Sinergi : Jurnal Ilmiah Multidisiplin
E-ISSN : 3109-0559
Volume 2 Nomor 11 Tahun 2026
Copyright © 2026 The Author(s)
https://publikasi.ahlalkamal.com/index.php/sinergi



Fenomena Anak yang Enggan Bercerita kepada Orang Tua: Analisis Komunikasi dalam Keluarga Muslim

Aliya Nur Fazila[1], Azkia Bunga Salsabila[2], Nabilla Arwani Achda[3], Rahmah Azhara Hidayat[4], Septi Hariyani[5], Ere Mardella Arbiani[6]
[1,2,3,4,5,6] Institut Agama Islam Imam Syafi'i Indonesia, Indonesia
Email : aliyanurfazila@gmail.com, azkiabungasalsa@gmail.com, Nabillabintihadi@gmail.com, rahmahazhra6@gmail.com, septihariani0905@gmail.com, eremardellaarbiani@gmail.com

Abstrak

Fenomena anak yang enggan bercerita kepada orang tua merupakan masalah dalam komunikasi keluarga. Hal ini memengaruhi kedekatan emosional, kepercayaan, dan kemampuan anak untuk mendapatkan dukungan ketika menghadapi masalah. Anak yang tidak mau bercerita bukan berarti tidak memiliki masalah, tetapi mereka mungkin merasa takut dihakimi, kekhawatiran dimarahi, kurang mendapatkan privasi, pernah mengalami komunikasi yang tidak menyenangkan, atau jarang memiliki kesempatan untuk bercerita. Artikel ini bertujuan menganalisis faktor-faktor yang menyebabkan anak, khususnya pada masa remaja, enggan mengungkapkan pengalaman dan perasaannya kepada orang tua serta menjelaskan cara membangun komunikasi terbuka dalam keluarga Muslim. Penelitian menggunakan metode kualitatif malalui studi kepustakaan dengan mengkaji berbagai artikel ilmiah tentang keterbukaan diri remaja, kemampuan orang tua dalam mendengarkan, dan komunikasi keluarga dalam perspektif Islam. Data dianalisis secara deskriptif-analitis melalui pengelompokan tema dan penafsiran terhadap sumber yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa keterbukaan anak dipengaruhi oleh kualitas relasi, rasa aman secara emosional, sikap mendengarkan, penghargaan terhadap privasi, dan respons orang tua ketika anak menyampaikan masalah. Nilai komunikasi dalam QS. Luqman ayat 13–19, seperti kasih sayang, nasihat yang baik, dan dialog, dapat menjadi dasar untuk membangun hubungan yang lebih terbuka. Artikel ini menyimpulkan bahwa orang tua perlu mendengarkan anak dengan penuh perhatian dan tidak langsung menghakimi agar anak merasa dihargai serta dapat menjadikan keluarga sebagai tempat yang aman bagi anak untuk berbagi cerita, menyampaikan peraasaan, dan memperoleh dukungan.

Kata kunci: anak; keterbukaan diri; komunikasi keluarga; orang tua; keluarga Muslim.

Abstract

The phenomenon of children being reluctant to share their stories with their parents is a problem in family communication. This affects emotional closeness, trust, and children's ability to receive support when facing problems. Children who do not want to share their stories do not necessarily have no problems. They may feel afraid of being judged, worried about being scolded, lacking, privacy, having experienced unpleasant communication, or rarely having the opportunity to talk. This article aims to analyze the factors that cause children, especially adolescents, to be reluctant to share their experiences and feelings with their parents, as well as to explain how to build open communication within Muslim families. This study uses a qualitative method through a literature review by examining various scientific aerticles on adolescent self-disclosure, parental listening skills, and family communication

from an Islamic perspective. The data are analyzed descriptively and anlytically by grouping themes and interpreting relevant sources. The findings show that children's openness is influenced safety, listening attitudes, respect for privacy, and parents' responses when children share their problems. Communication values in QS. Luqman verses 13-19, such as love, good advice and dialogue, can serve as a foundation for building more open relationships. This article concludes that parents need to listen to their children attentively and avoid judging them immediately so that children feel valued and can view their family as a safe place to share, stories, express feelings, and receive support.

Keywords: Children; self-disclosure ; family communication; parents; Muslim family

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan lingkungan pertama bagi anak untuk belajar berkomunikasi, mengenali perasaan, membangun kepercayaan, dan memahami hubungan sosial. Di dalam keluarga, orang tua tidak hanya bertanggung jawab memenuhi kebutuhan fisik dan pendidikan anak, tetapi juga memberikan dukungan emosional ketika anak menghadapi masalah. Komunikasi yang terbuka memungkinkan anak dapat membantu anak menyampaikan pengalaman, pendapat, dan perasaannya tanpa merasa takut. Sebaliknya, komunikasi yang terlalu banyak perintah, kritik, atau penilaian dapat membuat anak memilih diam dan menyimpan masalahnya sendiri.

Fenomena anak yang enggan bercerita kepada orang tua dapat ditemukan dalam berbagai situasi, terutama ketika anak memasuki masa remaja. Pada tahap ini, anak mulai belajar mandiri, membutuhkan ruang pribadi, dan lebih memperhatikan bagaimana orang lain memperlakukannya. Keinginan untuk memiliki privasi merupakan bagian dari proses perkembangan anak, tetapi dapat menjadi masalah ketika anak merasa tidak mempunyai ruang aman untuk membicarakan masalah yang membutuhkan pendampingan. Karena itu, sikap diam anak tidak seharusnya langsung dipahami sebagai bentuk pembangkangan atau ketidakpatuhan.

Dalam pandangan ulama salaf, orang tua memiliki peran yang sangat berpengaruh dalam menentukan perjalanan perkembangan anak. Sebagaimana dijelaskan oleh Imam al-Ghazali, anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, dan orang tua berperan penting dalam membimbing serta mengarahkan fitrah untuk itu tanggung jawab besar dalam menjaga serta mengembangkan fitrah tersebut melalui pendidikan dan pembiasaan akhlak mulia. Hal ini sejalan dengan sabda Nabi Shallallahu 'alaihi wasallam:

مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلاَّ يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ، فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ أَوْ يُمَجِّسَانِهِ

"Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah. Kemudian kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi "(HR. Al-Bukhari, no 1358; Muslim, no. 2658)

Keterbukaan diri (self-disclosure) merupakan kesediaan seseorang menyampaikan informasi pribadi, pikiran, atau perasaan kepada orang lain. Dalam hubungan orang tua dan anak, keterbukaan diri membantu orang tua memahami pengalaman anak sekaligus memberi dukungan yang dibutuhkan. Penelitian menunjukkan bahwa kualitas mendengarkan orang tua berhubungan dengan meningkatnya kesejahteraan yang diperkirakan dan niat remaja untuk

mengungkapkan diri (Weinstein, Huo, dan Itzchakov 2021). Temuan tersebut menunjukkan bahwa keterbukaan tidak hanya bergantung pada keberanian anak, tetapi juga pada respons orang tua ketika anak mulai berbicara.

Faktor yang memudahkan dan menghambat keterbukaan diri remaja juga menunjukkan pentingnya hubungan yang hangat dan kesempatan konkret untuk berbicara (Kullberg, Keijsers, Elzinga, dan Janssen 2026). Sebaliknya, hubungan yang kurang dekat secara emosional dan kekhawatiran terhadap privasi dapat menjadi hambatan. Hal ini menunjukkan bahwa anak membutuhkan lebih dari sekadar nasihat. Mereka membutuhkan suasana yang membuat mereka merasa diterima, didengarkan, dan tidak langsung disalahkan ketika menyampaikan pengalaman yang sulit.

Dalam perspektif Islam, komunikasi antara orang tua dan anak tidak hanya bertujuan untuk menyampaikan aturan, tetapi juga membangun hubungan yang dilandasi kasih sayang, kebijaksanaan, kesabaran, dan penghormatan. QS. Luqman ayat 13–19 menggambarkan nasihat Luqman kepada anaknya dengan ungkapan yang menunjukkan kedekatan dan perhatian. Ayat-ayat tersebut mengandung nilai pendidikan tauhid, tanggung jawab moral, kesabaran, serta adab dalam kehidupan. Kajian ini menekankan bahwa etika komunikasi orang tua dan anak berdasarkan kisah Luqman mencakup keteladanan, kesabaran, kasih sayang, serta menghindari sikap sombong dalam komunikasi, baik melalui perkataan maupun sikap (Yasirul Amri 2022).

Berdasarkan latar belakang tersebut, permasalahan dalam artikel ini dirumuskan sebagai berikut: (1) faktor apa saja yang menyebabkan anak enggan bercerita kepada orang tua; (2) bagaimana dampak keengganan anak bercerita terhadap hubungan komunikasi dalam keluarga; dan (3) bagaimana prinsip komunikasi dalam Islam dapat diterapkan untuk membangun keterbukaan anak kepada orang tua. Artikel ini bertujuan menganalisis faktor-faktor yang menyebabkan anak enggan bercerita, menjelaskan dampaknya terhadap hubungan keluarga, serta membahas cara membangun komunikasi yang terbuka, empatik, dan sesuai dengan nilai-nilai Islam.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan (library research). Metode ini dipilih karena penelitian berfokus pada pembahasan literatur yang membahas keterbukaan diri anak, komunikasi antara orang tua dan anak, serta prinsip komunikasi dalam perspektif Islam. Penelitian ini tidak melakukan wawancara atau pengamatan langsung, melainkan mengkaji berbagai sumber tertulis. Kerangka teori yang digunakan meliputi teori keterbukaan diri (self-disclosure) untuk memahami perilaku anak dalam menyampaikan pengalaman dan perasaannya, serta konsep komunikasi orang tua dan anak untuk menganalisis hubungan komunikasi dalam keluarga.

Pengumpulan data dilakukan dengan mencari artikel ilmiah yang sesuai dengan tema dan permasalahan penelitian. Sumber yang ditemukan kemudian dibaca, dicatat, dan dikelompokkan ke dalam tema, yaitu: (1) pengertian dan karakteristik keengganan anak bercerita; (2) faktor yang menghambat keterbukaan anak; (3) dampak terhadap hubungan keluarga; dan (4) prinsip komunikasi Islami yang dapat membantu membangun keterbukaan

anak. Data kemudian dianalisis dengan menjelaskan isi sumber, membandingkan hasil penelitian, dan menghubungkan dengan nilai-nilai komunikasi dalam Al-Qur'an.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Fenomena Anak yang Enggan Bercerita kepada Orang Tua

Anak yang enggan bercerita adalah anak yang memilih untuk tidak menyampaikan pengalaman, masalah, atau perasaannya kepada orang tua. Ini belum tentu berarti anak tidak sayang atau tidak butuh bantuan. Bisa saja anak tetap dekat dengan keluarga, tetapi merasa hal tertentu lebih aman disimpan sendiri atau diceritakan ke teman. Pada usia remaja, kebutuhan akan privasi dan kemandirian membuat anak lebih berhati-hati memilih apa yang mau diceritakan.

Kita perlu membedakan privasi yang wajar dari keengganan bercerita karena hubungan dengan orang tua terasa tidak aman. Privasi adalah hak anak untuk punya ruang pribadi sesuai usia dan kedewasaannya. Sebaliknya, kalau anak diam karena takut, diancam, dihina, atau merasa tidak didengarkan, itu tanda ada masalah dalam komunikasi. Orang tua perlu memahami perbedaan ini agar tidak langsung menganggap sikap tertutup sebagai perilaku buruk.

Pembedaan itu penting karena masa remaja adalah saat seseorang mulai membangun batas pribadi dan kemandirian. Smetana et al. (2006) menemukan bahwa remaja tidak menganggap semua jenis informasi wajib diceritakan kepada orang tua. Mereka cenderung memisahkan hal yang menyangkut moral, aturan umum, keselamatan, dan urusan pribadi. Karena itu, menuntut anak menceritakan seluruh sisi hidupnya bisa mengabaikan proses belajar mandiri. Orang tua perlu membangun kepercayaan supaya anak mau berbagi dengan sukarela, terutama untuk hal yang menyangkut keselamatan dan kesejahteraannya.

Keterbukaan juga tidak hanya soal banyaknya informasi yang diceritakan. Elsharnouby dan Dost-Gözkan (2020) memperlihatkan bahwa pola pengungkapan dan kerahasiaan remaja terhadap orang tua maupun sahabat memiliki hubungan dengan kesejahteraan. Nowell et al. (2023) menemukan bahwa nilai yang diberikan remaja terhadap pengungkapan pribadi kepada ibu berkaitan dengan kesehatan mental dan kesejahteraan yang lebih baik. Kedua kajian ini memperkuat pandangan bahwa hubungan tempat anak bercerita harus dinilai dari kualitas dan rasa aman, bukan hanya seberapa sering mereka mengobrol.

Temuan Kullberg et al. (2026) menunjukkan bahwa hubungan yang hangat dan tersedianya kesempatan berbicara dapat memfasilitasi keterbukaan diri remaja. Sebaliknya, jarak emosional dan persoalan privasi dapat menghambatnya. Oleh karena itu, keterbukaan anak tidak dapat dibebankan sepenuhnya kepada anak. Orang tua juga mempunyai tanggung jawab menciptakan suasana yang membuat percakapan berlangsung secara nyaman dan sukarela.

2. Faktor Penyebab Anak Enggan Bercerita kepada Orang Tua

A. Takut Dimarahi atau Dihakimi

Salah satu faktor yang dapat membuat anak memilih diam adalah kekhawatiran bahwa cerita yang disampaikan akan dibalas dengan kemarahan, celaan, atau penilaian negatif. Ketika anak merasa bahwa pengakuannya akan berujung pada hukuman atau perdebatan, ia cenderung menghindari percakapan. Dalam kondisi demikian, anak bukan tidak ingin berkomunikasi, tetapi sedang berusaha melindungi dirinya dari reaksi yang terasa menyakitkan secara emosional.

Ketakutan terhadap penolakan bukan sekedar anggapan. Smetana et al. (2009) menemukan bahwa ketidaksetujuan orang tua menjadi salah satu alasan remaja tidak mengungkapkan perilaku tertentu, terutama ketika mereka memperkirakan akan menerima respons negative. Song dan Smetana (2024) juga menunjukkan bahwa kontrol psikologis orang tua berkaitan dengan keterbukaan remaja pada domain persoalan tertentu. Bredasarkan temuan tersebut, dapat disarankan bahwa orang tua perlu membedakan aturan yang melindungi anak dari tekanan psikologis yang membuatnya merasa bersalah, takut, atau tidak berharga.

Dalam konteks keluarga, respons yang menghukum setiap pengakuan dapat membentuk pola komunikasi yang tidak sehat. Anak mungkin menyembunyikan informasi bukan karena tidak paham tanggung jawab, tetapi karena ingin menghindari pertengkaran. Selcuk et al. (2026), melalui penelitian jangka Panjang di delapan negara, menemukan bahwa anak yang merasa dikontrol secara psikologis dan terlalu dikekang cenderung makin jarang bercerita. Artinya, orang tua perlu menyeimbangkan pengawasan dengan menghargai kebutuhan anak untuk mandiri.

Cara orang tua bereaksi saat anak berbuat salah sangat memengaruhi apakah anak mau terbuka lagi nanti. Kalau setiap pengakuan dijawab dengan bentakan atau dibandingkan dengan anak lain, anak bisa menyimpulkan bahwa jujur hanya bikin masalah. Karena itu, orang tua perlu memisahkan perilaku yang harus diperbaiki dari harga diri anak.

B. Kurangnya kebiasaan mendengarkan

Anak dapat enggan bercerita jika orang tua terlalu cepat menyela, memberi nasihat, menyimpulkan masalah, atau mengalihkan topik pembicaraan. Dalam percakapan seperti ini, anak merasa bahwa tujuannya bukan untuk dipahami, melainkan hanya untuk dinilai dan diberi perintah. Padahal, terkadang anak perlu untuk mengungkapkan perasaannya terlebih dahulu sebelum siap menerima saran.

Penelitian Weinstein et al. (2021) menemukan bahwa mendengarkan dengan baik saat remaja bercerita tentang dirinya berkaitan dengan keinginan yang lebih besar untuk terbuka lagi, serta kondisi kesejahteraan yang lebih baik. Temuan ini mendukung bahwa mendengarkan adalah bagian penting dari komunikasi orang tua dan anak. Mendengarkan bukan hanya diam, tetapi juga memperhatikan, tidak buru-buru menghakimi, dan menunjukkan bahwa pengalaman anak dianggap penting.

Mendengarkan juga berperan penting dalam kaitan antara sikap menerima dari orang tua dan keterbukaan emosional anak. Menurut Hare, Marston, dan Allen (2011), remaja awal yang merasa ibunya menerima mereka cenderung semakin terbuka secara emosional pada tahun-tahun sesudahnya. Dengan kata lain, pernyataan penerimaan dari orang tua

belum cukup: anak harus merasakannya lewat perilaku yang konsisten. Anak yang merasa diterima lebih berani menanggung risiko dalam hubungan dengan menceritakan hal-hal pribadinya.

Dari sisi praktik, mendengarkan aktif mencakup perhatian penuh, tidak memotong pembicaraan, mengklarifikasi pesan, dan merespons isi maupun emosi yang disampaikan. Orang tua dapat menghindari respons spontan yang langsung mengoreksi cerita anak. Sebagai gantinya, orang tua dapat memastikan pemahaman terlebih dahulu, misalnya dengan mengulang inti cerita menggunakan kata-kata sendiri. Cara tersebut bukan berarti menyetujui seluruh tindakan anak, melainkan memastikan bahwa anak merasa didengar sebelum percakapan beralih pada penilaian atau solusi.

C. Jarak emosional dan kurangnya waktu bersama

Orang tua yang lebih sering berkomunikasi hanya untuk memberi perintah dan jarang melakukan kegiatan bersama dapat membuat hubungan dengan anak menjadi kurang dekat. Jika percakapan di rumah hanya terjadi saat anak melakukan kesalahan atau ketika orang tua membutuhkan sesuatu, anak bisa merasa bahawa komunikasi dengan orang tua adalah sesuatu yang menegangkan. Padahal kedekatan emosional dapar dibangun melalui kegiatan sederhana yang dilakukan bersama secara rutin.

Kualitas komunikasi keluarga juga berhubungan dengan kesehatan mental. Hubungan antara kualitas komunikasi orang tua-anak yang dinilai remaja dengan berbagai aspek kesehatan mental, termasuk depresi, kecemasan, gejala pascatrauma, dan perilaku adiktif digital (Zapf et al 2024). Namun, sebagian besar penelitian tersebut hanya melihat hubungan anatar dua hal, sehingga belum dapat dipastikan bahwa komunikasi keluarga menjadi penyebab langsung dari masalah tersebut. Meskipun begitu hasil penelitian ini menunjukkan bahwakomunikasi keluarga penting untuk mendukung kesehatan dan kesejahteraan remaja.

Bahwa kesempatan berbicara yang konkret dapat memfasilitasi keterbukaan (Kullberg et al 2026). Orang tua dapat membuat waktu khusus tanpa gawai, menyediakan percakapan santai setelah kegiatan sehari-hari atau mengajak anak melakukan aktivitas bersama. Kegiatan tersebut tidak harus percakapan yang serius. Obrolan santai justru dapat membuat anak lebih nyaman dan bebas memilih kapan ingin menceritakan masalahnya.

Kullberg et al. (2026) mengidentifikasi hubungan yang hangat dan adanya waktu khusus untuk bebicara dapat membantu anak lebih terbuka. Oleh karena itu, orang tua dapat menyediakan waktu rutin untuk berbincang tanpa agenda mengoreksi perilaku anak. Percakapan ringan tentang kegiatan sehari-hari dapat menjadi dasar bagi anak untuk membicarakan persoalan yang lebih pribadi.

D. Kekhawatiran terhadap privasi dan kepercayaan

Anak mungkin enggan bercerita karena takut masalah pribadinya akan disampaikan kepada anggota keluarga lain, dijadikan bahan pembicaraan, atau digunakan kembali untuk menyalahkannya. Ketakutan sepereti ini dapat mengurangi kepercayaan anak kepada orang tua. Oleh sebab itu, menjaga kerahasiaan cerita anak merupakan salah satu penting dalam membangun hubungan yang saling percaya.

Namun, menjaga privasi anak bukan berarti orang tua harus merahasiakan semua hal dalam setiap keadaan. Apabila terdapat risiko yang berkaitan dengan keselamatan, kekerasan, eksploitasi, atau keadaan yang membahayakan anak maupun orang lain, orang tua perlu mencari bantuan yang tepat. Dalam keadaan seperti ini, orang tua harus mengutamakan keselamatan anak dan menjelaskan langkah yang akan diambil sesuai dengan usianya.

E. Perbedaan cara pandang dan generasi

Perbedaan pengalaman, nilai, dan kebiasaan antara orang tua dan anak dapat menyebabkan kesalahpahaman. Hal yang dianggap biasa oleh orang tua mungkin terasa berat bagi anak. Sebaliknya, anak mungkin menganggap respons orang tua terlalu membatasi. Jika perbedaan ini tidak dibicarakan dengan baik anak dapat merasa bahwa orang tua tidak memahami dunianya.

Orang tua tidak harus selalu menyetujui pilihan anak, tetapi perlu berusaha memahami alasan di balik pilihan tersebut. Memberikan kesempatan kepada kedua pihak untuk menjelaskan pendapat masing-masing dapat mengurangi kesalahpahaman. Dengan demikian, perbedaan generasi tidak harus menjadi penghalang komunikasi apabila orang tua dan anak saling mendengarkan.

3. Dampak Keengganan Anak Bercerita terhadap Hubungan Keluarga

Anak yang enggan bercerita dapat membuat orang tua kesulitan memahami kebutuhan dan masalah yang sedang dihadapi anak. Ketika anak tidak mau menyampaikan ceritanya, orang tua bisa terlambat mengetahui masalah di sekolah, pertemanan, tekanan perasaan, atau pengalaman yang tidak menyenangkan yang dialami anak. Akibatnya, bantuan yang diberikan orang tua mungkin tidak sesuai dengan kebutuhan anak.

Selain itu, komunikasi yang tertutup mebuat hubungan anak dan orang tua menjadi semakin jauh. Anak mungkin semakin terbiasa menyelesaikan masalah dengan sendiri tanpa meminta bantuan orang tua, sedangkan orang tua bisa merasa kehilangan kedekatan dengan anak. Jika keadaan ini terus berlangsung terus-menerus, hubungan keluarga dapat dipenuhi rasa curiga dan kesalahpahaman karena keduannya jarang saling saling bercerita.

Meskipun begitu tidak setiap hal yang tidak diceritakan anak harus dianggap sebagai masalah. Anak tetap mempunyai hak atas ruang pribadi. Hal yang perlu diperhatikan adalah apakah anak masih memiliki orang dewasa yangtepercaya ketika menghadapi masalah yang serius dan apakah hubungan keluarga membeikan ruang untuk meminta bantuan tanpa takut direndahkan. Tujuan komunikasi yang terbuka bukan membuat anak menceritakan seluruh kehidupannya, akan tetap agar anak merasa aman untuk berbicara ketika membutuhkan dukungan.

4. Prinsip Komunikasi dalam Islam untuk Membangun Keterbukaan Anak

A. Komunikasi dengan Kasih Sayang dan Kelembutan

Dalam islam, kasih sayang sebagai dasar penting dalam hubungan keluarga. Dalam QS. Luqman ayat 13–19, nasihat Luqman kepada anaknya disampaikan melalui pendekatan

yang menunjukkan kedekatan dan perhatian. Ungkapan "yā bunayya" atau "wahai anakku" mencerminkan sapaan yang lembut dan penuh kasih. Nilai ini dapat diterapkan orang tua dengan menggunakan kata-kata yang menghargai anak, menghindari bentakan, serta menunjukkan kepedulian terhadap perasaannya.

Kasih sayang dalam komunikasi bukan berarti membiarkan semua perilaku anak. Orang tua tetap dapat memberikan batasan dan tegura, tetapi penyampaiannya perlu dilakukan dengan cara yang mendidik. Teguran tersebut perlu disampaikan dengan cara yang baik dan tidak menyakiti perasaan anak.

B. Memberi nasihat secara bijaksana

QS. Luqman ayat 13–19 berisi nasihat mengenai tauhid, berbuat baik kepada orang tua, kesadaran bahwa setiap perbuatan diketahui Allah, mendirikan salat, mengajak kepada kebaikan, bersabar, dan menjaga sikap. Rangkaian nasihat tersebut menunjukkan bahwa pendidikan dalam keluarga tidak hanya mengajarkan ilmu, tetapi juga membentuk akhlak dan keimanan anak. Namun, nasihat perlu disampaikan dengan memperhatikan keadaan anak, waktu yang tepat, dan bahasa yang mudah dipahami.

Nasihat yang baik tidak disampaikan dengan cara mempermalukan anak. Orang tua dapat bertanya dahulu tentang masalah apa yang dihadapi anak, mendengarkan penjelasan anak, kemudian menyampaikan pandangan dan arahan. Cara ini dapat membantu anak memahami alasan di balik nasihat orang tua, bukan sekadar merasa mengikuti diperintah.

C. Membiasakan dialog dua arah

Komunikasi dalam keluarga sebaiknya tidak hanya berlangsung satu arah dari orang tua kepada anak. Dialog dua arah memberi kesempatan kepada anak untuk bertanya, menjelaskan pendapat, dan menyampaikan ketidaksetujuan dengan tetap menjaga adab. Pendidikan anak dalam keluarga berdasarkan QS. Luqman ayat 13–19 mengidentifikasi dialog (al-hiwar) sebagai salah satu metode pendidikan, bersama nasihat, keteladanan, pembiasaan, dan kisah (Pascasarjana et al 2020).

Dialog dua arah bukan berarti orang tua kehilangan tanggung jawab dalam mambimbing anak. Sebaliknya, dialog membuat proses bimbingan lebih komunikatif karena orang tua dapat memahami alasan anak dan anak dapat memahami pertimbangan orang tua. Ketika pendapat anak dihargai, anak akan meaasa lebih dilibatkan dalam percakapan keluarga.

D. Menjadi pendengar yang empatik dan tidak menghakimi

Empati adalah berusaha memahami pengalaman dan perasaan anak dari sudut pandangnya. Orang tua dapat menunjukkan empati dengan memberi perhatian penuh, mengajukan pertanyaan terbuka, mengulang inti cerita untuk memastikan pemahaman, dan tidak langsung menyalahkan. Sikap ini sejalan dengan temuan Weinstein et al. (2021) bahwa kualitas mendengarkan orang tua berhubungan dengan meningkatnya niat remaja untuk lebih terbuka kepada orang tua.

Ketika anak mulai bercerita, orang tua sebaiknya tidak langsung memotong dengan kalimat seperti "kamu memang selalu begitu" atau "itu bukan masalah besar". Kalimat

semacam itu dapat membuat anak merasa pengalamannya diremehkan. Sebagai alternatif, orang tua dapat mengatakan, "Ayah/Ibu ingin memahami apa yang kamu rasakan," atau "Terima kasih sudah mau bercerita." Respons tersebut membuka ruang percakapan tanpa harus langsung menyetujui seluruh tindakan anak

E. Menghargai privasi dan membangun kepercayaan

Kepercayaan tumbuh ketika orang tua konsisten menjaga cerita anak, tidak menggunakan pengakuan anak untuk mempermalukannya, dan menjelaskan batas-batas kerahasiaan apabila ada persoalan keselamatan. Anak perlu mengetahui bahwa meminta bantuan bukan tanda kelemahan dan bahwa orang tua akan berusaha menanggapi ceritanya secara bertanggung jawab.

Amri (2022) menjelaskan bahwa etika komunikasi orang tua-anak dalam perspektif QS. Luqman ayat 12–19 mencakup keteladanan, kesabaran, kasih sayang, serta menghindari kesombongan dalam komunikasi verbal dan nonverbal. Nilai-nilai tersebut relevan untuk membangun kepercayaan karena anak tidak hanya menilai isi perkataan orang tua, tetapi juga nada suara, ekspresi, dan konsistensi perilakunya.

5. Upaya Praktis Orang Tua Membangun Komunikasi Terbuka dan Sintesis Penelitian Terdahulu dan Implikasi bagi Keluarga Muslim

Literatur empiris saja tidak akan cukup maka harus bergandengan dengan kajian keislaman karena keduanya saling melengkapi, tetapi memiliki titik tekan yang berbeda. Penelitian empiris menguraikan kondisi yang berhubungan dengan keterbukaan remaja, seperti penerimaan, kepercayaan, dukungan otonomi, dan kualitas mendengarkan. Sementara itu, kajian keislaman memberikan dasar normatif mengenai bagaimana orang tua seharusnya berkomunikasi, yaitu dengan kasih sayang, nasihat yang baik, kesabaran, dan dialog. Penggabungan kedua kelompok literatur ini membantu menjelaskan bahwa komunikasi keluarga yang terbuka membutuhkan kondisi relasional sekaligus pedoman etis.

Noller dan Bagi (1985) menunjukkan bahwa komunikasi orang tua-remaja dapat dianalisis melalui proses berkomunikasi dan isi percakapan. Smetana et al. (2006, 2009) memperlihatkan bahwa remaja mengatur pengungkapan informasi berdasarkan jenis persoalan, tingkat kepercayaan, dan perkiraan terhadap respons orang tua. Hare et al. (2011), Wuyts et al. (2018), serta Weinstein et al. (2021) menekankan peran penerimaan, dukungan otonomi, dan mendengarkan. Kullberg et al. (2026) menambahkan bahwa kehangatan hubungan, waktu, dan suasana yang mengundang percakapan dapat mengatasi sebagian hambatan keterbukaan.

Pada sisi kajian Islam, Amri (2022), Fawaid dan Hasanah (2022), Pascasarjana et al. (2020), Affandi et al. (2024), dan Asriani dan Wahyudi (2026) sama-sama menekankan pentingnya adab komunikasi, dialog, dan kasih sayang dalam pendidikan keluarga. Kajian Najikhah dan Romadlon (2022) juga menghubungkan komunikasi anak-orang tua dengan pembentukan karakter Islami. Oleh karena itu, prinsip komunikasi Islam dapat dipahami bukan hanya sebagai aturan kesantunan bahasa, melainkan sebagai cara membangun relasi yang memungkinkan anak merasa aman, dihormati, dan dibimbing.

Sintesis tersebut menghasilkan tiga implikasi. Pertama, orang tua perlu membangun kepercayaan sebelum menuntut keterbukaan. Kedua, anak perlu diberi ruang untuk menentukan waktu dan kadar cerita sesuai tingkat kematangan, kecuali ketika terdapat risiko keselamatan yang memerlukan intervensi. Ketiga, nasihat dan pengawasan perlu disampaikan secara dialogis, bukan melalui penghinaan atau kontrol psikologis. Dengan tiga prinsip ini, keluarga dapat menjadi tempat anak mencari dukungan tanpa menghilangkan tanggung jawab orang tua dalam membimbing.

Kelima, orang tua perlu mengajukan pertanyaan terbuka, seperti "Apa bagian paling sulit dari harimu?" atau "Apa yang bisa Ayah/Ibu lakukan untuk membantumu?" Pertanyaan terbuka memberi kesempatan anak menjelaskan pengalaman dengan bahasanya sendiri. Keenam, orang tua perlu mengakui perasaan anak meskipun tidak selalu setuju dengan keputusan atau tindakannya. Ketujuh, apabila masalah berada di luar kemampuan keluarga, orang tua dapat membantu anak mengakses guru, konselor, tenaga profesional, atau pihak tepercaya lainnya.

Upaya tersebut perlu dilakukan secara konsisten dan tidak menuntut perubahan seketika. Anak yang telah lama merasa tidak nyaman mungkin membutuhkan waktu untuk kembali percaya. Orang tua dapat memulai dengan memperbaiki cara merespons, meminta maaf apabila pernah menyakiti perasaan anak, serta menunjukkan melalui tindakan bahwa rumah merupakan tempat yang aman untuk mencari pertolongan. Dengan demikian, komunikasi terbuka dibangun sebagai kebiasaan dan bukan sekadar tuntutan agar anak menceritakan semua hal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Fenomena anak yang enggan bercerita kepada orang tua merupakan persoalan komunikasi keluarga yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain rasa takut dimarahi atau dihakimi, kurangnya kebiasaan mendengarkan, jarak emosional, kekhawatiran terhadap privasi, serta perbedaan cara pandang antara orang tua dan anak. Keengganan tersebut tidak selalu berarti anak tidak membutuhkan orang tua, tetapi dapat menunjukkan bahwa anak belum merasa cukup aman untuk menyampaikan pengalaman dan perasaannya.

Keengganan anak bercerita dapat mengurangi kesempatan orang tua memahami kebutuhan anak dan berpotensi memperlebar jarak emosional dalam keluarga. Namun, keterbukaan tidak berarti anak harus kehilangan hak atas privasi. Keluarga perlu membangun kondisi yang memungkinkan anak berbicara secara sukarela, terutama ketika menghadapi persoalan yang membutuhkan dukungan.

Dalam perspektif Islam, komunikasi keluarga perlu dilandasi kasih sayang, kelembutan, nasihat yang bijaksana, dialog dua arah, kesabaran, dan penghormatan terhadap anak. Nilai-nilai tersebut tercermin dalam QS. Luqman ayat 13–19 dan sejalan dengan kajian Amri (2022), Fawaid dan Hasanah (2022), serta Affandi et al. (2024). Kajian empiris Weinstein et al. (2021), Hare et al. (2011), dan Zapf et al. (2024) juga memperlihatkan pentingnya mendengarkan dan kualitas komunikasi bagi kesejahteraan remaja. Dengan demikian, orang tua perlu berperan

sebagai pendamping sekaligus pendengar yang empatik agar anak merasa dihargai dan percaya untuk bercerita ketika membutuhkan bantuan.

Saran

Orang tua disarankan membangun kebiasaan komunikasi yang hangat melalui waktu berbicara yang teratur, sikap mendengarkan tanpa menghakimi, serta penghormatan terhadap privasi anak. Nasihat dan teguran hendaknya disampaikan dengan bahasa yang santun dan mempertimbangkan kondisi emosional anak. Anak juga perlu didorong untuk menyampaikan perasaan dan meminta bantuan ketika menghadapi masalah, tanpa merasa takut dipermalukan.

Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan kajian ini melalui penelitian lapangan dengan melibatkan anak dan orang tua dari kelompok usia serta latar belakang keluarga yang berbeda. Wawancara atau observasi dapat digunakan untuk mengetahui secara lebih mendalam pengalaman anak ketika bercerita, bentuk respons orang tua, dan strategi komunikasi yang paling sesuai dalam konteks keluarga Muslim.

DAFTAR PUSTAKA

Amri, Y. (2022). Etika komunikasi orang tua-anak perspektif Alquran Surat Luqman ayat 12–19. AN-NABA: Islamic Communication Journal, 1(1). https://doi.org/10.51311/alnaba.v1i1.409

Fawaid, A., & Hasanah, R. (2022). Pendekatan parenting berbasis Al-Qur'an: Kajian tematik atas ayat-ayat komunikasi orang tua dan anak usia Madrasah Ibtidaiyah dalam QS Luqman ayat 13–19. Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah, 6(3). https://doi.org/10.35931/am.v6i3.1233

Kullberg, L. H. C., et al. (2026). Facilitators and barriers of adolescent self-disclosure across different confidants: A multi-informant mixed methods study. Journal of Adolescence. Advance online publication. https://doi.org/10.1002/jad.70100

Pascasarjana, L. O., Muchtar, A., Zainuri, A., & Sandi, A. (2020). Metode pendidikan anak dalam keluarga: Sebuah perspektif Al-Qur'an Surat Luqman. AL-WIJDÃN Journal of Islamic Education Studies, 5(2), 148–166. https://doi.org/10.58788/alwijdn.v5i2.458

Weinstein, N., Huo, A., & Itzchakov, G. (2021). Parental listening when adolescents self-disclose: A preregistered experimental study. Journal of Experimental Child Psychology, 209, 105178. https://doi.org/10.1016/j.jecp.2021.105178

Al-Qur'an. (n.d.). Surah Luqman (31): Ayat 13–19.

Affandi, Y., Husna, A. L., & Alhuwaymil, M. S. (2024). Interpersonal communication between parents and children from Hamka's perspective: A thematic study in the Tafsir Al-Azhar on Surah Luqman verses 16–19. Islamic Communication Journal, 9(1), 93–110. https://doi.org/10.21580/icj.2024.9.1.20982

Amri, Y. (2022). Etika komunikasi orang tua-anak perspektif Alquran Surat Luqman ayat 12–19. AN-NABA: Islamic Communication Journal, 1(1). https://doi.org/10.51311/alnaba.v1i1.409

Anggreini, A. P., Yusman, C. M., Razzaq, A., & Nugraha, M. Y. (2024). Analisis cara komunikasi yang positif terhadap anak dan orang tua dalam ajaran Islam dengan panduan

Al-Qur'an (tinjauan Surah Luqman ayat 12–19). Komunika: Jurnal Ilmiah Komunikasi, 2(1), 13–20. https://doi.org/10.70437/komunika.v2i1.1051

Asriani, P., & Wahyudi. (2026). The ethics of parent-child communication in Islam: Insights derived from the Qur'an and Sunnah. Bulletin of Indonesian Islamic Studies, 4(2). https://doi.org/10.51214/biis.v4i2.1731

Azhari, R., Jumala, N., & Ichsan, M. (2024). Komunikasi yang baik dan efektif dalam pendidikan anak: Parenting communication dalam Surat Luqman ayat 13–19 dan Surat as-Saffat ayat 102. Seulanga, 3(2), 94–108. https://doi.org/10.47655/3fp11097

Elsharnouby, E., & Dost-Gözkan, A. (2020). Adolescents' well-being with respect to the patterns of disclosure to and secrecy from parents and the best friend: A person-centered examination. Journal of Youth and Adolescence, 49(8), 1687–1701. https://doi.org/10.1007/s10964-020-01246-6

Fawaid, A., & Hasanah, R. (2022). Pendekatan parenting berbasis Al-Qur'an: Kajian tematik atas ayat-ayat komunikasi orang tua dan anak usia Madrasah Ibtidaiyah dalam QS Luqman ayat 13–19. Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah, 6(3). https://doi.org/10.35931/am.v6i3.1233

Hare, A. L., Marston, E. G., & Allen, J. P. (2011). Maternal acceptance and adolescents' emotional communication: A longitudinal study. Journal of Youth and Adolescence, 40(6), 744–751. https://doi.org/10.1007/s10964-010-9586-6

Kullberg, M.-L. J., Keijsers, L., Elzinga, B., & Janssen, L. H. C. (2026). Facilitators and barriers of adolescent self-disclosure across different confidants: A multi-informant mixed methods study. Journal of Adolescence, 98(3), 879–894. https://doi.org/10.1002/jad.70100

Najikhah, A., & Romadlon, D. A. (2022). Child-parent communication to form Islamic character: Komunikasi anak-orang tua untuk membentuk karakter Islami. Indonesian Journal of Cultural and Community Development, 13. https://doi.org/10.21070/ijccd.v13i0.817

Noller, P., & Bagi, S. (1985). Parent-adolescent communication. Journal of Adolescence, 8(2), 125–144. https://doi.org/10.1016/S0140-1971(85)80042-7

Nowell, C., Pfeifer, J. H., Enticott, P., Silk, T., & Vijayakumar, N. (2023). Value of self-disclosure to parents and peers during adolescence. Journal of Research on Adolescence, 33(1), 289–301. https://doi.org/10.1111/jora.12803

Pascasarjana, L. O., Muchtar, A., Zainuri, A., & Sandi, A. (2020). Metode pendidikan anak dalam keluarga: Sebuah perspektif Al-Qur'an Surat Luqman. AL-WIJDÃN Journal of Islamic Education Studies, 5(2), 148–166. https://doi.org/10.58788/alwijdn.v5i2.458

Sabarua, O., Jefrey, & Mornene, I. (2020). Komunikasi keluarga dalam membentuk karakter anak. International Journal of Elementary Education, 4(1). https://doi.org/10.23887/ijee.v4i1.24322

Selçuk, Ş., Buchanan, C. M., Skinner, A. T., Lansford, J. E., Bacchini, D., Bornstein, M. H., Chang, L., Deater-Deckard, K., Di Giunta, L., Dodge, K. A., Gurdal, S., Liu, Q., Long, Q., Oburu, P., Pastorelli, C., Sorbring, E., Tapanya, S., Steinberg, L., Uribe Tirado, L.

M., Yotanyamaneewong, S., Alampay, L. P., & Al-Hassan, S. M. (2026). A longitudinal study of parental solicitation, rule-setting, and psychological control as predictors of adolescent disclosure across more individualistic and more collectivistic countries. Journal of Youth and Adolescence, 55(2), 516–535. https://doi.org/10.1007/s10964-025-02311-8

Smetana, J. G., Metzger, A., Gettman, D. C., & Campione-Barr, N. (2006). Disclosure and secrecy in adolescent-parent relationships. Child Development, 77(1), 201–217. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2006.00865.x

Smetana, J. G., Villalobos, M., Tasopoulos-Chan, M., Gettman, D. C., & Campione-Barr, N. (2009). Early and middle adolescents' disclosure to parents about activities in different domains. Journal of Adolescence, 32(3), 693–713. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.06.010

Song, G., & Smetana, J. G. (2024). Longitudinal associations among psychological control, positive and negative interactions, and adolescents' domain-specific disclosure to parents. Journal of Youth and Adolescence, 53(11), 2642–2653. https://doi.org/10.1007/s10964-024-02050-2

Suandi, A. M., Effendi, D. I., & Muttaqin, Z. (2025). Bimbingan keagamaan orang tua terhadap anak dalam Surat Luqman ayat 13–19. Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam, 13(2), 197–215. https://doi.org/10.15575/irsyad.v13i2.38009

Weinstein, N., Huo, A., & Itzchakov, G. (2021). Parental listening when adolescents self-disclose: A preregistered experimental study. Journal of Experimental Child Psychology, 209, 105178. https://doi.org/10.1016/j.jecp.2021.105178

Wuyts, D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Van Petegem, S. (2018). The role of observed autonomy support, reciprocity, and need satisfaction in adolescent disclosure about friends. Journal of Adolescence, 65, 141–154. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.03.012

Zapf, H., Boettcher, J., Haukeland, Y., Orm, S., Coslar, S., & Fjermestad, K. (2024). A systematic review of the association between parent-child communication and adolescent mental health. JCPP Advances, 4(2), e12205. https://doi.org/10.1002/jcv2.12205

Al-Qur'an. (n.d.). Surah Luqman (31): Ayat 13–19.