.1.1.1 Pengertian Komunikasi

Komunikasi merupakan salah satu aktivitas paling mendasar dalam kehidupan manusia. Sejak lahir, manusia telah melakukan komunikasi, awalnya melalui tangisan, ekspresi wajah, dan gerakan tubuh, kemudian berkembang menjadi komunikasi verbal yang semakin kompleks seiring pertumbuhan. Kata "komunikasi" berasal dari bahasa Latin *communicare*, yang berarti "menjadikan milik bersama" atau "berbagi." Makna etimologis ini mengisyaratkan bahwa komunikasi pada dasarnya adalah proses berbagi. Yaitu berbagi pikiran, perasaan, gagasan, maupun pengalaman antara dua pihak atau lebih.

Para ahli mendefinisikan komunikasi dari berbagai sudut pandang. Harold Lasswell (1948) merumuskan komunikasi secara sederhana namun komprehensif sebagai proses menjawab pertanyaan: *"Who says what, in which channel, to whom, with what effect?"* (Siapa yang mengatakan apa, melalui saluran apa, kepada siapa, dengan efek apa?). Rumusan ini menjadi fondasi awal dalam studi komunikasi modern karena mencakup unsur-unsur pokok yang terlibat dalam setiap proses komunikasi.

Wilbur Schramm (1954) menambahkan perspektif interaksional dengan menyatakan bahwa komunikasi adalah proses berbagi informasi, ide, atau sikap di mana pengirim dan penerima pesan saling memengaruhi satu sama lain. Bagi Schramm, komunikasi bukan sekadar pengiriman pesan satu arah, melainkan proses yang bersifat sirkular dan dinamis.

Everett M. Rogers & D. Lawrence Kincaid (1981) mendefinisikan komunikasi sebagai proses di mana dua orang atau lebih saling bertukar informasi guna mencapai saling pengertian (*mutual understanding*) yang lebih dalam. Definisi ini menekankan aspek pemahaman bersama sebagai tujuan utama komunikasi, bukan sekadar penyampaian pesan.

Sementara itu, Shannon dan Weaver (1949) melihat komunikasi dari perspektif teknis sebagai proses transmisi informasi dari sumber (*source*) kepada penerima (*receiver*) melalui saluran (*channel*), yang mungkin terganggu oleh kebisingan (*noise*). Meskipun model ini berasal dari konteks teknik telekomunikasi, konsep dasarnya sangat berpengaruh dalam menganalisis hambatan-hambatan komunikasi. Dalam perspektif yang lebih humanistik, Carl Rogers (1961) memandang komunikasi bukan sekadar pertukaran informasi, melainkan sebagai sarana untuk saling memahami secara mendalam.

Bagi Rogers, komunikasi yang sejati terjadi ketika seseorang mampu menempatkan diri dalam kerangka berpikir dan perasaan orang lain, sehingga tercipta hubungan yang bermakna dan terapeutik. Dari berbagai definisi tersebut, dapat disintesis bahwa komunikasi adalah proses pertukaran pesan yang bersifat dinamis dan transaksional antara dua pihak atau lebih, yang melibatkan penyampaian pikiran, perasaan, dan informasi melalui simbol verbal maupun non-verbal, dengan tujuan mencapai saling pengertian dan memengaruhi satu sama lain.

2.2.1.2 Unsur- unsur Komunikasi

Agar proses komunikasi dapat berlangsung dengan baik, terdapat sejumlah unsur yang harus hadir secara bersamaan. Para ahli komunikasi umumnya mengidentifikasi unsur-unsur berikut sebagai komponen utama dalam proses komunikasi :

1. Komunikator (Pengirim Pesan / *Source*)

Komunikator adalah pihak yang menjadi sumber atau pengirim pesan dalam proses komunikasi. Komunikator berinisiatif untuk memulai komunikasi dengan cara menyandikan (*encoding*) pikiran, perasaan, atau

informasi yang ingin disampaikan ke dalam bentuk pesan. Efektivitas komunikasi sangat dipengaruhi oleh kredibilitas, kompetensi, dan kondisi emosional komunikator pada saat komunikasi berlangsung. Dalam konteks penelitian ini, komunikator utama adalah orang tua yang menyampaikan pesan kepada anak usia dini melalui berbagai bentuk komunikasi verbal, non-verbal, maupun paraverbal.

2. Pesan (*Message*)

Pesan adalah isi atau substansi yang ingin disampaikan oleh komunikator kepada komunikan. Pesan dapat berupa informasi, gagasan, perasaan, instruksi, atau nilai-nilai. Pesan dikomunikasikan melalui dua jalur utama:

- Verbal: kata-kata lisan maupun tulisan
- Non-verbal: ekspresi wajah, kontak mata, gestur tubuh, sentuhan, intonasi suara, dan jarak fisik (*proxemics*)

Dalam komunikasi orang tua dengan anak usia dini, pesan non-verbal justru sering lebih dominan dan lebih mudah dipahami oleh anak daripada pesan verbal, mengingat kemampuan berbahasa anak yang masih dalam tahap berkembang.

3. Saluran (*Channel*)

Saluran adalah media atau jalur yang digunakan untuk menyampaikan pesan dari komunikator kepada komunikan. Saluran komunikasi dapat berupa:

- Saluran sensorik langsung: suara (pendengaran), ekspresi wajah dan gestur (penglihatan), sentuhan (perabaan), yang dominan dalam komunikasi tatap muka
- Saluran bermedia: telepon, pesan teks, video call, dan sebagainya

Dalam komunikasi interpersonal orang tua dan anak usia dini, saluran yang paling efektif adalah komunikasi tatap muka secara langsung karena melibatkan seluruh indera dan memungkinkan respons yang spontan dan otentik.

4. Komunikan (Penerima Pesan / *Receiver*)

Komunikan adalah pihak yang menerima pesan dari komunikator. Komunikan melakukan proses penyandian balik (*decoding*), yaitu menginterpretasikan pesan yang diterima berdasarkan kerangka pengalaman, pengetahuan, dan kondisi emosinya saat itu. Dalam konteks ini, anak usia dini berperan sebagai komunikan. Kemampuan decoding anak usia dini masih sangat terbatas secara kognitif, sehingga orang tua perlu menyesuaikan cara penyampaian pesannya dengan tahap perkembangan anak.

5. Efek (*Effect*)

Efek adalah hasil atau dampak yang ditimbulkan dari proses komunikasi pada diri komunikan. Efek komunikasi dapat bersifat kognitif (perubahan pengetahuan), afektif (perubahan sikap atau perasaan), maupun konatif/behavioral (perubahan perilaku). Dalam konteks penelitian ini, efek yang diharapkan dari komunikasi interpersonal orang tua adalah terjaganya kesehatan mental anak usia dini, yang tercermin dalam rasa aman, kepercayaan diri, dan kemampuan regulasi emosi anak.

6. Umpan Balik (*Feedback*)

Umpan balik adalah respons yang diberikan komunikan kepada komunikator sebagai tanggapan atas pesan yang diterima. Feedback menjadikan komunikasi bersifat dua arah dan dinamis. Pada anak usia dini, feedback dapat berupa ekspresi wajah, tangisan, senyuman, pelukan, atau perubahan perilaku yang menandakan bagaimana mereka merespons pesan orang tua.

7. Konteks (*Context*)

Konteks adalah situasi atau lingkungan di mana komunikasi berlangsung, yang meliputi konteks fisik (tempat), psikologis (suasana hati), sosial (hubungan antar pihak), dan budaya. Konteks sangat memengaruhi makna pesan yang disampaikan dan cara pesan tersebut diterima. Komunikasi orang tua dan anak di rumah, misalnya, memiliki

konteks yang berbeda dengan komunikasi di lingkungan sosial seperti Posyandu.

8. Gangguan (*Noise*)

Gangguan atau noise adalah segala sesuatu yang dapat menghambat atau mendistorsi proses komunikasi. Noise dapat bersifat:

- Fisik: suara bising, gangguan lingkungan
- Psikologis: stres, kelelahan, prasangka, kondisi emosi yang tidak stabil
- Semantik: perbedaan pemahaman makna kata atau simbol

Dalam komunikasi orang tua dengan anak usia dini, gangguan psikologis seperti stres pengasuhan (*parenting stress*) merupakan salah satu noise yang paling signifikan dan dapat menghambat kualitas komunikasi interpersonal.

2.2.1.3 Fungsi Komunikasi dalam Keluarga

Keluarga adalah unit sosial terkecil sekaligus konteks komunikasi yang paling fundamental dalam kehidupan manusia. Komunikasi dalam keluarga memiliki fungsi-fungsi yang sangat vital, terutama bagi tumbuh kembang anak usia dini. Beberapa fungsi utama komunikasi dalam keluarga adalah:

1. Fungsi Sosialisasi

Keluarga adalah agen sosialisasi pertama dan utama bagi anak. Melalui komunikasi sehari-hari, orang tua menanamkan nilai-nilai, norma, aturan sosial, dan cara berinteraksi dengan dunia kepada anak. Proses sosialisasi ini berlangsung secara tidak langsung melalui percakapan, cerita, dan contoh perilaku orang tua. Anak usia dini menyerap nilai dan norma ini bukan hanya dari isi pesan verbal, tetapi juga dari bagaimana orang tua berkomunikasi apakah dengan penuh kasih sayang, dengan kekerasan, atau dengan ketidakacuhan.

2. Fungsi Afeksi dan Dukungan Emosional

Komunikasi dalam keluarga berfungsi sebagai sarana pengungkapan dan penerimaan kasih sayang (*affection*). Ungkapan "Ibu

sayang kamu," pelukan hangat, kontak mata penuh perhatian, dan respons empatik orang tua terhadap perasaan anak semuanya merupakan bentuk komunikasi afektif yang memenuhi kebutuhan emosional dasar anak. Anak usia dini yang memperoleh komunikasi afektif yang cukup dari orang tua cenderung mengembangkan kelekatan (*attachment*) yang aman, yang menjadi fondasi kesehatan mental jangka panjang (Bowlby, 1969).

3. Fungsi Pengembangan Identitas dan Harga Diri

Cara orang tua berkomunikasi dengan anak secara langsung membentuk bagaimana anak memandang dirinya sendiri (*self-concept*). Orang tua yang konsisten memberikan pesan positif, validasi, dan penghargaan melalui komunikasinya akan membantu anak mengembangkan harga diri (*self-esteem*) yang sehat. Sebaliknya, komunikasi yang penuh kritik, perbandingan, atau penolakan dapat merusak konsep diri anak sejak usia dini.

4. Fungsi Pendidikan dan Transmisi Pengetahuan

Komunikasi dalam keluarga juga berfungsi sebagai media pendidikan informal yang berlangsung setiap saat. Orang tua menyampaikan pengetahuan, keterampilan hidup (*life skills*), dan pemahaman tentang dunia kepada anak melalui percakapan, pertanyaan, penjelasan, dan narasi. Pada anak usia dini, fungsi ini sangat krusial karena otak anak sedang berada dalam fase perkembangan yang paling pesat.

5. Fungsi Regulasi dan Kontrol Sosial

Melalui komunikasi, orang tua menetapkan batasan, aturan, dan ekspektasi perilaku yang diperlukan anak untuk dapat berfungsi secara sosial. Fungsi ini mencakup penetapan disiplin, penyelesaian konflik, dan pemberian konsekuensi. Cara orang tua menjalankan fungsi regulasi melalui komunikasi apakah dengan otoritas yang hangat (*authoritative*) atau dengan kekerasan (*authoritarian*) sangat menentukan bagaimana anak belajar mengelola emosinya sendiri.

6. Fungsi Terapeutik

Komunikasi dalam keluarga juga berfungsi sebagai sarana penyembuhan dan pemulihan emosional. Ketika anak menghadapi kesulitan, rasa takut, atau kecemasan, respons komunikatif orang tua yang penuh empati dan penerimaan dapat menjadi sumber ketenangan dan pemulihan bagi anak. Fungsi terapeutik inilah yang paling erat kaitannya dengan konsep *person-centered communication* Carl Rogers dalam konteks relasi orang tua dan anak.

2.2.1.4 Pengertian Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal merupakan salah satu bentuk komunikasi yang paling sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan memiliki dampak paling langsung terhadap kualitas hubungan antarmanusia. Secara etimologis, kata "interpersonal" berasal dari bahasa Latin *inter* yang berarti "antara" dan *persona* yang berarti "pribadi" atau "orang,". Sehingga komunikasi interpersonal secara harfiah berarti komunikasi yang terjadi di antara pribadi-pribadi.

Joseph A. DeVito (2013) mendefinisikan komunikasi interpersonal sebagai komunikasi yang terjadi antara dua orang yang memiliki hubungan yang jelas satu sama lain misalnya hubungan ayah dan anak, atasan dan bawahan, atau dua orang teman. Definisi DeVito menekankan aspek relasionalitas bahwa komunikasi interpersonal tidak sekadar terjadi antara dua orang secara fisik, tetapi antara dua orang yang saling mengenal dan memiliki hubungan tertentu.

Deddy Mulyana (2005) mendefinisikan komunikasi interpersonal sebagai komunikasi antara orang-orang secara tatap muka (*face-to-face*), yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun non-verbal. Aspek tatap muka (*face-to-face*) dalam definisi Mulyana menjadi ciri khas yang membedakan komunikasi interpersonal dari bentuk komunikasi lainnya.

R. Wayne Pace (1979) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal adalah proses komunikasi yang berlangsung antara dua orang atau lebih

secara bertatap muka di mana pengirim dapat menyampaikan pesan secara langsung dan penerima dapat menanggapi secara langsung pula.

Trenholm dan Jensen (1992) memberikan definisi yang lebih kaya dengan menyatakan bahwa komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara dua orang yang berlangsung secara tatap muka dan memungkinkan adanya umpan balik secara langsung. Bagi mereka, keunikan komunikasi interpersonal terletak pada kualitas kedekatannya (*intimacy*) dan potensinya untuk menciptakan perubahan pada diri individu yang terlibat.

Carl Rogers (1961) sendiri tidak mendefinisikan komunikasi interpersonal secara formal, namun dalam karyanya *On Becoming a Person*, ia mengonseptualisasikan komunikasi yang bermakna sebagai komunikasi yang terjadi ketika dua individu saling terbuka untuk memahami dan menerima pengalaman satu sama lain secara autentik. Bagi Rogers, kualitas hubungan interpersonal yang dibangun melalui empati, penerimaan, dan keterbukaan adalah inti dari komunikasi yang menyembuhkan dan memfasilitasi pertumbuhan psikologis.

Berdasarkan berbagai definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran pesan yang berlangsung secara langsung (tatap muka) antara dua orang atau lebih yang memiliki hubungan tertentu, bersifat dua arah, memungkinkan umpan balik segera, dan berpotensi menciptakan pengaruh yang mendalam terhadap pihak-pihak yang terlibat, baik secara kognitif, emosional, maupun relasional.

2.2.1.5 Ciri-ciri Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal memiliki sejumlah karakteristik yang membedakannya dari jenis komunikasi lainnya seperti komunikasi massa atau komunikasi kelompok. DeVito (2013) mengidentifikasi ciri-ciri utama komunikasi interpersonal sebagai berikut:

1. Bersifat Diadik dan Tatap Muka (*Dyadic & Face-to-Face*)

Komunikasi interpersonal pada dasarnya terjadi antara dua orang secara langsung dan tatap muka. Meskipun dalam praktiknya dapat melibatkan lebih dari dua orang, inti dari komunikasi interpersonal adalah

kehadiran fisik dan psikologis kedua pihak secara bersamaan, yang memungkinkan pertukaran pesan verbal dan non-verbal secara simultan.

2. Bersifat Transaksional (*Transactional*)

Komunikasi interpersonal bersifat transaksional, artinya kedua pihak secara bersamaan berperan sebagai pengirim sekaligus penerima pesan. Tidak ada pemisahan yang tegas antara "pembicara" dan "pendengar" karena keduanya saling memengaruhi secara terus-menerus sepanjang proses komunikasi berlangsung. Dalam komunikasi orang tua dan anak usia dini, misalnya, ekspresi wajah anak yang terkejut saat mendengar suara keras orang tua secara bersamaan memberikan umpan balik yang memengaruhi cara orang tua melanjutkan komunikasinya.

3. Memungkinkan Umpan Balik Segera (*Immediate Feedback*)

Salah satu keunggulan utama komunikasi interpersonal adalah kemungkinan untuk mendapatkan umpan balik secara langsung dan segera. Pihak komunikator dapat langsung mengetahui apakah pesannya dipahami, diterima, atau ditolak oleh komunikan, sehingga dapat segera melakukan penyesuaian. Hal ini sangat penting dalam komunikasi orang tua dengan anak usia dini, di mana orang tua perlu responsif terhadap sinyal-sinyal emosional anak yang muncul secara spontan.

4. Melibatkan Pesan Verbal dan Non-Verbal Secara Simultan

Dalam komunikasi interpersonal, pesan verbal dan non-verbal hadir secara bersamaan dan saling melengkapi. Bahkan, penelitian Albert Mehrabian (1971) menemukan bahwa dalam komunikasi perasaan dan sikap, hanya 7% makna disampaikan melalui kata-kata, 38% melalui intonasi suara, dan 55% melalui bahasa tubuh. Temuan ini sangat relevan dalam komunikasi dengan anak usia dini yang lebih banyak membaca dan merespons pesan non-verbal orang tua.

5. Bersifat Unik dan Personal (*Unique & Personal*)

Setiap komunikasi interpersonal bersifat unik karena dipengaruhi oleh karakteristik, pengalaman, dan sejarah hubungan para pihak yang terlibat. Komunikasi antara seorang ibu dan anaknya berbeda secara

fundamental dari komunikasi antara dua orang asing, meskipun topik yang dibicarakan sama. Keunikan ini lahir dari kedalaman saling mengenal, riwayat interaksi, dan tingkat kepercayaan yang telah terbangun.

6. Berlangsung dalam Konteks Relasional (*Relational Context*)

Komunikasi interpersonal selalu terjadi dalam konteks suatu hubungan tertentu, dan secara bersamaan komunikasi tersebut juga membentuk dan mengubah hubungan itu sendiri. Watzlawick, Beavin, dan Jackson (1967) menyatakan bahwa setiap komunikasi memiliki dua dimensi: dimensi konten (apa yang dikatakan) dan dimensi relasional (bagaimana hubungan antara komunikator dan komunikan didefinisikan melalui komunikasi tersebut). Dalam relasi orang tua-anak, dimensi relasional ini sangat menentukan kualitas kelekatan dan kesehatan mental anak.

7. Bersifat Tidak Dapat Diulang dan Tidak Dapat Dibatalkan (*Irreversible & Unrepeatable*)

Setiap episode komunikasi interpersonal adalah unik dan tidak dapat diulang secara identik. Selain itu, pesan yang sudah disampaikan tidak dapat ditarik kembali kata-kata yang sudah terucap, terutama yang bersifat melukai atau traumatik, akan meninggalkan dampak pada diri penerimanya. Prinsip ini memiliki implikasi penting bagi orang tua, bahwa setiap interaksi komunikasi dengan anak usia dini meninggalkan jejak psikologis yang nyata.

8. Melibatkan Keterbukaan Diri (*Self-Disclosure*)

Komunikasi interpersonal yang mendalam mensyaratkan kesediaan untuk membuka diri (*self-disclosure*) secara bertahap dan proporsional. Dalam konteks orang tua-anak, keterbukaan orang tua dalam mengungkapkan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara jujur (kongruensi dalam perspektif Rogers) membantu anak memahami bahwa komunikasi yang terbuka dan jujur adalah sesuatu yang aman dan normal.

2.2.1.6 Tujuan dan Fungsi Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal dijalankan untuk berbagai tujuan yang saling berkaitan. DeVito (2013) mengidentifikasi beberapa tujuan utama komunikasi interpersonal:

1. Membangun dan Memelihara Hubungan (*To Establish and Maintain Relationships*)

Salah satu tujuan paling mendasar dari komunikasi interpersonal adalah membangun, memelihara, dan memperdalam hubungan antarmanusia. Melalui komunikasi yang konsisten, hangat, dan penuh perhatian, orang tua dan anak membangun kelekatan (*attachment bond*) yang menjadi fondasi keamanan emosional anak. Komunikasi yang terputus atau disfungsi, sebaliknya, dapat melemahkan ikatan tersebut dan berdampak negatif pada perkembangan psikologis anak.

2. Menyampaikan dan Memperoleh Informasi (*To Inform*)

Komunikasi interpersonal berfungsi sebagai sarana pertukaran informasi, pengetahuan, dan pemahaman. Dalam konteks orang tua-anak, orang tua menyampaikan informasi tentang lingkungan, aturan, bahaya, dan cara menghadapi situasi tertentu kepada anak. Sebaliknya, anak juga menyampaikan "informasi" kepada orang tua tentang kondisi emosionalnya melalui berbagai perilaku dan ekspresi.

3. Memengaruhi Sikap dan Perilaku (*To Persuade and Influence*)

Orang tua menggunakan komunikasi interpersonal untuk membimbing, mengarahkan, dan memengaruhi perilaku anak ke arah yang positif. Namun, Rogers mengingatkan bahwa pengaruh yang paling efektif dan berkelanjutan bukan lahir dari paksaan atau ancaman, melainkan dari hubungan interpersonal yang penuh kepercayaan, empati, dan penerimaan.

4. Memenuhi Kebutuhan Emosional (*To Meet Emotional Needs*)

Manusia memiliki kebutuhan dasar untuk didengar, dipahami, diterima, dan dicintai. Komunikasi interpersonal adalah sarana utama untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan psikologis tersebut. Bagi anak usia dini, pemenuhan kebutuhan emosional melalui komunikasi interpersonal orang

tua merupakan kebutuhan yang sama mendesaknya dengan kebutuhan fisik seperti makan dan tidur (Maslow, 1943; Rogers, 1961).

5. Bermain dan Hiburan (*To Play and Entertain*)

Komunikasi interpersonal juga memiliki fungsi rekreatif yaitu sebagai sarana untuk bermain, bercanda, bercerita, dan menciptakan kesenangan bersama. Dalam konteks orang tua-anak usia dini, komunikasi yang bernuansa bermain (*playful communication*) sangat penting karena bermain adalah bahasa utama anak usia dini. Melalui komunikasi yang penuh kegembiraan, rasa aman, dan kebersamaan, orang tua membangun kenangan positif yang memperkuat ikatan emosional dan mendukung kesehatan mental anak.

6. Memecahkan Masalah (*To Solve Problems*)

Komunikasi interpersonal berfungsi sebagai sarana untuk mengidentifikasi, mendiskusikan, dan menemukan solusi atas masalah yang dihadapi. Dalam konteks keluarga, kemampuan orang tua untuk mengajak anak berdialog tentang kesulitan yang ia hadapi dengan cara yang sesuai usia mengajarkan anak kemampuan problem-solving dan regulasi emosi sejak dini.

2.2.1.7 Peran Komunikasi Interpersonal dalam Hubungan Orang Tua dan Anak

Komunikasi interpersonal antara orang tua dan anak bukan sekadar pertukaran informasi biasa ia adalah pondasi utama yang menentukan kualitas perkembangan psikologis, emosional, dan sosial anak sepanjang hayatnya. Beberapa peran krusial komunikasi interpersonal dalam hubungan orang tua dan anak diuraikan sebagai berikut:

1. Membangun Kelekatan (*Attachment*) yang Aman

John Bowlby (1969) melalui Teori Kelekatan (*Attachment Theory*) menjelaskan bahwa anak memiliki kebutuhan bawaan untuk dekat dengan figur pengasuh utama (biasanya orang tua) dan menggunakan figur tersebut sebagai "pangkalan yang aman" (*secure base*) untuk menjelajahi dunia. Komunikasi interpersonal yang responsif, konsisten, dan penuh kasih

sayang dari orang tua merupakan mekanisme utama terbentuknya kelekatan yang aman (*secure attachment*).

Anak dengan kelekatan aman cenderung lebih percaya diri, lebih mampu mengelola stres, memiliki kemampuan sosial yang lebih baik, dan lebih resisten terhadap gangguan kesehatan mental dibandingkan anak dengan kelekatan yang tidak aman (*insecure attachment*). Artinya, kualitas komunikasi interpersonal orang tua secara langsung menentukan jenis kelekatan yang terbentuk, dan selanjutnya jenis kelekatan tersebut sangat memengaruhi kesehatan mental anak jangka pendek maupun jangka panjang.

2. Membentuk Regulasi Emosi Anak

Anak usia dini belum memiliki kapasitas neurobiologis yang matang untuk mengatur emosinya sendiri. Otak bagian prefrontal cortex yang bertanggung jawab atas regulasi emosi baru mencapai kematangan penuh pada usia sekitar 25 tahun (Siegel, 2012). Selama masa anak usia dini, orang tua berfungsi sebagai "regulator emosi eksternal" bagi anak melalui komunikasi interpersonal mereka.

Ketika orang tua merespons emosi anak dengan empati dan ketenangan misalnya dengan berkata "Ibu tahu kamu marah, itu boleh. Yuk cerita sama Ibu" otak anak secara bertahap belajar pola respons emosional yang sehat. Sebaliknya, orang tua yang mengabaikan, meremehkan, atau menghukum ekspresi emosi anak (*emotion dismissing parenting*) akan menghambat perkembangan regulasi emosi anak dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental.

3. Membangun Harga Diri dan Konsep Diri Anak

Sejak usia yang sangat dini, anak mulai membentuk gambaran tentang siapa dirinya berdasarkan bagaimana orang-orang penting di sekitarnya terutama orang tua memperlakukan dan berkomunikasi dengannya. Cooley (1902) menyebut konsep ini sebagai *the looking-glass self* bahwa kita memahami diri kita melalui cerminan bagaimana orang lain merespons kita.

Orang tua yang konsisten menyampaikan pesan-pesan yang memvalidasi, menghargai, dan mendukung anak baik melalui kata-kata maupun perilaku non-verbal membantu anak membangun harga diri yang positif. Rogers (1961) menegaskan bahwa anak yang tumbuh dalam lingkungan komunikasi yang penuh *unconditional positive regard* akan mengembangkan konsep diri yang sehat dan aktualisasi diri yang optimal.

4. Mengajarkan Keterampilan Komunikasi dan Sosial

Cara orang tua berkomunikasi dengan anak secara langsung menjadi model (*role model*) bagi anak dalam belajar berkomunikasi dengan orang lain. Anak belajar cara mendengarkan, cara mengungkapkan perasaan, cara bernegosiasi, cara meminta tolong, dan cara menyelesaikan konflik melalui pengamatannya terhadap pola komunikasi orang tuanya. Proses pembelajaran sosial ini berlangsung setiap saat, jauh sebelum anak memasuki pendidikan formal.

5. Menciptakan Lingkungan yang Aman secara Emosional (*Emotionally Safe Environment*)

Komunikasi interpersonal orang tua yang penuh empati, penerimaan, dan keterbukaan menciptakan iklim keluarga yang aman secara emosional (*emotionally safe climate*). Dalam lingkungan seperti ini, anak merasa bebas untuk mengekspresikan perasaannya tanpa takut dihakimi, dihukum, atau ditolak. Kebebasan emosional ini merupakan prasyarat penting bagi perkembangan kesehatan mental yang optimal.

Rogers (1961) menyebut kondisi ini sebagai *psychological safety* sebuah kondisi di mana individu merasa cukup aman untuk menjadi dirinya sendiri secara autentik. Bagi anak usia dini, *psychological safety* ini hanya dapat tercipta melalui konsistensi komunikasi interpersonal orang tua yang memenuhi ketiga kondisi inti Rogers: empati, *unconditional positive regard*, dan kongruensi.

6. Mendukung Perkembangan Kognitif dan Bahasa

Penelitian Hart dan Risley (1995) menemukan bahwa anak-anak dari keluarga yang orang tuanya banyak dan berkualitas dalam berkomunikasi dengan anak memiliki kosakata yang jauh lebih kaya, kemampuan kognitif yang lebih tinggi, dan prestasi akademik yang lebih baik di kemudian hari. Temuan ini menegaskan bahwa komunikasi interpersonal orang tua bukan hanya berdampak pada aspek emosional-psikologis, tetapi juga pada perkembangan intelektual anak secara keseluruhan.

2.2.2 Teori Komunikasi Interpersonal Carl Rogers

2.2.2.1 Pengertian Komunikasi Interpersonal Menurut Carl Rogers

Rogers tidak merumuskan definisi tunggal tentang "komunikasi interpersonal" dalam satu kalimat formal seperti lazimnya definisi akademik. Namun, dari keseluruhan karya dan pemikirannya terutama dalam *On Becoming a Person* (1961), *A Way of Being* (1980), dan artikel klasiknya *The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change* (1957) dapat direkonstruksi sebuah pemahaman mendalam tentang bagaimana Rogers mengonseptualisasikan komunikasi interpersonal. Bagi Rogers, komunikasi interpersonal adalah proses perjumpaan yang autentik antara dua pribadi, di mana masing-masing pihak hadir secara penuh tidak hanya secara fisik, tetapi juga secara psikologis dan emosional dengan tujuan untuk saling memahami, menerima, dan tumbuh bersama. Rogers (1961) menegaskan:

"I have found it of enormous value when I can permit myself to understand another person."

Pernyataan ini mengandung implikasi yang sangat dalam. Penggunaan kata "*permit myself*" (mengizinkan diri saya) menunjukkan bahwa memahami orang lain bukanlah sesuatu yang terjadi secara otomatis, melainkan sebuah pilihan aktif yang membutuhkan kesediaan, keberanian, dan keterbukaan. Rogers menyadari bahwa memahami orang lain secara sungguh-sungguh dapat terasa mengancam karena kita mungkin harus

mengubah cara pandang kita sendiri. Lebih lanjut, Rogers (1980) dalam *A Way of Being* menggambarkan komunikasi yang bermakna sebagai sebuah kondisi di mana:

"Ketika seseorang sungguh-sungguh mendengarkan saya... hal itu membuat saya mampu mempersepsi dunia saya dengan cara baru dan untuk melanjutkan hidup saya."

Kutipan ini mengungkapkan keyakinan Rogers bahwa komunikasi interpersonal yang berkualitas memiliki kekuatan transformatif ia tidak sekadar memindahkan informasi, melainkan mengubah cara seseorang memandang dirinya dan dunianya. Dalam konteks orang tua dan anak, ini berarti komunikasi yang dilakukan orang tua bukan hanya menyampaikan pesan, tetapi secara aktif membentuk cara anak memahami dirinya sendiri, orang lain, dan realitas di sekitarnya. Rogers juga membedakan antara komunikasi yang berpusat pada pesan (*message-centered*) dan komunikasi yang berpusat pada pribadi (*person-centered*).

Dalam komunikasi *message-centered*, fokus utama adalah akurasi penyampaian informasi apakah pesan tersampaikan dengan benar. Sedangkan dalam komunikasi *person-centered*, fokus utama adalah apakah orang yang kita ajak bicara merasa sungguh-sungguh dipahami, diterima, dan dihargai sebagai pribadi yang utuh. Dalam perspektif Rogers, komunikasi interpersonal yang efektif mensyaratkan tiga kondisi psikologis yang harus hadir secara bersamaan dalam diri komunikator, yaitu:

- 1. Empati (*Empathy*)**

kemampuan untuk memasuki dan memahami dunia pengalaman subjektif orang lain secara akurat

- 2. Penerimaan Tanpa Syarat (*Unconditional Positive Regard*)**

sikap menerima dan menghargai orang lain seutuhnya tanpa syarat atau penilaian

- 3. Ketulusan (*Congruence*)**

keselarasan antara apa yang dirasakan secara internal dengan apa yang dikomunikasikan secara eksternal

Rogers (1957) menyebut ketiga kondisi ini sebagai *the necessary and sufficient conditions* syarat yang diperlukan sekaligus cukup untuk menciptakan komunikasi yang memfasilitasi pertumbuhan psikologis. Artinya, tidak diperlukan teknik-teknik khusus yang rumit selama ketiga kondisi ini hadir secara tulus dalam komunikasi, pertumbuhan dan penyembuhan psikologis akan terjadi secara natural. Pemahaman Rogers tentang komunikasi interpersonal ini menempatkannya dalam tradisi humanistic fenomenologis, yang meyakini bahwa pengalaman subjektif setiap individu adalah realitas yang paling fundamental dan harus menjadi titik tolak dalam setiap upaya memahami manusia. Perspektif inilah yang menjadikan teori Rogers sangat selaras dengan pendekatan fenomenologi yang digunakan dalam penelitian ini.

2.2.2.2 Karakteristik Komunikasi Interpersonal Efektif Menurut Carl Rogers

Rogers mengidentifikasi karakteristik-karakteristik spesifik yang harus hadir dalam komunikasi interpersonal agar ia menjadi efektif dalam arti yang sesungguhnya yaitu bukan sekadar berhasil menyampaikan pesan, tetapi berhasil menciptakan kondisi psikologis yang memungkinkan orang lain untuk berkembang, terbuka, dan menjadi dirinya yang terbaik. Berikut adalah elaborasi mendalam dari masing-masing karakteristik tersebut:

1. Empati (*Empathy*)

Rogers (1957, 1961) mendefinisikan empati sebagai kemampuan untuk merasakan dunia batin orang lain perasaan, pikiran, makna personal, dan pengalaman subjektifnya *seolah-olah* dunia itu adalah dunia kita sendiri, namun tanpa kehilangan kualitas "seolah-olah" tersebut. Kalimat terakhir ini sangat penting: empati berbeda dari simpati maupun proyeksi. Dalam simpati, kita ikut larut dalam perasaan orang lain dan kehilangan sudut pandang kita sendiri. Dalam proyeksi, kita mengasumsikan orang lain merasakan apa yang kita rasakan. Empati sejati dalam perspektif Rogers adalah kemampuan

untuk masuk ke dalam kerangka referensi orang lain (*internal frame of reference*) sambil tetap mempertahankan identitas dan objektivitas diri sendiri.

Rogers (1980) kemudian mengembangkan konsep empati menjadi lebih dinamis dengan menggambarannya sebagai proses yang terus-menerus, bukan kondisi statis. Empati adalah:

- Memasuki dunia persepsi pribadi orang lain secara sensitif
- Peka terhadap perubahan makna yang mengalir dari momen ke momen
- Menangkap tidak hanya apa yang secara eksplisit dikomunikasikan, tetapi juga makna-makna yang tersembunyi di balik kata-kata atau perilaku
- Mengomunikasikan pemahaman tersebut kembali kepada orang lain sehingga ia merasa sungguh-sungguh dimengerti.

Dalam konteks komunikasi orang tua dan anak usia dini, empati berarti orang tua tidak hanya mendengar apa yang dikatakan anak secara verbal, tetapi mampu membaca dan merespons dengan tepat pesan-pesan emosional yang tersimpan di balik tangisan, ekspresi wajah, penarikan diri, agresi, atau kegembiraan anak. Empati orang tua membantu anak merasa bahwa dunia batinnya betapapun kecil dan tampak sepele bagi orang dewasa adalah sesuatu yang nyata, valid, dan layak untuk diperhatikan.

2. Penerimaan Tanpa Syarat (*Unconditional Positive Regard* / UPR)

Unconditional Positive Regard adalah karakteristik kedua yang Rogers (1957) identifikasi sebagai kondisi inti komunikasi interpersonal yang efektif. Rogers mendefinisikan UPR sebagai sikap menghargai, peduli, dan menerima orang lain secara penuh dan menyeluruh, tanpa memberikan syarat, evaluasi, atau penilaian terhadap pikiran, perasaan, atau perilaku tertentu yang ia tunjukkan. Kata "unconditional" (tanpa syarat) adalah inti dari konsep ini. Rogers membedakan antara

conditional positive regard (penerimaan bersyarat) dan *unconditional positive regard* (penerimaan tanpa syarat).

Dalam penerimaan bersyarat, penghargaan dan kasih sayang yang diberikan bergantung pada apakah orang tersebut berperilaku sesuai dengan harapan atau standar tertentu "Ibu sayang kamu kalau kamu nurut," atau "Ayah bangga kalau kamu dapat nilai bagus." Dalam penerimaan tanpa syarat, penghargaan dan kasih sayang diberikan secara konsisten terlepas dari perilaku, prestasi, atau kondisi orang tersebut.

Penting untuk dipahami bahwa UPR tidak berarti menyetujui semua perilaku anak. Rogers dengan tegas membedakan antara menerima *pribadi* anak dan menerima *perilaku* anak. Orang tua dapat tidak menyetujui perilaku tertentu misalnya ketika anak memukul atau berbohong sambil tetap menyampaikan kepada anak bahwa ia sebagai pribadi tetap dicintai dan diterima sepenuhnya. Pesan yang ingin disampaikan adalah: "Ibu tidak suka kalau kamu memukul, tapi Ibu tetap sayang kamu."

Implikasi psikologis dari UPR sangat mendalam. Rogers (1959) dalam teori kepribadiannya menjelaskan bahwa ketika anak tumbuh dalam lingkungan yang didominasi oleh *conditional positive regard*, anak mengembangkan apa yang ia sebut *conditions of worth* yaitu keyakinan bahwa nilai dirinya bergantung pada apakah ia memenuhi syarat-syarat tertentu yang ditetapkan oleh orang lain. Kondisi ini menjadi sumber kecemasan, ketidakamanan, dan gangguan psikologis yang dapat berlangsung hingga dewasa. Sebaliknya, anak yang tumbuh dalam lingkungan UPR mengembangkan harga diri yang stabil dan tidak bersyarat, yang merupakan komponen penting dari kesehatan mental.

3. Ketulusan (*Congruence / Genuineness*)

Kongruensi adalah karakteristik ketiga dan, menurut Rogers (1957), merupakan kondisi yang paling fundamental di antara ketiganya. Rogers

mendefinisikan kongruensi sebagai keselarasan atau kesesuaian antara tiga lapisan pengalaman diri:

- Pengalaman (*experiencing*): apa yang sungguh-sungguh dirasakan atau dialami secara organisme
- Kesadaran (*awareness*): sejauh mana pengalaman tersebut disadari dan diakui oleh diri
- Ekspresi (*expression*): apa yang dikomunikasikan kepada orang lain

Individu yang kongruen adalah mereka yang ketiga lapisan ini selaras satu sama lain mereka menyadari apa yang mereka rasakan, dan apa yang mereka komunikasikan mencerminkan perasaan itu secara autentik. Rogers juga menyebut kongruensi dengan istilah *genuineness* (keaslian) atau *realness* (kenyataan) yaitu kondisi di mana seseorang hadir sebagai dirinya yang sesungguhnya dalam hubungan, bukan sebagai topeng atau fasad profesional.

Rogers (1961) menggambarkan kongruensi sebagai: *"Ketika apa yang saya ekspresikan kepada klien selaras dengan pengalaman organisme saya... maka saya adalah pribadi yang terintegrasi dan utuh dalam hubungan itu."*

Dalam konteks komunikasi orang tua dan anak, kongruensi berarti orang tua berkomunikasi secara jujur dan terbuka tentang kondisi emosional mereka tentu dengan cara yang proporsional dan sesuai usia anak. Orang tua yang kongruen tidak berpura-pura selalu bahagia ketika sebenarnya sedang sedih atau lelah, karena anak terutama anak usia dini sangat peka terhadap inkonsistensi antara ekspresi verbal dan non-verbal. Ketika orang tua berkata "Ibu baik-baik saja" dengan suara datar dan wajah tegang, anak merasakan ketidakselarasan tersebut dan ini justru menciptakan kebingungan emosional pada diri anak.

Kongruensi orang tua juga berfungsi sebagai model perilaku bagi anak. Anak belajar bahwa mengakui dan mengungkapkan perasaan secara jujur adalah hal yang aman dan dapat diterima sebuah pelajaran yang sangat berharga bagi perkembangan kecerdasan emosional anak.

2.2.2.3 Relevansi Teori Carl Rogers dengan Komunikasi Orang Tua dan Anak Usia Dini

Meskipun teori *Person-Centered* Rogers dikembangkan dalam konteks hubungan terapeutik antara konselor dan klien, relevansinya dengan komunikasi orang tua dan anak usia dini sangat kuat dan telah didukung oleh banyak penelitian empiris lintas disiplin ilmu. Relevansi ini dapat diuraikan dari berbagai dimensi berikut:

1. Keselarasan dengan Teori Perkembangan Anak Usia Dini

Teori Rogers bersesuaian secara mendalam dengan temuan-temuan dalam ilmu perkembangan anak. Erik Erikson (1963) dalam teori perkembangan psikososialnya menyatakan bahwa tugas perkembangan utama anak usia 0–3 tahun adalah membangun kepercayaan dasar (*basic trust*) terhadap dunia dan orang-orang di sekitarnya. Kepercayaan dasar ini tumbuh ketika kebutuhan anak termasuk kebutuhan emosional untuk direspons, dipahami, dan diterima dipenuhi secara konsisten oleh pengasuh utama.

Tiga kondisi Rogers (empati, penerimaan apa adanya, terbuka) secara langsung berkontribusi pada pembentukan kepercayaan dasar ini. Orang tua yang empatik, menerima tanpa syarat, dan autentik dalam berkomunikasi menciptakan lingkungan yang memenuhi syarat-syarat terbentuknya kepercayaan dasar, yang selanjutnya menjadi fondasi bagi seluruh perkembangan psikososial anak.

Pada fase usia 3–6 tahun, Erikson mengidentifikasi tugas perkembangan berupa inisiatif vs. rasa bersalah (*initiative vs. guilt*). Anak mulai aktif menjelajahi dunia, mencoba hal baru, dan mengekspresikan dirinya. Dalam fase ini, respons komunikasi orang tua sangat menentukan: orang tua yang responsif dan menerima akan mendorong inisiatif dan kepercayaan diri anak, sementara orang tua yang terlalu kritis atau menghukum akan menumbuhkan rasa bersalah yang berlebihan yang merupakan hambatan serius bagi kesehatan mental anak.

2. Keselarasan dengan Neurobiologi Perkembangan

Temuan-temuan ilmu saraf modern (*neuroscience*) memberikan dukungan empiris yang kuat bagi teori Rogers. Daniel Siegel (2012) dalam konsep *interpersonal neurobiology* menjelaskan bahwa otak anak berkembang secara literal melalui kualitas hubungan interpersonal yang diterimanya. Koneksi-koneksi neural yang terbentuk di otak anak sangat dipengaruhi oleh pola komunikasi dan respons emosional orang tua.

Ketika orang tua merespons anak dengan empati dan kehangatan, sistem saraf anak mengalami regulasi (*co-regulation*) yang memungkinkan otak berkembang secara optimal. Sebaliknya, komunikasi yang penuh ancaman, penolakan, atau ketidakpastian mengaktifkan respons stres (*stress response*) pada otak anak, yang jika berlangsung kronis dapat menyebabkan kerusakan permanen pada struktur otak yang bertanggung jawab atas regulasi emosi, kemampuan belajar, dan kesehatan mental. Tiga kondisi Rogers, dalam perspektif neurosains, dapat dipahami sebagai kondisi-kondisi yang menciptakan lingkungan interpersonal yang mengoptimalkan perkembangan otak anak.

3. Keselarasan dengan Penelitian tentang Parenting Efektif

Diana Baumrind (1966) dalam penelitian klasiknya tentang gaya pengasuhan (*parenting styles*) menemukan bahwa pengasuhan *authoritative* yang dicirikan oleh kombinasi kehangatan (*warmth*) yang tinggi dan struktur (*structure*) yang jelas menghasilkan anak dengan kesehatan mental, prestasi akademik, dan kompetensi sosial yang paling optimal dibandingkan gaya pengasuhan lainnya.

Kehangatan dalam pengasuhan *authoritative* sangat selaras dengan tiga kondisi Rogers: orang tua yang hangat adalah orang tua yang empatik, menerima anak apa adanya, dan berkomunikasi secara terbuka dan jujur. Dengan kata lain, gaya pengasuhan yang Rogers rekomendasikan melalui kerangka teoritis *person centered* nya secara empiris terbukti menghasilkan outcomes perkembangan yang paling positif bagi anak.

4. Relevansi dalam Konteks Kesehatan Mental Anak Usia Dini

Berdasarkan perspektif kesehatan mental anak, tiga kondisi Rogers relevan dalam dua cara: sebagai faktor protektif (pelindung) dan sebagai faktor penyembuh. Sebagai faktor protektif, komunikasi interpersonal orang tua yang empatik, menerima tanpa syarat, dan kongruen menciptakan kondisi-kondisi yang melindungi anak dari risiko gangguan kesehatan mental. Anak yang tumbuh dalam lingkungan komunikasi seperti ini cenderung mengembangkan resiliensi (*resilience*) yaitu kemampuan untuk menghadapi dan pulih dari adversitas yang merupakan salah satu prediktor terkuat kesehatan mental jangka panjang.

Sebagai faktor penyembuh, ketika anak sudah menunjukkan tanda-tanda gangguan emosional atau perilaku, komunikasi interpersonal orang tua yang memenuhi kondisi Rogers dapat berfungsi sebagai modalitas penyembuhan. Penelitian dalam bidang *attachment-based therapy* dan *child-parent psychotherapy* (Lieberman & Van Horn, 2008) menunjukkan bahwa memperbaiki kualitas komunikasi dan interaksi orang tua-anak sesuai prinsip-prinsip Rogers adalah intervensi yang paling efektif untuk gangguan kesehatan mental pada anak usia dini.

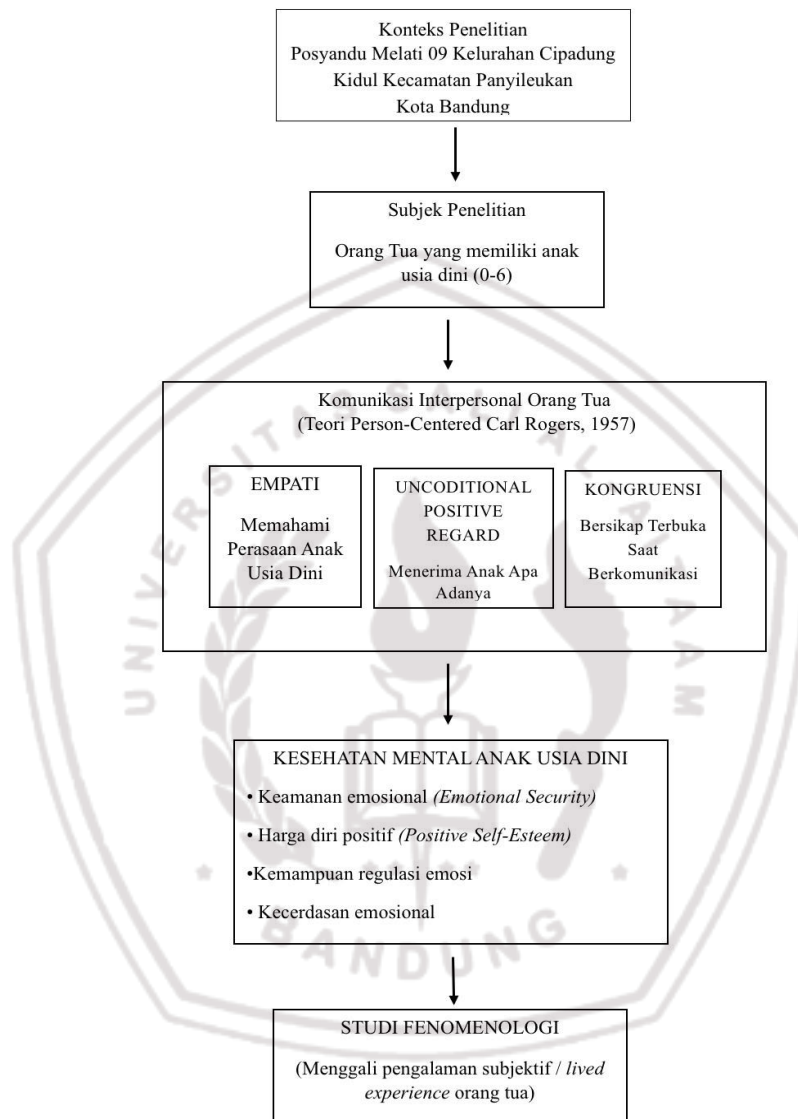
5. Relevansi dalam Konteks Fenomenologi

Dari perspektif metodologis, teori Rogers juga sangat relevan dengan pendekatan fenomenologi yang digunakan dalam penelitian ini. Keduanya berangkat dari premis yang sama: bahwa pengalaman subjektif individu adalah realitas yang paling fundamental dan harus dipahami dari dalam, bukan dinilai dari luar berdasarkan standar objektif eksternal.

Rogers, sebagai penganut tradisi fenomenologi-humanistik, meyakini bahwa untuk memahami perilaku seseorang, kita harus berusaha memahami bagaimana ia mempersepsi dan memaknai dunianya. Prinsip ini sepenuhnya sejalan dengan tujuan penelitian ini, yaitu untuk menggali dan memahami pengalaman subjektif orang tua di Posyandu Melati 09 dalam menjalankan komunikasi interpersonal dengan anak usia dini mereka bukan untuk mengukur atau mengevaluasi perilaku mereka berdasarkan standar normatif tertentu.

2.3 Kerangka Pemikiran

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran



(Sumber : Olahan peneliti 2026)

2.3.1 Model Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran dalam penelitian ini disusun berdasarkan sintesis antara fokus penelitian, teori utama yang digunakan, dan pendekatan metodologi yang dipilih. Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman orang tua dalam menjalankan komunikasi interpersonal dengan anak usia dini sebagai upaya menjaga kesehatan mental anak, dengan menggunakan Teori *Person-Centered* Carl Rogers (1957, 1961) sebagai kerangka analitis utama.

2.3.2 Uraian Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran penelitian ini dibangun di atas tiga lapisan utama yang saling berkaitan secara logis dan sistematis, yaitu: landasan kontekstual, landasan teoretis, dan landasan metodologis.

2.3.2.1 Landasan Kontekstual

Penelitian ini berangkat dari realitas empiris yang ditemukan di lapangan, yaitu bahwa orang tua dengan anak usia dini yang hadir di Posyandu Melati 09 Kelurahan Cipadung Kidul Kecamatan Panyileukan Kota Bandung menjalankan peran pengasuhan sekaligus komunikasi interpersonal dengan anak-anaknya setiap hari. Posyandu sebagai lembaga kesehatan masyarakat berbasis komunitas menjadi konteks sosial yang relevan karena di sinilah orang tua terutama ibu berkumpul, berbagi pengalaman pengasuhan, dan mendapatkan informasi tentang tumbuh kembang anak.

Dalam konteks masyarakat urban seperti Kota Bandung, orang tua menghadapi berbagai tekanan dan tantangan yang dapat memengaruhi kualitas komunikasi interpersonal mereka dengan anak, mulai dari tekanan ekonomi, tuntutan pekerjaan, hingga pengaruh teknologi digital yang menyita perhatian. Di sisi lain, anak usia dini (0–6 tahun) berada pada periode kritis perkembangan yang sangat membutuhkan stimulasi komunikasi berkualitas dari orang tua. Realitas inilah yang menjadi latar belakang dan justifikasi pentingnya penelitian ini.

2.3.2.2 Landasan Teoretis

Landasan teoretis penelitian ini berpusat pada Teori *Person-Centered* Carl Rogers (1957, 1961), yang dioperasionalkan melalui tiga kondisi inti komunikasi interpersonal. Ketiga kondisi ini menjadi dimensi analisis utama yang selaras langsung dengan tiga pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan:

1. Dimensi Pertama Empati (*Empathy*), yang dioperasionalkan sebagai kemampuan orang tua untuk memahami dan merespons perasaan anak usia dini secara akurat dan tepat. Dimensi ini menjadi pertanyaan penelitian pertama: *"Bagaimana pengalaman orang tua dalam memahami perasaan anak usia dini sebagai bentuk komunikasi interpersonal untuk menjaga kesehatan mental anak?"*

Empati orang tua dalam komunikasi dengan anak usia dini mencakup kemampuan membaca sinyal emosional verbal dan non-verbal anak, memvalidasi perasaan anak tanpa menghakimi, dan memberikan respons yang menunjukkan bahwa perasaan anak sungguh-sungguh dipahami dan diterima. Ketika orang tua menjalankan empati secara konsisten, anak mengembangkan rasa aman emosional (*emotional security*) yang menjadi fondasi kesehatan mental.

2. Dimensi Kedua Penerimaan Tanpa Syarat (*Unconditional Positive Regard*), yang dioperasionalkan sebagai sikap dan perilaku komunikasi orang tua yang menerima anak seutuhnya termasuk dengan segala kekurangan, kelemahan, dan ketidaksempurnaan tanpa menggantungkan kasih sayang pada syarat-syarat tertentu. Dimensi ini menjadi fokus pertanyaan penelitian kedua: *"Bagaimana pengalaman orang tua berkomunikasi interpersonal dalam menerima anak usia dini apa adanya?"*

Penerimaan tanpa syarat dalam komunikasi orang tua-anak diwujudkan melalui konsistensi kasih sayang yang tidak berfluktuasi berdasarkan perilaku anak, penghindaran perbandingan dengan anak lain, serta kemampuan orang tua untuk memisahkan antara ketidaksukaan terhadap perilaku tertentu dengan penolakan terhadap pribadi anak secara

keseluruhan. Kondisi ini membantu anak mengembangkan harga diri (*self-esteem*) yang positif dan stabil.

3. Dimensi Ketiga Ketulusan (*Congruence*), yang dioperasionalkan sebagai keterbukaan dan kejujuran orang tua dalam berkomunikasi dengan anak yaitu keselarasan antara apa yang dirasakan orang tua secara internal dengan apa yang dikomunikasikan kepada anak secara eksternal, secara proporsional dan sesuai usia anak. Dimensi ini menjadi fokus pertanyaan penelitian ketiga: *"Bagaimana pengalaman orang tua dalam bersikap terbuka saat berkomunikasi dengan anak usia dini untuk menjaga kesehatan mentalnya?"*

Kongruensi orang tua dalam komunikasi dengan anak diwujudkan melalui konsistensi antara ekspresi verbal dan non-verbal, kesediaan untuk mengakui perasaan sesungguhnya kepada anak dengan cara yang tidak melukai, dan ketiadaan topeng atau kepura-puraan yang membingungkan anak. Orang tua yang kongruen menjadi model autentisitas dan kejujuran emosional yang mendukung perkembangan kecerdasan emosional anak.

2.3.2.3 Landasan Metodologis

Untuk menggali ketiga dimensi di atas secara mendalam dan autentik, penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi. Pilihan ini didasarkan pada keselarasan epistemologis yang mendalam antara teori Rogers dan tradisi fenomenologi. Rogers, sebagaimana telah diuraikan dalam sub bab sebelumnya, adalah seorang pemikir dengan orientasi fenomenologis-humanistik yang kuat.

Ia meyakini bahwa realitas yang paling bermakna bagi setiap individu adalah realitas yang dialami secara subjektif (*phenomenal field*) yaitu totalitas pengalaman yang disadari dan dimaknai oleh individu pada setiap momen kehidupannya. Pendekatan fenomenologi dalam penelitian ini bertujuan untuk menggali, memahami, dan mendeskripsikan pengalaman hidup (*lived experience*) orang tua dalam menjalankan komunikasi interpersonal dengan anak usia dini untuk mengukur, mengevaluasi, atau menggeneralisasi pengalaman tersebut.

Melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan orang tua di Posyandu Melati 09, peneliti berupaya memperoleh gambaran yang kaya, nuansif, dan kontekstual tentang bagaimana orang tua secara subjektif mengalami dan memaknai praktik komunikasi interpersonal mereka dengan anak usia dini dalam konteks menjaga kesehatan mental anak.

