
HUBUNGAN ORANG TUA DAN ANAK DARI SUDUT PANDANG ILMU PSIKOLOGI

Karina Meriem Beru Brahmana
Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen, Medan, Indonesia
karinabrahmana@uhn.ac.id

Abstract

This community service activity was conducted through a seminar entitled “Parent-Child Relationships from a Psychological Perspective”, aimed at enhancing the quality of relationships between parents and their children. The seminar took place at GBKP Runggun Sikeben Congregation, Tanah Karo, and was attended by parents along with their adolescent and adult children. Communication problems, perception gaps, and a lack of understanding of children’s personalities and developmental stages often trigger conflicts within families. This seminar offered a psychological approach to building healthy relationships, emphasizing the importance of two-way communication, empathy, and an understanding of personal characteristics and human developmental stages—from early childhood to adulthood. The seminar was delivered in an interactive and reflective manner. The outcomes showed that participants gained new insights into the role of parents as companions to their children and recognized the need to establish open and empathetic communication within the family. This activity positively contributed to increasing psychological awareness in parenting practices and opened opportunities for further collaboration in fostering harmonious family relationships.

Keywords: family communication; parent-child relationship; healthy relationships; developmental psychology; parenting.

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui seminar bertema “Hubungan Orangtua dan Anak dari Sisi Psikologi” yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas relasi antara orangtua dan anak. Seminar dilaksanakan di Jemaat GBKP Runggun Sikeben, Tanah Karo, dan diikuti oleh para orangtua serta anak-anak mereka yang berusia remaja dan dewasa. Permasalahan komunikasi, kesenjangan persepsi, serta kurangnya pemahaman terhadap karakter dan tahapan perkembangan anak sering menjadi sumber konflik dalam keluarga. Seminar ini menyajikan pendekatan psikologis untuk membangun relasi yang sehat dengan menekankan pentingnya komunikasi dua arah, empati, serta pengenalan karakter dan tahap perkembangan anak sejak usia dini hingga dewasa. Metode seminar melibatkan penyampaian materi secara interaktif dan reflektif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta memperoleh pemahaman baru tentang pentingnya peran orangtua sebagai sahabat anak, serta menyadari perlunya membangun pola komunikasi yang terbuka dan empatik dalam keluarga. Kegiatan ini memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan pemahaman psikologis dalam pola pengasuhan, serta membuka peluang kolaborasi lanjutan dalam membentuk keluarga yang harmonis.

Kata kunci: komunikasi keluarga; hubungan orangtua-anak; relasi sehat; psikologi perkembangan; pengasuhan.

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Hubungan antara orangtua dan anak merupakan aspek fundamental dalam pembentukan karakter, kesehatan mental, dan kesejahteraan emosional anak. Di tengah dinamika sosial yang semakin kompleks dan cepat berubah, kualitas relasi orangtua dan anak kerap menghadapi tantangan serius. Perubahan teknologi, perbedaan nilai antar generasi, serta tekanan ekonomi dan sosial menjadi faktor utama yang memengaruhi cara orangtua dan anak berkomunikasi dan membangun kedekatan emosional.

Dalam banyak kasus, komunikasi antar generasi menjadi tidak efektif karena adanya kesenjangan nilai dan cara pandang. Orangtua, terutama dari generasi baby boomers atau generasi X, seringkali memiliki pendekatan pengasuhan yang berbeda dengan nilai-nilai yang dianut anak-anak mereka dari generasi milenial atau generasi Z. Hal ini sering menyebabkan miskomunikasi, konflik, dan bahkan jarak emosional antara anggota keluarga. Anak-anak merasa tidak dimengerti, sementara orangtua merasa diabaikan atau tidak dihargai.

Generasi X, yang lahir antara pertengahan 1960-an hingga awal 1980-an, dikenal sebagai generasi yang tangguh dan mandiri. Mereka tumbuh dalam era transisi ekonomi dan perubahan sosial, yang membentuk pola pikir mereka menjadi realistis, pekerja keras, dan cenderung skeptis terhadap otoritas. Dalam pengasuhan, generasi ini cenderung mendorong anak untuk bertanggung jawab dan berprestasi, namun pada saat yang sama mempertahankan nilai-nilai tradisional, termasuk dalam konteks budaya Batak Karo. Sementara itu, generasi Y atau milenial (lahir antara awal 1980-an hingga pertengahan 1990-an) mulai menunjukkan keterbukaan terhadap perubahan sosial, lebih fleksibel, dan adaptif terhadap teknologi. Mereka mulai mempertanyakan pola asuh yang terlalu otoriter dan mulai menjajaki pendekatan yang lebih dialogis dengan anak-anak mereka.

Di sisi lain, generasi Z—anak-anak yang lahir dari pertengahan 1990-an hingga awal 2010-an—merupakan generasi yang sangat terhubung dengan teknologi dan informasi global. Mereka cenderung memiliki pemikiran yang kritis, terbuka terhadap perbedaan, serta memiliki kepekaan tinggi terhadap isu-isu sosial seperti keadilan, kesehatan mental, dan kebebasan berekspresi. Mereka menginginkan relasi yang setara

dengan orangtua, bukan relasi yang bersifat instruktif atau penuh kontrol. Kecenderungan ini menjadikan generasi Z sebagai generasi yang tidak mudah menerima nasihat atau aturan tanpa penjelasan rasional yang memadai.

Ketika orangtua dari generasi X atau Y berinteraksi dengan anak-anak dari generasi Z, tantangan komunikasi pun tak terhindarkan. Orangtua merasa anak terlalu bebas, terlalu banyak bertanya, dan kurang menunjukkan rasa hormat seperti yang dulu mereka berikan kepada orangtuanya. Sementara anak-anak generasi Z merasa bahwa orangtua tidak memahami beban dan tantangan yang mereka alami, serta tidak memberikan ruang yang cukup untuk eksplorasi jati diri.

Kondisi ini diperburuk dengan kurangnya pemahaman tentang tahapan perkembangan anak, karakter kepribadian, serta pentingnya komunikasi dua arah yang terbuka dan empatik. Ketika komunikasi hanya bersifat satu arah, relasi cenderung tidak sehat dan anak merasa kehilangan figur orangtua sebagai tempat bercerita dan berbagi emosi.

Dalam konteks budaya lokal, khususnya budaya Batak Karo, relasi orangtua dan anak juga tidak terlepas dari pengaruh sistem sosial dan nilai-nilai adat yang dianut. Budaya Batak Karo dikenal memiliki struktur sosial yang kuat dan menghormati otoritas orangtua serta keluarga besar. Orangtua dalam budaya Karo sering memegang peran sentral sebagai pengarah dan penentu keputusan dalam keluarga. Pola pengasuhan cenderung bersifat otoriter, dengan ekspektasi tinggi terhadap anak untuk mengikuti arahan dan menjaga nama baik keluarga. Hal ini memiliki dampak positif dalam menjaga kedisiplinan dan keterikatan keluarga, namun dalam beberapa kasus juga dapat menimbulkan tekanan psikologis bagi anak yang tidak memiliki ruang untuk mengekspresikan diri secara bebas.

Di satu sisi, nilai-nilai budaya Karo seperti "mehamat" (hormat) dan patuh mengajarkan anak untuk menghormati orangtua dan mengikuti tradisi yang ada. Namun, di sisi lain, ketatnya aturan dan harapan sosial yang dibebankan kepada anak, terutama anak sulung atau anak laki-laki, dapat menyebabkan konflik batin dan ketegangan relasional, khususnya ketika nilai-nilai ini berbenturan dengan pemahaman dan aspirasi pribadi anak di era modern.

Generasi muda di Tanah Karo, yang kini semakin "melek" pada informasi global dan nilai-nilai individualisme, mulai mengembangkan cara berpikir yang lebih kritis,

terbuka, dan otonom. Mereka cenderung menolak pendekatan otoritatif yang tidak memberikan ruang dialog. Perbedaan cara pandang ini menciptakan tantangan tersendiri dalam komunikasi antar generasi, khususnya dalam konteks keluarga.

Sebagai contoh, ketika seorang remaja atau pemuda Karo menyampaikan keinginan untuk memilih jurusan kuliah, pasangan hidup, atau gaya hidup yang berbeda dari nilai-nilai adat atau harapan orangtua, tidak jarang hal ini memicu konflik yang berkepanjangan. Orangtua merasa bahwa anak tidak menghormati warisan budaya, sementara anak merasa dikekang dan tidak diberi kebebasan dalam mengambil keputusan penting hidupnya.

Masalah komunikasi ini bukan hanya disebabkan oleh kurangnya keterampilan berkomunikasi, tetapi juga oleh perbedaan sistem nilai yang belum terjembatani. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih sensitif terhadap budaya dan perkembangan zaman, agar orangtua dan anak dapat saling memahami dalam bingkai nilai-nilai keluarga Karo yang tetap relevan namun adaptif terhadap perubahan sosial.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam bentuk seminar Psikologi di Jemaat GBKP Runggun Sikeben, Tanah Karo, dengan peserta yang terdiri atas orangtua dan anak (remaja dan dewasa). Seminar ini membahas pentingnya komunikasi dua arah, empati, pengenalan karakter pribadi, serta pemahaman terhadap tahap perkembangan anak sebagai langkah awal membangun relasi yang sehat dalam keluarga. Seminar ini juga menjadi ruang dialog antara nilai-nilai adat Karo dengan pendekatan psikologi modern, yang diharapkan dapat menguatkan relasi keluarga tanpa mengorbankan identitas budaya maupun pertumbuhan pribadi anak.

Seminar ini juga menjadi ruang dialog antara nilai-nilai adat Karo dengan pendekatan psikologi modern, yang diharapkan dapat menguatkan relasi keluarga tanpa mengorbankan identitas budaya maupun pertumbuhan pribadi anak.

Rumusan Masalah

1. Bagaimana dinamika hubungan antara orangtua dan anak dalam konteks masyarakat saat ini, khususnya dalam budaya Batak Karo?
2. Apa saja kendala komunikasi yang umum terjadi dalam hubungan orangtua-anak yang diwarnai oleh perbedaan generasi dan nilai adat?
3. Bagaimana cara membangun relasi sehat antara orangtua dan anak berdasarkan pendekatan psikologis dan budaya?

Tujuan

1. Meningkatkan pemahaman orangtua dan anak tentang pentingnya komunikasi yang efektif dan empatik dalam bingkai budaya lokal.
2. Memberikan pemahaman tentang perbedaan karakter, nilai generasi, dan tahapan perkembangan psikologis anak.
3. Mendorong terciptanya relasi yang harmonis dan saling memahami antara orangtua dan anak melalui dialog dua arah yang menghargai nilai adat dan perkembangan individu.

Manfaat

1. Bagi orangtua: Meningkatkan kesadaran tentang pentingnya keterbukaan dan empati dalam mendampingi anak serta menyesuaikan pola pengasuhan dengan perkembangan zaman tanpa kehilangan nilai budaya.
2. Bagi anak: Membantu memahami perspektif dan pengalaman orangtua dalam konteks budaya, serta membangun identitas pribadi yang tidak bertentangan dengan akar tradisi.
3. Bagi keluarga: Mendorong terbentuknya pola komunikasi yang sehat, terbuka, dan berkelanjutan yang tetap menghargai struktur sosial budaya.
4. Bagi masyarakat: Menjadi langkah preventif terhadap konflik keluarga dan sosial, serta menjadi model adaptasi budaya yang sehat di tengah perubahan global.
5. Bagi akademisi: Memberikan dasar pengembangan intervensi berbasis psikologi keluarga dan budaya lokal untuk penelitian serta pengabdian lanjutan.

TINJAUAN PUSTAKA

A. Komunikasi Keluarga

Secara umum komunikasi merupakan proses penyampaian informasi, ide, perasaan, dan pemahaman antara individu. Menurut Devito (2011), komunikasi adalah pengiriman pesan dari satu individu ke individu lain untuk mencapai pemahaman bersama. Proses ini melibatkan pengkodean dan dekode informasi, serta penerimaan dan umpan balik dari penerima pesan. Komunikasi dapat terjadi secara verbal maupun non-verbal, dan

efektifitas komunikasi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti konteks, budaya, dan hubungan antar individu.

Komunikasi dalam keluarga merupakan proses penyampaian informasi, perasaan, dan nilai-nilai antar anggota keluarga, yang menjadi fondasi bagi keharmonisan dan kelekatan emosional (Satir, 1991). Komunikasi yang sehat ditandai dengan adanya keterbukaan, kejelasan, serta empati antara anggota keluarga, khususnya antara orangtua dan anak. Namun, dalam banyak keluarga, komunikasi tidak berjalan efektif karena adanya hambatan psikologis, perbedaan persepsi, serta pola komunikasi satu arah yang tidak memberi ruang bagi ekspresi anak.

Menurut Devito (2011), komunikasi dua arah yang responsif terhadap kebutuhan emosional dan kognitif anak dapat meningkatkan kualitas hubungan dan mencegah konflik berkepanjangan. Dalam konteks ini, kemampuan mendengarkan aktif, penggunaan bahasa yang tidak menghakimi, serta validasi terhadap perasaan anak menjadi elemen penting.

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga yang terbuka dan responsif dapat meningkatkan perilaku pencegahan COVID-19 pada orangtua dan anak dewasa melalui diskusi ilmiah yang konstruktif (Gong et al., 2023). Hal ini menekankan pentingnya orientasi percakapan dalam membangun komunikasi yang efektif dalam keluarga.

Aspek-Aspek yang Mempengaruhi Komunikasi dalam Keluarga (Devito, 2011)

1. **Komunikasi Verbal** Komunikasi verbal mencakup kata-kata yang digunakan dalam percakapan. Pilihan kata, kalimat, dan gaya bicara mempengaruhi seberapa jelas pesan yang disampaikan dan diterima oleh anggota keluarga. Misalnya, cara orangtua berbicara kepada anaknya sangat mempengaruhi bagaimana anak memahami dan merespons pesan yang diberikan.
2. **Komunikasi Non-Verbal** Aspek komunikasi non-verbal melibatkan ekspresi wajah, gerakan tubuh, dan intonasi suara yang digunakan dalam berkomunikasi. Hal ini dapat memperkuat atau mengubah makna pesan verbal. Sebagai contoh, kontak mata yang konstan selama percakapan dapat menunjukkan perhatian, sementara kurangnya ekspresi wajah dapat menyampaikan sikap acuh tak acuh.

3. Kemampuan Mendengarkan Aktif Mendengarkan aktif adalah keterampilan mendengarkan yang penuh perhatian dan responsif terhadap apa yang dikatakan oleh orang lain. Dalam keluarga, mendengarkan dengan baik sangat penting agar anggota keluarga merasa dihargai dan dipahami. Mendengarkan aktif juga mencegah kesalahpahaman yang dapat merusak komunikasi antar anggota keluarga.
4. untuk berbagi perasaan, pikiran, dan pengalaman secara jujur. Dalam hubungan keluarga, terbuka terhadap perasaan dan pikiran anggota keluarga lainnya membantu membangun rasa saling percaya dan mendalami hubungan emosional.
5. Empati Empati dalam komunikasi keluarga berarti kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Ketika orangtua atau anggota keluarga lainnya menunjukkan empati, mereka dapat menciptakan ikatan emosional yang lebih kuat dan mencegah konflik yang tidak perlu.

Faktor-Faktor Penghambat Komunikasi dalam Keluarga (Devito, 2011)

1. Hambatan Psikologis Hambatan psikologis dapat mencakup perasaan tertekan, kecemasan, atau ketegangan emosional yang menghalangi kemampuan seseorang untuk berkomunikasi secara efektif. Jika anggota keluarga merasa cemas atau tertekan, mereka mungkin sulit untuk mendengarkan atau menyampaikan pesan dengan jelas, yang dapat menyebabkan kesalahpahaman dan konflik.
2. Perbedaan Persepsi Perbedaan persepsi dapat muncul ketika anggota keluarga melihat suatu situasi atau pesan dengan cara yang berbeda. Sebagai contoh, anak mungkin merasa bahwa orangtua terlalu mengontrol, sementara orangtua merasa bahwa mereka hanya bertujuan untuk melindungi anak mereka. Perbedaan persepsi ini dapat menyebabkan ketegangan dalam komunikasi.
3. Faktor Eksternal (Lingkungan dan Situasi) Faktor eksternal seperti kebisingan, gangguan dari luar rumah, atau situasi yang tidak mendukung dapat mengganggu komunikasi keluarga. Misalnya, saat keluarga sedang menghadapi masalah keuangan atau stres eksternal, komunikasi dalam keluarga bisa terhambat karena perhatian anggota keluarga teralihkan.

4. Kurangnya Waktu atau Kesempatan untuk Berbicara Kesibukan dalam kehidupan sehari-hari dapat mengurangi kesempatan untuk berkomunikasi dengan baik dalam keluarga. Anggota keluarga yang memiliki jadwal yang padat atau kurangnya waktu berkualitas bersama akan kesulitan untuk menjaga komunikasi yang efektif.
5. Pengaruh Teknologi Teknologi, meskipun dapat memfasilitasi komunikasi, juga dapat menghalangi interaksi tatap muka dalam keluarga. Penggunaan perangkat digital atau media sosial yang berlebihan dapat mengalihkan perhatian dan mengurangi waktu untuk komunikasi langsung antara anggota keluarga.

B. Perbedaan Generasi dan Nilai Sosial

Setiap generasi dibentuk oleh konteks sejarah dan sosial tertentu yang membentuk sistem nilai, gaya hidup, serta cara berkomunikasi. Generasi X (lahir 1965–1980) dikenal sebagai generasi yang mandiri dan cenderung konservatif dalam hal nilai keluarga. Mereka menghargai kerja keras, kedisiplinan, dan cenderung memiliki ekspektasi tinggi terhadap anak (Strauss & Howe, 1991). Sebaliknya, generasi Z (lahir 1997–2012) merupakan digital native yang sangat terbuka, ekspresif, dan memiliki nilai-nilai yang lebih individualistik dan inklusif (Twenge, 2017).

Perbedaan generasi ini dapat menimbulkan konflik nilai antara orangtua dan anak, terutama dalam hal cara pandang terhadap otoritas, kebebasan berekspresi, dan tujuan hidup. Anak dari generasi Z, misalnya, lebih mengharapkan keterlibatan emosional dan rasionalitas dalam relasi dengan orangtua, bukan sekadar kepatuhan terhadap aturan.

Penelitian oleh Garg (2023) membandingkan ketahanan, komunikasi interpersonal, dan nilai hidup antara Generasi X dan Generasi Z, menunjukkan perbedaan signifikan dalam cara kedua generasi berinteraksi dan mengatasi tantangan hidup.

C. Teori Perkembangan Psikososial

Teori perkembangan psikososial yang dikemukakan oleh Erik Erikson (1963) merupakan salah satu teori perkembangan kepribadian yang menekankan pentingnya interaksi sosial dan konteks budaya dalam membentuk identitas individu sepanjang rentang kehidupan. Erikson membagi perkembangan manusia ke dalam delapan tahap psikososial, di mana setiap tahap melibatkan konflik atau krisis perkembangan yang

harus diselesaikan oleh individu untuk mencapai pertumbuhan kepribadian yang sehat. Setiap tahap memberikan dasar bagi tahap berikutnya, sehingga keberhasilan atau kegagalan dalam menyelesaikan konflik akan memengaruhi perkembangan selanjutnya (Erikson, 1963; 1982).

Salah satu tahap yang krusial dalam konteks hubungan keluarga, khususnya antara orangtua dan anak, adalah tahap *identity vs role confusion* yang terjadi pada masa remaja (sekitar usia 12–18 tahun). Pada tahap ini, remaja sedang berada dalam proses eksplorasi diri dan pencarian identitas. Mereka berusaha menjawab pertanyaan mendasar tentang siapa diri mereka, apa nilai-nilai yang mereka yakini, dan apa peran mereka dalam masyarakat. Keberhasilan dalam tahap ini akan menghasilkan identitas diri yang kuat dan stabil, sedangkan kegagalan akan menimbulkan kebingungan peran, ketidakpastian arah hidup, dan potensi gangguan psikososial (Santrock, 2018; Papalia & Feldman, 2012).

Dalam tahap ini, keluarga—khususnya orangtua—memegang peran penting sebagai sumber dukungan emosional dan sosial. Remaja membutuhkan pengakuan, ruang eksplorasi, dan empati dari lingkungan terdekatnya, terutama keluarga, agar proses pencarian identitas dapat berjalan sehat. Namun, apabila orangtua gagal memahami kebutuhan perkembangan remaja, terutama dalam hal komunikasi dan otonomi, maka hubungan antara orangtua dan anak akan berisiko mengalami hambatan, seperti konflik, jarak emosional, dan keterasingan (Berk, 2013).

Dengan demikian, teori Erikson memberikan landasan penting dalam memahami pentingnya komunikasi keluarga yang sehat dalam mendukung tugas perkembangan remaja. Respons yang penuh empati, keterbukaan terhadap dialog, dan pemberian ruang eksplorasi menjadi elemen penting dalam menghindari konflik nilai dan memfasilitasi pembentukan identitas diri yang positif.

Delapan Tahap Perkembangan Psikososial Erikson:

Erikson (1963; 1982) menjelaskan bahwa perkembangan manusia terjadi melalui delapan tahap psikososial. Setiap tahap melibatkan krisis atau konflik yang harus diselesaikan agar individu dapat berkembang secara sehat. Kegagalan dalam menyelesaikan konflik akan menimbulkan kesulitan dalam tahap perkembangan selanjutnya.

1. Trust vs Mistrust (0–1 tahun)

Pada tahap ini, bayi belajar untuk mempercayai lingkungan sekitarnya, terutama pengasuh utama (biasanya ibu), melalui konsistensi dan kehangatan dalam merespons kebutuhan mereka. Jika kebutuhan akan makanan, kenyamanan, dan kasih sayang terpenuhi secara konsisten, maka bayi akan mengembangkan rasa percaya (trust). Sebaliknya, jika perawatan tidak konsisten atau diabaikan, maka bayi akan tumbuh dengan rasa tidak percaya (mistrust), yang dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk membangun hubungan di masa depan.

2. Autonomy vs Shame and Doubt (1–3 tahun)

Anak mulai mengembangkan kemandirian, misalnya melalui belajar berjalan, berbicara, dan memilih sendiri. Dukungan orang dewasa terhadap eksplorasi anak akan menumbuhkan rasa percaya diri dan otonomi. Namun, jika anak terlalu dikontrol atau dipermalukan atas upayanya untuk mandiri, ia dapat merasa ragu terhadap kemampuannya sendiri (shame and doubt).

3. Initiative vs Guilt (3–6 tahun)

Pada tahap ini, anak mulai menunjukkan inisiatif melalui permainan dan interaksi sosial. Jika inisiatif anak diterima dan diarahkan secara positif, mereka akan merasa bersemangat untuk menjelajah dan mencoba hal-hal baru. Namun, jika inisiatif anak sering dikritik atau ditekan, mereka dapat merasa bersalah dan ragu dalam bertindak atau mengambil keputusan.

4. Industry vs Inferiority (6–12 tahun)

Anak memasuki usia sekolah dan mulai mengembangkan keterampilan kognitif serta sosial. Mereka mulai belajar bahwa keberhasilan berasal dari usaha dan kerja keras. Jika mereka mendapatkan pengakuan atas prestasi mereka, akan tumbuh rasa industry (produktif dan percaya diri). Sebaliknya, jika mereka merasa gagal atau dibandingkan secara negatif, akan muncul rasa rendah diri (inferiority).

5. Identity vs Role Confusion (12–18 tahun)

Pada masa remaja, individu mulai membentuk identitas personal dan sosial. Mereka mengeksplorasi berbagai nilai, keyakinan, dan peran sosial untuk menjawab pertanyaan, “Siapa saya?” Dukungan dari lingkungan, terutama keluarga dan teman sebaya, sangat penting dalam membentuk identitas yang stabil. Tanpa bimbingan yang tepat, remaja

dapat mengalami kebingungan peran (role confusion) yang berdampak pada kesulitan mengambil keputusan, krisis jati diri, dan ketidakstabilan emosi.

6. Intimacy vs Isolation (Dewasa Awal)

Setelah identitas terbentuk, individu dewasa muda mulai mencari hubungan yang intim dan bermakna. Keberhasilan dalam membentuk hubungan yang sehat akan menghasilkan perasaan saling percaya dan keterikatan emosional (intimacy). Sebaliknya, kegagalan akan menimbulkan perasaan kesepian, keterasingan, dan isolasi sosial (isolation).

7. Generativity vs Stagnation (Dewasa Tengah)

Tahap ini berkaitan dengan kebutuhan untuk memberi kontribusi kepada generasi berikutnya, baik melalui pengasuhan anak, pekerjaan produktif, atau keterlibatan sosial. Individu yang berhasil akan merasa bahwa hidupnya bermakna dan berguna (generativity). Sebaliknya, mereka yang tidak menemukan tujuan hidup dapat mengalami stagnasi dan ketidakpuasan.

8. Integrity vs Despair (Usia Lanjut)

Pada tahap akhir kehidupan, individu meninjau kembali hidup mereka. Jika mereka merasa hidup penuh makna dan dapat menerima diri serta masa lalunya, akan muncul rasa integritas. Namun, jika dipenuhi penyesalan dan ketidakpuasan, akan timbul rasa putus asa (despair) dan takut menghadapi kematian.

D. Budaya Batak Karo dan Relasi Keluarga

Budaya Batak Karo merupakan salah satu sistem budaya etnis di Indonesia yang memiliki struktur sosial yang kuat dan nilai-nilai kolektivistik yang berakar pada penghormatan terhadap hierarki keluarga. Keluarga dalam masyarakat Karo tidak hanya mencakup relasi inti (orangtua dan anak), tetapi juga mencakup hubungan luas antar *kalimbubu* (pemberi perempuan), *anak beru* (penerima perempuan), dan *senina* (saudara sedarah), yang semuanya diatur dalam sistem kekerabatan adat yang kompleks (Sinulingga, 2012).

Dalam struktur ini, prinsip *mehamat* (menghormati) dan patuh atau tunduk menjadi nilai sentral yang membentuk interaksi antaranggota keluarga. Orangtua, khususnya ayah dan pihak keluarga dari jalur patriarkal, dipandang sebagai figur otoritatif yang memiliki wewenang dalam mengambil keputusan keluarga, termasuk

dalam hal pengasuhan anak. Pola komunikasi yang berkembang cenderung top-down, yang mencerminkan gaya pengasuhan otoriter yang memprioritaskan kepatuhan terhadap nilai, adat, dan norma sosial (Tarigan, 2015).

Namun, dalam konteks perkembangan psikososial anak dan remaja sebagaimana dikemukakan oleh Erikson (1963), kebutuhan individu akan dukungan emosional, pengakuan identitas, serta ruang eksplorasi menjadi krusial, khususnya pada tahap *identity vs role confusion*. Ketika pola pengasuhan terlalu menekankan kepatuhan dan menutup ruang dialog, anak dapat mengalami hambatan dalam pembentukan identitas yang sehat, serta berisiko mengalami konflik nilai dan alienasi dalam keluarga.

Untuk menjembatani perbedaan ini, pendekatan psikologi keluarga berbasis budaya (culturally informed family psychology) dapat diterapkan. Falicov (2005) menekankan bahwa pengembangan relasi keluarga yang sehat perlu memperhatikan latar budaya dan nilai-nilai kolektif komunitas, namun tanpa mengabaikan kebutuhan perkembangan individu. Dalam konteks Karo, hal ini berarti orangtua tetap dapat mempertahankan nilai-nilai luhur seperti penghormatan dan tanggung jawab keluarga, namun dengan pendekatan yang lebih komunikatif, empatik, dan suportif terhadap kebutuhan psikososial anak-anak mereka.

Dengan kata lain, integrasi antara kearifan lokal budaya Karo dan pendekatan psikologi modern akan membuka ruang bagi pembentukan relasi keluarga yang harmonis, adaptif, dan relevan dengan dinamika sosial masa kini.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk seminar yang dirancang secara variatif guna memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna bagi para peserta. Pelaksanaan seminar tidak hanya berfokus pada penyampaian materi secara satu arah, melainkan dikombinasikan dengan berbagai pendekatan partisipatif seperti metode ceramah interaktif, diskusi kelompok kecil, dan analisis studi kasus yang berkaitan langsung dengan tema seminar. Pendekatan ini bertujuan untuk mendorong keterlibatan aktif peserta dalam memahami secara lebih mendalam isu-isu yang diangkat.

Adapun topik yang dibahas dalam seminar mencakup sejumlah aspek penting dalam dinamika psikologi individu dan keluarga, antara lain konsep dasar komunikasi

yang efektif, pemahaman terhadap persepsi dalam interaksi sosial, proses pengenalan diri sebagai landasan pengembangan pribadi, tahap-tahap perkembangan manusia dari masa kanak-kanak hingga dewasa, serta karakteristik khas baik pada anak maupun orangtua dalam konteks relasi keluarga. Materi disampaikan dengan pendekatan aplikatif agar peserta dapat mengaitkan konsep-konsep tersebut dengan pengalaman dan situasi yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam lingkungan keluarga dan komunitas gereja.

Seminar ini diselenggarakan secara interaktif, di mana narasumber tidak hanya menyampaikan materi secara pasif, tetapi juga secara aktif melibatkan para peserta dalam berbagai sesi tanya jawab, refleksi pengalaman, dan simulasi kasus. Tujuannya adalah agar peserta tidak hanya menjadi pendengar, tetapi juga turut berkontribusi dalam dinamika pembelajaran yang terjadi selama kegiatan berlangsung.

Pelaksanaan kegiatan berlangsung pada hari Minggu, tanggal 20 April 2025, bertempat di Gereja Batak Karo Protestan (GBKP) Runggun Sikeben, yang terletak di wilayah Tanah Karo. Seminar dimulai pada pukul 09.30 WIB dan berakhir sekitar pukul 12.00 WIB, dengan dihadiri oleh sejumlah jemaat serta perwakilan pelayanan gereja yang antusias mengikuti setiap sesi yang berlangsung.

Proses persiapan kegiatan ini memakan waktu kurang lebih satu bulan, diawali dari diterimanya permintaan resmi dari pihak gereja yang mengundang narasumber untuk berpartisipasi sebagai pembicara dalam seminar tersebut. Permintaan tersebut ditujukan kepada Pendeta GBKP Runggun Sikeben dan kemudian diteruskan secara administratif ke pihak fakultas. Selanjutnya, surat permohonan ditindaklanjuti oleh Dekan dengan menyampaikan dokumen tersebut kepada Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) sebagai lembaga yang berwenang dalam mengelola kegiatan tridharma perguruan tinggi. Berdasarkan surat tersebut, LPPM menerbitkan surat tugas resmi untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, sebagai bentuk legitimasi dan dukungan institusi terhadap kegiatan yang dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Seminar bertema "*Membangun Relasi Sehat Orang Tua & Anak*" memberikan ruang refleksi mendalam bagi peserta mengenai dinamika hubungan dalam keluarga, khususnya antara orang tua dan anak. Materi yang disampaikan bersifat aplikatif,

berbasis psikologi perkembangan dan komunikasi, serta dilengkapi contoh konkret yang relevan dengan realitas keluarga masa kini. Berikut ini adalah pembahasan rinci berdasarkan empat pilar utama yang menjadi benang merah seminar.

1. Fenomena Relasi Orang Tua dan Anak Saat Ini

Dalam sesi awal, peserta diajak merefleksikan bagaimana hubungan mereka dengan anak atau orang tua masing-masing. Diskusi dibuka dengan penggambaran dua sisi persepsi yang seringkali berbeda: bagaimana anak melihat orang tua, dan sebaliknya. Anak seringkali menggambarkan orang tua sebagai sosok yang terlalu protektif, tidak memahami mereka, bahkan cenderung paranoid. Ini muncul dari kekhawatiran orang tua yang terlalu besar terhadap masa depan anak, sehingga mereka merasa perlu mengontrol segala aspek kehidupan anak, mulai dari pertemanan, pilihan pendidikan, hingga hobi.

Sementara itu, dari sisi orang tua, anak digambarkan sebagai pribadi yang membangkang, tidak mendengarkan, dan terlalu bebas. Ketidaksesuaian persepsi ini memunculkan berbagai bentuk konflik, seperti adu argumen, kesalahpahaman, serta perbedaan harapan yang tidak tersampaikan. Dalam diskusi kelompok, peserta mengakui bahwa konflik dalam keluarga seringkali muncul bukan karena niat buruk, melainkan karena perbedaan cara pandang dan komunikasi yang tidak selaras.

Fenomena ini mengindikasikan bahwa relasi antara orang tua dan anak sangat dipengaruhi oleh kemampuan kedua belah pihak dalam mengekspresikan harapan, menerima perbedaan, dan memahami sudut pandang masing-masing. Ketika keinginan anak ditolak tanpa pemahaman, atau orang tua merasa diabaikan oleh anak yang tumbuh dalam zaman yang berbeda, maka ketegangan akan semakin meningkat. Hal ini menjadi akar dari relasi yang tidak harmonis, yang jika dibiarkan, dapat menurunkan kualitas hubungan jangka panjang dalam keluarga.

2. Pentingnya Komunikasi Dua Arah

Bagian ini menjadi inti pembelajaran dalam seminar. Komunikasi dua arah tidak hanya sekadar berbicara dan mendengarkan, melainkan juga menyangkut kemampuan untuk memahami konteks emosional, nilai, dan pengalaman hidup pihak lain. Peserta diberikan pemahaman bahwa komunikasi yang sehat adalah komunikasi yang responsif dan bukan reaktif. Artinya, dalam menghadapi perbedaan, orang tua tidak langsung bereaksi

dengan amarah atau penolakan, tetapi mencoba memahami pesan emosional di balik kata-kata anak.

Dalam praktiknya, komunikasi dua arah menuntut adanya:

- Empati, yaitu kesediaan untuk menempatkan diri pada posisi anak/orang tua,
- Validasi emosi, dengan memberikan pengakuan bahwa perasaan yang dirasakan pihak lain itu valid,
- Refleksi, untuk mengenali bagaimana respons atau kata-kata kita mempengaruhi perasaan pihak lain.

Peserta diajak mengingat kembali betapa sering mereka mengabaikan cerita anak, memberikan nasihat tanpa diminta, atau justru menyalahkan anak karena merasa tersindir, padahal bisa jadi anak hanya ingin didengar. Di sisi lain, anak juga diajak memahami bahwa orang tua tidak selalu memiliki kapasitas komunikasi yang baik karena pengalaman masa lalu, pola asuh sebelumnya, atau nilai-nilai yang mereka bawa sejak kecil.

Dengan komunikasi dua arah, terjadi proses penyesuaian dua persepsi yang berbeda. Salah satu konsep penting yang ditekankan adalah "samakan persepsi sebelum menyamakan keputusan". Bila persepsi yang mendasari sebuah harapan atau larangan tidak diklarifikasi terlebih dahulu, maka keputusan yang diambil akan terus menuai perlawanan.

3. Memahami Tahapan Perkembangan Anak

Dalam bagian ini, seminar memberikan wawasan penting bahwa setiap tahap kehidupan anak membawa kebutuhan emosional dan psikologis yang berbeda. Ketidaktahuan terhadap hal ini dapat menyebabkan kesalahan dalam pola asuh dan komunikasi. Oleh karena itu, orang tua perlu membekali diri dengan pemahaman dasar tentang tahapan perkembangan manusia.

a. Usia Dini dan Prasekolah

Anak pada fase ini sedang dalam proses mengenal diri, mengembangkan motorik, dan belajar mengelola emosi. Di tahap ini, anak membutuhkan banyak sentuhan fisik, perhatian emosional, dan pendampingan yang konsisten. Salah satu isu yang banyak muncul adalah sibling rivalry atau kecemburuan antar saudara, yang bila tidak dikelola dengan bijak akan memicu kecemasan dan persaingan tidak sehat.

b. Masa Pubertas dan Remaja

Ini adalah fase di mana anak mulai mencari jati diri dan ingin mengambil keputusan sendiri. Orang tua seringkali gagal memahami bahwa keinginan anak untuk berbeda atau mengeksplorasi hal-hal baru bukan bentuk perlawanan, tetapi bentuk perkembangan alami. Pada fase ini, remaja membutuhkan kepercayaan, ruang privasi, serta orang tua yang bersedia menjadi pendengar tanpa menghakimi.

c. Pra-Nikah dan Menikah

Ketika anak mulai merencanakan masa depan, termasuk pernikahan, dukungan orang tua menjadi sangat penting. Namun seringkali, justru pada masa ini terjadi penolakan secara emosional dari orang tua yang belum siap melepaskan peran kontrol mereka. Anak dewasa membutuhkan orang tua sebagai mitra diskusi, bukan sebagai pengendali hidup mereka.

Peserta seminar menyadari bahwa salah satu penyebab utama ketegangan dalam relasi keluarga adalah ketidaksiapan orang tua dalam mengubah peran mereka sesuai fase kehidupan anak. Ketika anak masih diperlakukan sebagai anak kecil di usia dewasa, konflik akan sulit dihindari.

4. Peran Orang Tua sebagai Sahabat Anak

Dalam bagian penutup seminar, disampaikan bahwa menjadi orang tua bukan sekadar menjalankan fungsi pengasuhan, tetapi juga membangun koneksi emosional yang aman dan menyenangkan. Ini hanya bisa tercapai bila orang tua mampu berperan sebagai sahabat yang hadir, terbuka, dan empatik.

Beberapa sikap yang dapat membantu orang tua menjalankan peran ini adalah:

- Menghargai usaha anak, bukan hanya fokus pada hasil,
- Berani meminta maaf, karena anak juga perlu melihat bahwa orang dewasa bisa mengakui kesalahan,
- Hadir secara utuh ketika anak bercerita, tanpa menginterupsi dengan nasihat atau koreksi,
- Memberi ruang privasi, dengan tetap menjaga komunikasi terbuka,
- Melibatkan anak dalam keputusan keluarga, agar anak merasa dihargai.

Hal ini sangat penting karena dalam banyak kasus, anak yang merasa diterima dan dihargai cenderung lebih terbuka dalam menyampaikan perasaan dan masalah yang dihadapi, bahkan saat mereka menghadapi tekanan dari luar.

Peserta seminar menilai bahwa pendekatan menjadi sahabat anak adalah pendekatan yang realistis dan sangat relevan. Banyak yang mengakui bahwa mereka seringkali terlalu sibuk atau terlalu kaku dalam berinteraksi dengan anak, sehingga hubungan yang hangat dan penuh keterbukaan sulit tercipta. Dengan panduan yang diberikan, mereka merasa lebih siap untuk memulai pola interaksi yang baru dan lebih sehat.

KESIMPULAN

Seminar ini menunjukkan bahwa komunikasi efektif antara orang tua dan anak bukan hanya soal keterampilan berbicara, tetapi juga keterbukaan hati, empati, dan pemahaman terhadap tahapan perkembangan manusia. Konflik yang sering terjadi sebenarnya bisa diminimalisir jika kedua belah pihak mampu saling memahami dan menyelaraskan harapan. Dengan menjadi sahabat bagi anak, orang tua dapat menciptakan lingkungan yang aman secara emosional, yang pada akhirnya berdampak positif pada tumbuh kembang anak.

Seminar ini berhasil membuka wawasan peserta dan memberikan bekal praktis dalam membangun relasi keluarga yang lebih harmonis. Peserta diharapkan dapat menerapkan prinsip-prinsip yang telah dibagikan dalam kehidupan sehari-hari, serta membagikannya kepada komunitas sekitar sebagai bagian dari gerakan membangun keluarga sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Berk, L. E. (2013). *Development Through the Lifespan* (6th ed.). Pearson.
- Devito, J. A. (2011). *The Interpersonal Communication Book*. Pearson Higher Ed.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1982). *The Life Cycle Completed*. New York: Norton.
- Falicov, C. J. (2005). *Family Transitions: Continuity and Change Over the Life Cycle*. Guilford Press.
- Falicov, C. J. (2005). *Cultural Perspectives in Family Therapy*. In M. Harway (Ed.), *Handbook of Couples Therapy*. John Wiley & Sons.
- Garg, R. (2023). *Generational Contrasts: A Comparative Analysis of Resilience, Interpersonal Communication, and Life Values in Gen X and Gen Z*. ResearchGate.
- Gong, W., Jiang, L. C., Guo, Q., & Shen, F. (2023). The role of family communication patterns in intergenerational COVID-19 discussions and preventive behaviors: A social cognitive approach. *BMC Psychology*, 11, 290.
- Hwang, W. (2024). Transition Patterns of Intergenerational Solidarity and Digital Communication During and After the COVID-19 Pandemic in South Korea: Association with Older Parents' Cognitive Decline. *Applied Research in Quality of Life*, 19, 1271–1291.

-
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2012). *Human Development* (12th ed.). McGraw-Hill Education.
- Santrock, J. W. (2018). *Adolescence* (16th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sinulingga, S. (2012). *Struktur Kekerabatan dan Identitas Budaya Batak Karo*. Jakarta: Puslitbang Kebudayaan.
- Strauss, W., & Howe, N. (1991). *Generations: The History of America's Future, 1584 to 2069*. William Morrow.
- Tarigan, M. (2015). *Budaya Batak Karo: Suatu Kajian Etnografi*. Universitas Sumatera Utara.
- Tarigan, M. (2015). *Nilai-nilai Budaya Karo dalam Masyarakat Modern*. Medan: Yayasan Pustaka Karo.
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood*. Atria Books.