

Dinamika Pola Asuh Ambivalen dan Strategi Resolusi Konflik Emosional pada Remaja: Studi Kasus Dua Pendekatan Intervensi

Krisnia Nanda Immaniar¹, Ani Qotuz Zuhro² Fitriana², Risna Masruroh^{3*}

^{1,2,3}Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

¹krisnia32@gmail.com, ²aniqotuz2402@gmail.com,

³masruohrisna@gmail.com

Abstrak

Keluarga merupakan lingkungan utama dalam pembentukan karakter dan regulasi emosi anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi strategi penyelesaian konflik emosional pada remaja yang tumbuh dalam keluarga dengan pola asuh ambivalen, yaitu kombinasi antara gaya otoriter dari ayah dan responsif dari ibu. Menggunakan pendekatan kualitatif jenis studi kasus, penelitian ini melibatkan dua informan remaja berusia 17 dan 18 tahun yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif, kemudian dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidakkonsistenan pola asuh menciptakan kebingungan emosional pada anak, yang kemudian direspons dengan dua pendekatan berbeda: strategi resolusi konflik berbasis keluarga dan pendekatan individual. Remaja dengan dukungan keluarga menunjukkan peningkatan komunikasi emosional dan stabilitas psikologis, sedangkan remaja yang menempuh pendekatan individual menyalurkan emosi melalui aktivitas ekspresif seperti seni. Temuan ini menekankan pentingnya pendekatan penanganan konflik yang kontekstual dan fleksibel, serta perlunya sinergi antara keluarga, konselor, dan lingkungan pendukung dalam membangun ketahanan emosi remaja.

Kata Kunci : pola asuh ambivalen, konflik emosional, remaja, strategi penyelesaian, keluarga.

Abstract

The family serves as the primary environment in shaping a child's character and emotional regulation. This study aims to explore conflict resolution strategies in adolescents raised in families with ambivalent parenting patterns—a combination of authoritarian fathers and responsive mothers. Using a qualitative case study approach, the research involved two adolescent informants aged 17 and 18, selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews and participatory observations, and analyzed using Miles and Huberman's interactive model. The findings reveal that inconsistency in parenting styles leads to emotional confusion in children, which is addressed through two distinct strategies: family-based conflict resolution and individual coping approaches. Adolescents supported by family involvement showed improved emotional communication and psychological stability, while those adopting individual strategies expressed their emotions through artistic activities. These findings highlight the importance of contextual and flexible conflict resolution strategies, and underscore the need for collaboration between families, counselors, and supportive environments in fostering adolescent emotional resilience.

Keywords: ambivalent parenting, emotional conflict, adolescence, conflict resolution strategies, family.

1. PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan karakter dan keseimbangan emosi anak. Dalam tahap awal kehidupan, anak memperoleh pengalaman pertama dalam membentuk konsep diri, mengelola emosi, dan membangun relasi sosial melalui interaksi di lingkungan keluarga (Fauziah & Puspitasari, 2021). Salah satu elemen kunci dalam dinamika ini adalah pola asuh yang diterapkan oleh orang tua. Pola asuh bukan sekadar metode dalam mendisiplinkan anak, tetapi juga mencerminkan pola komunikasi, pemberian kasih sayang, serta pemberian batasan yang konsisten dan adaptif (Fitriani, 2020).

Dalam realitas sosial, terutama dalam masyarakat patriarkal seperti Indonesia, sering ditemukan pola asuh ambivalen dalam keluarga, yakni perpaduan antara pendekatan otoriter dari ayah dan pendekatan responsif dari ibu. Ayah cenderung bersikap keras, menuntut kepatuhan, dan kurang ekspresif secara emosional, sedangkan ibu lebih hangat, komunikatif, dan empatik. Fenomena ini memunculkan tantangan psikologis bagi anak, karena mereka harus menavigasi ekspektasi emosional yang kontradiktif dari kedua figur utama dalam keluarga (Nurhikmah & Hasanah, 2023).

Ketidakkonsistenan dalam pola pengasuhan ini dapat menciptakan konflik emosional pada anak, terutama saat memasuki usia remaja, yang merupakan fase kritis dalam pembentukan identitas diri. Tanpa dukungan regulasi emosi yang memadai, remaja rentan terhadap tekanan psikologis seperti kecemasan, kebingungan identitas, bahkan gangguan perilaku (Pratama & Lestari, 2022). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa ketidaksesuaian pola asuh dapat menurunkan kemampuan remaja dalam menyelesaikan konflik interpersonal dan mengekspresikan emosi secara sehat (Safitri, 2021).

Penelitian ini berangkat dari dua studi kasus remaja yang tumbuh dalam keluarga dengan pola asuh kombinitif sebagaimana digambarkan di atas. Meskipun kedua subjek memiliki latar belakang keluarga serupa, respons emosional mereka dalam menghadapi konflik berbeda secara signifikan. Perbedaan ini menarik untuk ditelaah lebih lanjut guna memahami bagaimana strategi penanganan konflik yang diterapkan dalam keluarga dapat memengaruhi stabilitas psikologis dan perkembangan emosional remaja.

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi secara mendalam strategi resolusi konflik emosional yang terbentuk dalam lingkungan keluarga dengan pola asuh otoriter-responsif, serta memahami pengaruhnya terhadap perkembangan psikologis anak. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dalam pengembangan layanan konseling keluarga dan edukasi pola asuh yang adaptif, kontekstual, dan berpihak pada kesehatan mental anak.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian survei untuk meneliti. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus, serta bersifat deskriptif eksploratif. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk menggali pengalaman emosional dan strategi penyelesaian konflik yang bersifat subjektif dan kontekstual pada masing-masing individu. Fokus penelitian adalah dua remaja yang tumbuh dalam lingkungan keluarga dengan pola asuh kombinitif ayah yang otoriter dan ibu yang responsif. Informan dalam penelitian ini berjumlah dua orang remaja, masing-masing berusia 17 dan 18 tahun. Keduanya dipilih melalui teknik purposive sampling, dengan kriteria: (1) berasal dari keluarga dengan dinamika pola asuh otoriter-responsif, (2) pernah mengalami konflik emosional dalam hubungan keluarga, dan (3) bersedia untuk diwawancarai secara mendalam. Penelitian dilakukan selama dua minggu, dengan lokasi pengumpulan data berada di lingkungan tempat tinggal informan yang bersifat privat dan nyaman untuk menjaga kenyamanan saat wawancara berlangsung.

Pengumpulan data dilakukan melalui dua teknik utama: wawancara mendalam (in-depth interview) yang berlangsung sebanyak 3 sesi untuk masing-masing informan, serta observasi partisipatif terhadap ekspresi verbal dan non-verbal selama proses wawancara berlangsung. Selain itu, peneliti juga mencatat dinamika narasi yang muncul, ekspresi afektif, serta tema-tema yang konsisten atau kontradiktif antara pengalaman subjektif dan konteks keluarga.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan model interaktif dari Miles dan Huberman (2014), yang meliputi tiga tahap:

1. Reduksi data, yaitu proses memilah, menyederhanakan, dan memfokuskan data mentah menjadi unit-unit makna yang relevan.
2. Penyajian data, yaitu menyusun informasi dalam bentuk naratif tematik sehingga memudahkan penarikan makna.

3. Verifikasi atau penarikan kesimpulan, yakni mengkaji keterkaitan antar tema dan memastikan konsistensi pola untuk merumuskan simpulan interpretatif.

Untuk menjaga keabsahan data, digunakan teknik triangulasi sumber (data dari wawancara dan observasi dibandingkan), serta member check kepada informan guna memastikan keakuratan pemaknaan terhadap pengalaman mereka. Proses ini juga dibantu oleh diskusi dengan rekan sejawat untuk meningkatkan validitas temuan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pola Asuh Ambivalen dalam Keluarga: Fondasi Konflik Emosional Remaja

Pola asuh orang tua merupakan fondasi utama dalam pembentukan kepribadian dan perkembangan emosi anak. Dalam studi ini, dua anak dari keluarga berbeda mengalami pola asuh serupa, yaitu ayah yang bersikap keras dan otoriter serta ibu yang menunjukkan pola asuh penuh kasih dan responsif. Meskipun struktur peran dalam keluarga kedua anak tersebut menunjukkan kemiripan, perbedaan signifikan tampak pada respons emosional dan strategi penanganan konflik yang digunakan. Perbedaan tersebut membuka ruang untuk mengkaji lebih dalam hubungan antara pendekatan penanganan konflik dan pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis anak. Menurut Baumrind (1967), pola asuh otoriter ditandai oleh kontrol yang tinggi dari orang tua dan rendahnya komunikasi dua arah. Orang tua dengan tipe ini cenderung menuntut kepatuhan mutlak dan memberikan hukuman bila anak tidak memenuhi ekspektasi. Sebaliknya, pola asuh responsif atau authoritative lebih menekankan pada dialog, dukungan emosional, dan penerimaan terhadap kebutuhan individu anak (Baumrind, 1991). Ketika dua gaya ini hadir secara bersamaan dalam satu lingkungan keluarga, anak akan mengalami ketidakkonsistenan dalam penerimaan norma dan ekspresi emosi, yang dapat berujung pada konflik internal.

“Kalau sama ayah harus diam, harus cepat ngerti. Tapi ibu kadang malah terlalu lembek. Jadi aku bingung harus jadi anak yang kayak gimana.” (Informan B)

Ketegangan emosional ini memunculkan tantangan bagi anak untuk menemukan jati diri dan strategi penyesuaian yang tepat. Kondisi ini menunjukkan bahwa ketika remaja tidak menemukan konsistensi pola asuh, terutama dalam penerimaan emosional, mereka akan mencari strategi coping masing-masing. Dalam satu kasus, keluarga mampu bertransformasi menjadi sistem yang suportif. Dalam kasus lain, anak justru menjauh secara emosional dan membangun pelampiasan personal di luar sistem keluarga.

Strategi Penyelesaian Konflik Emosional: Pendekatan Keluarga vs Individu

Dalam kasus anak pertama, pola penyelesaian konflik dilakukan melalui komunikasi terbuka antara anak dan kedua orang tua. Pendekatan ini diperkuat dengan adanya terapi keluarga yang melibatkan seluruh anggota rumah tangga dalam sesi konseling. Menurut Minuchin (1974), terapi keluarga struktural dapat membantu mengorganisasi kembali sistem keluarga yang disfungsi dengan menekankan peran, batasan, dan pola interaksi antar anggota keluarga. Komunikasi terbuka juga didukung oleh pendekatan humanistik dari Carl Rogers, yang menekankan pentingnya empati, penghargaan positif tanpa syarat, dan keaslian dalam relasi interpersonal.

“Dulu aku susah ngomong sama ayah, tapi waktu kita mulai terapi, semuanya jadi lebih pelan-pelan bisa dibicarakan.” (Informan A)

Melalui komunikasi terbuka, anak pertama merasa dihargai dan dimengerti, yang pada akhirnya memperkuat stabilitas emosionalnya. Hal ini menunjukkan bahwa proses pemulihan emosional anak tidak hanya bergantung pada pendekatan individu, tetapi juga dipengaruhi oleh kesediaan sistem keluarga untuk berubah.

Berbeda halnya dengan anak kedua, strategi penanganan konflik tidak melibatkan pihak keluarga secara langsung, melainkan lebih menekankan pada penanganan individu. Anak ini mendapatkan pendampingan psikologis secara personal serta menyalurkan emosinya melalui kegiatan seni seperti

melukis dan bermain musik. Ekspresi seni, sebagaimana dijelaskan oleh Kramer (1971), dapat menjadi kanal terapeutik yang efektif bagi individu untuk mengatasi trauma dan tekanan batin. Dalam pendekatan psikoterapi ekspresif, seni dipandang sebagai cara simbolik untuk mengekspresikan emosi yang sulit diungkapkan secara verbal. Pendekatan ini juga selaras dengan prinsip terapi eksistensial yang menekankan pentingnya pencarian makna dan keaslian diri.

Perbandingan Struktur Intervensi dan Implikasi Psikososial

Perbedaan signifikan antara dua pendekatan tersebut terletak pada struktur intervensinya. Pendekatan keluarga seperti pada anak pertama menekankan pada transformasi sistem dalam keluarga, membangun ulang pola komunikasi yang sehat, dan memperbaiki relasi antaranggota. Sementara itu, pendekatan individual lebih fokus pada pemulihan pribadi, mendorong anak untuk mengenali dan menerima emosinya secara mandiri. Menurut Corey (2013), kedua pendekatan ini memiliki kelebihan masing-masing dan perlu disesuaikan dengan konteks psikososial klien. Dalam kasus anak pertama, keterlibatan keluarga menjadi kunci keberhasilan karena memungkinkan adanya dukungan sistemik yang berkelanjutan. Sedangkan pada anak kedua, pendekatan individual memungkinkan anak untuk berkembang dalam ruang pribadi yang aman dan bebas tekanan. Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa dalam penanganan konflik emosional pada anak, pendekatan yang kontekstual dan fleksibel menjadi hal yang sangat penting. Konselor keluarga harus mampu mengidentifikasi sumber konflik, memahami dinamika keluarga, dan memilih pendekatan yang paling sesuai dengan kebutuhan klien. Selain itu, penting pula untuk membangun kolaborasi antara konselor, orang tua, dan bila perlu institusi pendidikan, guna menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan emosi anak.

Penelitian ini memperkuat pandangan bahwa tidak ada satu pendekatan tunggal yang efektif untuk semua kasus, melainkan diperlukan sintesis strategi berdasarkan kompleksitas dan dinamika individual masing-masing anak.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pola asuh kombinitif di mana ayah bersikap otoriter dan ibu menunjukkan responsivitas emosional dapat menciptakan ketegangan emosional dalam diri remaja. Ketidaksinkronan afeksi dan pendekatan dalam pengasuhan berpengaruh terhadap bagaimana anak membentuk strategi penyelesaian konflik dan membangun regulasi emosi. Hasil studi kasus terhadap dua remaja dengan latar belakang keluarga serupa mengungkapkan respons yang berbeda. Partisipan pertama berhasil mengembangkan kemampuan komunikasi emosional yang lebih sehat berkat keterlibatan keluarga dalam sesi terapi dan komunikasi terbuka.

Sementara partisipan kedua menunjukkan kecenderungan menutup diri secara emosional dan menyalurkan tekanan batin melalui media seni. Perbedaan ini memperlihatkan bahwa konteks, dukungan sistemik, dan pengalaman afektif dalam keluarga sangat menentukan arah perkembangan psikologis remaja. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi yang kontekstual dan fleksibel dalam menangani konflik emosional pada remaja. Tidak ada satu pendekatan yang berlaku universal.

Pendekatan kolektif berbasis keluarga maupun pendekatan individual melalui konseling personal dan ekspresi seni sama-sama memiliki potensi, tergantung pada karakteristik dan kebutuhan psikososial masing-masing individu. Oleh karena itu, konselor, pendidik, dan orang tua perlu membangun sinergi yang peka terhadap dinamika relasi dalam keluarga, agar remaja memiliki ruang yang aman untuk tumbuh secara emosional.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, A., Khadijah, K., Azrina, N., Suhailah, N., & Zahra, R. A. (2024). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini. *Jurnal Humaniora dan Sosial Sains*, 1(2), 139-143.
- Anisa, A., Risna, I., & Laili, M. M. (2024). Analisis pola asuh otoriter terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini di PAUD BKB KEMAS Pancasona Desa Ukirsari. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, 11(1), 1-10
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (9th ed.). Brooks/Cole.
- Putri, S., & Hadi, R. (2024). Studi kasus konseling pastoral dalam menangani pola asuh helikopter. ResearchGate
- Rahman, A. (2023). Intervensi konseling dalam mencegah perilaku beresiko pada remaja. *Jurnal Konseling Indonesia*, 8(1), 12-22
- Sari, M. (2024). Eksplorasi penerapan terapi keluarga struktural. *International Journal of Education and Humanities*, 5(2), 87-96.
- Ulfa, R. (2022). *Konseling keluarga dalam meningkatkan pola asuh*. UIN Sunan Ampel Repository.
- Yunita, L. (2023). Perkembangan emosional remaja broken home. *PESHUM: Jurnal Pendidikan dan Humaniora*, 9(2), 55-63.