

Pakar Psikologi UNAIR Soroti Dampak Broken Home yang Terjadi pada Anak

Achmad Sarjono - JATIM.TELISIKFAKTA.COM

Mar 17, 2026 - 04:05



SURABAYA - Berdasarkan data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), sekitar 4,79 persen keluarga di Indonesia mengalami konflik cerai hidup. Kondisi ini turut meningkatkan fenomena *broken home* atau disfungsi keluarga. Menanggapi hal tersebut, Pakar Psikologi [Universitas Airlangga \(UNAIR\)](http://Universitas Airlangga (UNAIR)), Atika Dian Ariana MSc MPsi, Selasa (17/3/2026), menyoroti pentingnya peran orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak.

Atika menjelaskan bahwa *broken home* atau disfungsi keluarga terjadi ketika

keluarga tidak lagi berfungsi secara optimal. Sorotan utamanya terjadi kepada perkembangan kesehatan mental anak yang akan terdampak dengan konflik orang dewasa. “Dalam perspektif psikologi, *broken home* muncul akibat konflik tinggi yang menyebabkan keluarga tidak lagi berfungsi, tidak lagi harmonis, dan tentunya berdampak signifikan pada semua anggota keluarga, khususnya pada anak,” ungkapnya.

Tanda dan Dampak Broken Home

Menurut Atika, dampak *broken home* pada anak sering terlihat dari perubahan perilaku sehari-hari yang cukup signifikan. Anak yang mengalami disfungsi keluarga cenderung menarik diri dari lingkungan sosial karena menurunnya rasa percaya diri. “Mereka biasanya kurang berminat berinteraksi dengan teman sebaya, mengalami penurunan prestasi akademik, serta menunjukkan perubahan emosi seperti kemarahan, kecemasan, atau ketakutan berlebih. Hal ini dapat terjadi karena krisis kepercayaan yang seharusnya terbentuk dalam keluarga,” jelasnya.

Lebih lanjut, Atika menyebut terdapat dua kondisi yang mengharuskan anak mendapatkan bantuan profesional seperti psikolog, konselor, atau psikiater. Pertama, ketika perubahan perilaku anak semakin memburuk secara signifikan. Kedua, ketika keluarga tidak mampu memberikan dukungan emosional atau komunikasi yang sehat, terutama jika terdapat unsur kekerasan. “Dalam kondisi tersebut, anak sebaiknya ditempatkan di lingkungan yang lebih aman dan mendapatkan pendampingan kesehatan mental dari tenaga profesional,” imbuhnya.

Pentingnya Peran Orang Tua

Atika menegaskan bahwa orang tua memiliki peran besar dalam menjaga kesehatan mental anak, bahkan ketika keluarga mengalami konflik. Beberapa faktor yang dapat memengaruhi kondisi psikologis anak antara lain lingkungan yang tidak kondusif, komunikasi yang buruk, serta kurangnya kehadiran orang tua dalam proses tumbuh kembang anak.

Namun demikian, tidak semua anak dari keluarga *broken home* mengalami gangguan kesehatan mental. Hal itu dapat terjadi apabila orang tua tetap menjalankan perannya dengan baik. “Komunikasi yang terbuka dapat menjadi jembatan untuk membantu anak menyalurkan emosinya. Pendampingan yang konsisten juga membantu anak agar tidak merasa terasingkan,” paparnya.

Dari perspektif perkembangan anak, orang dewasa perlu memahami tingkat kematangan anak, baik dari segi usia maupun kondisi emosionalnya. Pada anak yang masih kecil, diperlukan pendampingan yang lebih intensif. Sementara pada anak yang lebih dewasa, dukungan dapat diberikan melalui komunikasi yang terbuka.

Di akhir, Atika menegaskan bahwa anak bukanlah penyebab konflik dalam keluarga. “Konflik terjadi antara orang dewasa. Karena itu, anak sebaiknya tetap fokus pada tujuan dan cita-citanya. Apa yang terjadi dalam keluarga saat ini tidak menentukan masa depan mereka,” pesannya. (*)