



## Pentingnya Komunikasi Untuk Mengatasi Problematika Yang Ada Dalam Keluarga

Dinny Rahmayanty<sup>1</sup>, Nazila Syifa Thohiroh<sup>2\*</sup>, Simar<sup>3</sup>, Kimas Permadi<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Programstudi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Jambi

Email: [syfanazlthh@gmail.com](mailto:syfanazlthh@gmail.com)<sup>2\*</sup>

### Abstrak

Keluarga adalah unit masyarakat yang kompleks, di mana individu-individu dengan berbagai latar belakang, kebutuhan, dan harapan hidup bersama. Problematika dalam keluarga adalah tantangan yang mungkin muncul dan memerlukan penanganan yang tepat. Komunikasi yang efektif memiliki peran kunci dalam mengatasi problematika dalam keluarga. Artikel ini membahas pentingnya komunikasi dalam konteks keluarga dan bagaimana komunikasi yang baik dapat mempengaruhi kesejahteraan keluarga. Komunikasi yang terbuka, jujur, dan penuh pengertian membantu dalam mengatasi konflik perkawinan, masalah pengasuhan anak, stres finansial, masalah kesehatan mental, dan perbedaan budaya. Dengan meningkatkan keterampilan komunikasi, keluarga dapat menciptakan lingkungan yang lebih harmonis dan mendukung, yang berkontribusi pada kesejahteraan keluarga secara keseluruhan. Menggunakan metode literature review artikel ini menggarisbawahi peran komunikasi sebagai alat penting dalam mengatasi problematika keluarga dan mendorong praktik komunikasi yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata Kunci :** *Komunikasi; Keluarga; Problematika*

### Abstract

The family is a complex unit of society, in which individuals with different backgrounds, needs, and expectations live together. Problems in the family are challenges that may arise and require proper handling. Effective communication has a key role in overcoming problems in the family. This article discusses the importance of communication in a family context and how good communication can affect family well-being. Open, honest, and understanding communication helps in overcoming marital conflicts, parenting issues, financial stress, mental health issues, and cultural differences. By improving communication skills, families can create a more harmonious and supportive environment, which contributes to the overall well-being of the family. Using the literature review method, this article highlights the role of communication as an important tool in overcoming family problems and encouraging better communication practices in everyday life.

**Keywords:** *Communication; Family; Problematic*

### PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit terkecil dari suatu masyarakat. Suatu keluarga terdapat ayah, ibu, anak dan kesemuanya itu mempunyai tugas dan fungsi masing-masing, apabila tidak di jalankan tugas serta fungsinya dengan baik maka akan terjadi suatu ketimpangan antar anggota keluarga yang terkadang memicu konflik. Salah satu anggota keluarganya yang kurang paham bahkan tidak melakukan tugas dan tanggungjawabnya dengan baik, maka keluarga tersebut akan mengalami gangguan dalam perjalanan kehidupan berkeluarga. Keluarga tersebut akan mengalami berbagai persoalan yang membuat hubungan kekeluargaan tersebut retak dan tidak sehat. Keluarga dapat dikatakan harmonis yaitu apabila keluarga tersebut saling mengerti dan paham akan tugas, fungsi dan tanggungjawabnya. Keluarga adalah kelompok sosial yang paling kecil yang terdiri dari ayah, ibu dan anak. Anak merupakan titipan dari Tuhan yang harus dijaga oleh keluarga. Keluarga mempunyai tanggung jawab yang besar untuk merawat dan mengasuh anak sampai akhir hayat. Keluarga merupakan sebuah lembaga awal dalam kehidupan seorang anak, karena keluarga mempunyai waktu yang lebih lama dibandingkan dengan lembaga yang lainnya. Tentu saja keluarga mempunyai peran yang besar dalam proses perkembangan anak

Keluarga adalah unit sosial paling mendasar dan penting dalam masyarakat kita. Sebagai tempat di mana individu pertama kali belajar tentang interaksi sosial, nilai-nilai, dan norma-norma yang mengatur kehidupan sehari-hari, keluarga memiliki peran yang sangat sentral dalam membentuk individu dan masyarakat secara keseluruhan. Namun, dalam perjalanan perkembangannya, keluarga seringkali dihadapkan pada berbagai problematika yang dapat memengaruhi keharmonisan dan kesejahteraan anggota keluarga (Minuchin & Nichols, 2007). Dalam konteks inilah peran komunikasi menjadi sangat vital.

Komunikasi adalah elemen kunci yang membentuk dasar interaksi dalam keluarga. Ini bukan hanya sebatas proses berbicara, tetapi juga mencakup ekspresi perasaan, pemahaman, pendengaran aktif, dan pemberian dukungan. Dalam jurnal ini, kami akan mengeksplorasi pentingnya komunikasi dalam mengatasi problematika yang mungkin muncul dalam keluarga. Komunikasi yang efektif dalam keluarga membantu menciptakan lingkungan di mana anggota keluarga merasa didengar dan dihargai. Ini memberikan peluang bagi setiap individu untuk mengungkapkan perasaan, pemikiran, dan masalah mereka dengan bebas. Dalam kondisi seperti ini, anggota keluarga merasa aman untuk saling berbagi dan mencari dukungan satu sama lain (Guerrero & Floyd, 2005).

Selain itu, komunikasi yang baik juga membantu dalam mengatasi konflik. Konflik dalam keluarga adalah hal yang wajar, namun bagaimana konflik tersebut diatasi dapat menjadi perbedaan antara keharmonisan dan ketegangan yang berkepanjangan. Komunikasi yang efektif membantu dalam menyelesaikan ketidaksepahaman, mencari solusi bersama, dan menciptakan iklim di mana konflik dapat diselesaikan dengan damai. Komunikasi juga memainkan peran penting dalam membangun keterbukaan di dalam keluarga. Keterbukaan adalah fondasi bagi hubungan yang sehat, dan komunikasi yang efektif adalah kuncinya. Ketika anggota keluarga dapat berbicara tentang perasaan mereka tanpa takut dihakimi atau diremehkan, maka mereka mungkin lebih merasa nyaman dan terhubung satu sama lain (Dew & Dakin, 2011).

Menurut Wirawan (Hyoscyamina, 2011) dalam jurnal membahas tentang keluarga berperan dalam membentuk karakter anak ada beberapa penyebab terjadinya konflik atau problematika dalam keluarga, salah satunya adalah halangan dalam komunikasi. Dalam situasi komunikasi, masalah muncul ketika anggota keluarga tidak mengetahui cara yang tepat untuk mengekspresikan perasaan mereka satu sama lain atau cara terbuka menyatakan perasaan mereka. Kesulitan terjadi ketika setiap anggota keluarga tidak mampu berkomunikasi secara efisien, menciptakan ketidaknyamanan dalam lingkungan keluarga. Selain dari halangan komunikasi dalam keluarga tersebut, ada beberapa halangan dan penyebab terjadinya problematika atau konflik yang muncul dalam sebuah keluarga.

Dalam interaksi keluarga komunikasi dianggap sangatlah penting dalam mencapai tujuan tertentu, biasanya diutamakan dan direncanakan. Jika tidak ada komunikasi, kehidupan keluarga yang sepi tanpa komunikasi yang aktif dapat merusak hubungan antara orang tua dan anak. Komunikasi yang berhasil adalah yang menghasilkan pemahaman dan dukungan dari semua anggota keluarga. Penting untuk mendorong komunikasi terbuka dan positif untuk memperkuat ikatan keluarga. Dengan demikian komunikasi harus dilakukan secara efektif antara orang tua dan anak. Oleh sebab itu komunikasi adalah sesuatu yang esensial didalam kehidupan keluarga (Sobandi & Dewi, 2017). Komunikasi bisa di sebut efektif jika pesan dimengerti dan diterima sebagaimana yang di maksud oleh pengirim pesan, sebuah pesan ditindak lanjuti dengan perbuatan dengan suka rela oleh penerima pesan, sehingga tidak ada hambatan, dan meningkatkan kualitas hubungan antarpribadi, komunikasi harus dalam sistem yang sama, baik pengirim dan penerima pesan, jika tidak sama, maka komunikasi tidak akan terjadi (Oktarina, Yety dan abdullah, 2017)

Dalam konteks pemecahan masalah, komunikasi yang baik memungkinkan anggota keluarga untuk bekerja sama dalam menemukan solusi yang memadai untuk masalah yang mungkin timbul. Ini mengarah pemecahan masalah yang lebih efektif dan pengambilan keputusan yang lebih baik. Dengan demikian, tulisan ini akan menjelajahi dengan lebih mendalam mengenai pentingnya komunikasi dalam menghadapi problematika keluarga, mulai dari konflik perkawinan hingga masalah finansial, kesehatan mental, dan sebagainya. Kami juga akan melihat bagaimana komunikasi yang efektif dapat mempengaruhi kualitas kehidupan keluarga dan memberikan solusi praktis bagi keluarga yang mungkin menghadapi tantangan dalam komunikasi mereka. Dalam upaya ini, kami berharap untuk memberikan wawasan berharga tentang bagaimana komunikasi yang baik dapat menjadi fondasi yang kokoh untuk keluarga yang bahagia dan sehat.

## METODE

Jenis penelitian ini ialah *Literature Review*. *Literature Review* adalah istilah yang merujuk pada penggunaan metodologi penelitian dan pengembangan tertentu untuk mengevaluasi serta mengumpulkan penelitian terkait pada fokus topik tertentu (Lusiana & Suryani, 2018). Ini merupakan bagian integral dari disertasi atau tesis, berfungsi sebagai penentu agenda riset, dan merupakan komponen penting dalam pengajuan hibah riset. *Literature Review* dilakukan untuk mengkaji, mengevaluasi, mengidentifikasi, dan menafsirkan semua penelitian yang tersedia dalam bidang fenomena tertentu, dengan fokus pada pernyataan relevan dari penelitian khusus.

Pada penelitian ini jenis metode *literature review* yang peneliti gunakan adalah *Traditional Review* yaitu sebuah jenis metode tinjauan pustaka yang umum digunakan dalam membuat *literature review*. Kajian yang dihasilkan dari penggunaan metode ini lebih berfokus pada suatu topik pembahasan tertentu. Dengan metode ini, karya tulis yang digunakan sebagai referensi masih berkaitan dengan topik penelitian yang sedang dilakukan. Metode ini dapat membatasi referensi hanya pada topik yang sama.

Peneliti menggunakan metode *literature review* karena memiliki beberapa keuntungan dan manfaat. Salah satunya ialah Memperoleh Pemahaman Mendalam terkait topik yang sedang diteliti. Tahapan-tahapan yang dilakukan dalam *literature review* menurut (Lusiana & Suryani, 2018) ialah sebagai berikut, 1) Identifikasi topik dan tujuan; 2) pencarian dan seleksi literature; 3) menganalisis dan mengorganisir sumber tersebut; 4) evaluasi dan revisi hasil tulisan. Penelitian terdiri dari; jenis penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Problematika yang Ada dalam Keluarga

Menurut Bossard & Ball seperti yang disebutkan dalam (Dr, Sumarto, S.sos. I, 2019), aspek kedekatan dalam hubungan antar anggota keluarga memberikan batasan dengan menyatakan bahwa keluarga adalah lingkungan sosial yang sangat erat hubungannya dengan individu tertentu. Keluarga berfungsi sebagai seleksi keseluruhan karena adanya hubungan darah yang tidak dapat dihapuskan. Seseorang dibesarkan dalam konteks keluarga, berinteraksi dengan anggota lain, tinggal bersama, membentuk pola pikir, dan membangun nilai-nilai serta kebiasaan. Dalam usaha mewujudkan peran dan fungsi keluarga, penting adanya saling mempengaruhi, memperhatikan, dan saling menyerahkan diri antar anggota keluarga. (Ulfiyah, 2016) seperti yang tertuang di buku Psikologi Keluarga yang menyebutkan bahwa ada beberapa problematika yang sering muncul dalam keluarga :

1. Masalah komunikasi merupakan tantangan umum dalam kehidupan keluarga. Komunikasi keluarga melibatkan aktivitas baik verbal maupun nonverbal, seperti berbicara, berdialog, bercengkrama, dan bertukar pikiran. Jika keluarga mengalami keheningan tanpa interaksi komunikasi, hal ini dapat menjadi tanda masalah. Komunikasi dalam keluarga memiliki tujuan utama untuk memelihara interaksi antar anggota keluarga dan menciptakan komunikasi yang efektif. (Dr, Sumarto, S.sos. I, 2019) menjelaskan bahwa sikap tubuh, intonasi suara, dan tindakan verbal mengandung maksud mempengaruhi, mengajarkan, memberikan informasi, dan saling memahami. Pentingnya komunikasi yang efektif dalam keluarga sangat besar, karena hal ini dapat memperkuat hubungan antar anggota keluarga, memecahkan konflik, dan membangun pemahaman yang lebih baik satu sama lain. Jika terdapat hambatan dalam komunikasi, keluarga dapat mengalami ketidakpahaman, konflik, dan kurangnya rasa keterlibatan emosional. Oleh karena itu, meningkatkan kualitas komunikasi dalam keluarga menjadi hal penting untuk menjaga keharmonisan dan kesejahteraan keluarga.
2. Konflik antara orangtua dan anak sering muncul, meskipun anak dianggap sebagai bagian paling penting dalam hidup orang tua secara naluriah. Meskipun orang tua berusaha mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan anak, hubungan orangtua-anak sering dipenuhi dengan dinamika kekuasaan. Dalam perspektif ini, orang tua cenderung berkorban untuk anak mereka, dan seharusnya konflik seharusnya bisa dihindari. Namun, konflik tetap mungkin terjadi karena adanya tuntutan yang mencerminkan harapan dan keinginan orang tua terhadap perilaku dan sikap anak, serta respons terhadap kebutuhan anak. Konflik dalam hubungan orangtua-anak sering kali dipicu oleh perbedaan pandangan antara orang tua dan anak. Tuntutan dan harapan yang diletakkan oleh orang tua terhadap anak dapat bertentangan dengan

kebutuhan dan pandangan anak. Ini menciptakan kesenjangan antara persepsi kewenangan dan kebutuhan, yang menjadi sumber utama konflik. Ketidakcocokan antara perspektif orang tua dan anak menjadi tantangan utama dalam membentuk hubungan yang sehat. Dalam mengelola konflik ini, penting untuk membuka saluran komunikasi yang efektif dan saling memahami antara kedua belah pihak. Dengan demikian, orang tua dan anak dapat bekerja sama untuk membangun pemahaman yang lebih baik satu sama lain, meredakan konflik, dan menciptakan lingkungan keluarga yang harmonis.

3. Masalah ekonomi, terutama ketidaksesuaian harapan dengan kemampuan finansial, seringkali menjadi tantangan signifikan dalam kehidupan rumah tangga. Kesulitan ekonomi adalah masalah yang umumnya dihadapi oleh pasangan, baik yang telah lama menikah maupun yang baru menikah. Kondisi ini sangat rentan dan dapat menjadi sumber permasalahan yang lebih kompleks, yang tidak boleh diabaikan atau dianggap enteng tanpa upaya dan solusi. Dampak dari masalah ekonomi dapat mencakup percekocokan hingga risiko rusaknya kehidupan rumah tangga. Rumah tangga yang menghadapi kesulitan finansial memiliki risiko konflik yang lebih tinggi, terutama jika tingkat ekonominya berada di bawah standar dibandingkan dengan rumah tangga lain yang lebih stabil secara finansial. Meskipun masalah ekonomi bukanlah satu-satunya aspek krusial dalam kehidupan rumah tangga, namun tidak bisa diabaikan karena dapat menjadi penyebab kehancuran dan retaknya hubungan. Oleh karena itu, sangat penting untuk menangani masalah ekonomi dengan bijaksana dan dengan sikap saling pengertian. Langkah-langkah konkret seperti perencanaan keuangan, komunikasi terbuka antara pasangan, dan kerjasama dalam menghadapi tantangan finansial dapat membantu mengatasi masalah ini. Dengan demikian, rumah tangga dapat membangun fondasi yang lebih kokoh, bahkan dalam menghadapi tekanan ekonomi.
4. Cemburu adalah perasaan alami yang pasti dimiliki setiap orang, terutama jika merasa bahwa sesuatu yang dimilikinya berpotensi diambil atau dirampas oleh orang lain. Rasa cemburu juga dapat muncul ketika seseorang merasa bahwa pasangan mereka tidak memperhatikan atau menghargai kepentingan mereka. Dalam hubungan suami istri, rasa cemburu bisa dianggap sebagai salah satu bentuk seni cinta yang penuh gairah. Keberadaannya menandakan bahwa apa yang dihargai dan dicintai oleh seseorang tidak bisa dilepaskan begitu saja. Dalam konteks ini, rasa cemburu di antara suami istri menjadi elemen yang mendalam dalam hubungan mereka. Hal ini menunjukkan adanya perasaan kepemilikan dan kepedulian yang kuat terhadap pasangan. Sebaliknya, tanpa rasa cemburu, hubungan tersebut mungkin terasa kurang bermakna, seperti makan nasi tanpa lauk yang membuat pengalaman menjadi hambar. Meskipun cemburu sering kali dianggap sebagai seni dan penyedap rasa dalam pergaulan suami istri, penting untuk memastikan bahwa perasaan ini tidak melampaui batas dan tidak mengarah pada perilaku yang merugikan atau merusak hubungan. Komunikasi terbuka dan pengertian satu sama lain dapat membantu mengelola rasa cemburu dan memperkuat hubungan, sehingga seni cinta ini dapat diungkapkan secara sehat dan positif dalam kehidupan bersama.
5. Merasa superior dalam konteks keluarga dapat menjadi problematika serius yang mempengaruhi dinamika hubungan antara suami dan istri. Ketika salah satu pihak merasa dominan atau superior, hal ini bisa menciptakan ketidakseimbangan dan ketidakharmonisan dalam hubungan. Dinamika ini sering kali menciptakan suasana di mana satu pihak merasa memiliki peran dan urgensi yang lebih besar daripada yang lain.
6. Pihak yang merasa superior mungkin cenderung membanggakan kelebihanannya dan memperbesar kekurangan pasangan mereka. Sikap ini dapat menciptakan ketegangan, karena pasangan yang lain mungkin merasa terpinggirkan dan kurang dihargai. Hasilnya, suasana apatis dan disparitas mungkin muncul di antara pasangan tersebut. Untuk mengatasi masalah ini, komunikasi terbuka dan pemahaman saling membutuhkan sangat penting. Pasangan perlu saling menyadari dan menghargai kontribusi masing-masing. Sikap merasa superior dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan hubungan, sehingga perlu adanya usaha bersama untuk menciptakan keseimbangan dan kesetaraan dalam keluarga. Menggali rasa empati, saling mendengarkan, dan bekerja sama untuk menyelesaikan masalah merupakan langkah-langkah penting dalam mengatasi dinamika superioritas dalam keluarga. Dengan demikian, dapat dibangun hubungan yang sehat, di mana setiap anggota keluarga merasa dihargai dan memainkan peran yang penting dalam keseluruhan dinamika keluarga.

7. Perselingkuhan, yang dalam konteks zaman sekarang diartikan sebagai hubungan yang tidak setia dengan pasangan, merupakan problematika serius dalam kehidupan keluarga. Perselingkuhan dapat terjadi antara individu yang belum menikah atau yang sudah menikah dengan orang yang bukan pasangannya.
8. Problematika yang muncul akibat perselingkuhan dapat mencakup kerusakan kepercayaan, ketidaksetiaan, dan ketidakstabilan dalam hubungan. Dalam banyak kasus, perselingkuhan dapat menjadi pemicu perpecahan dalam pernikahan atau hubungan jangka panjang. Nilai dan pandangan mengenai perselingkuhan dapat bervariasi tergantung pada konteks agama, negara, dan budaya masing-masing. Beberapa budaya atau agama mungkin mengecam perselingkuhan sebagai pelanggaran serius terhadap nilai-nilai moral dan etika, sementara budaya lain mungkin memiliki pandangan yang lebih toleran tergantung pada norma-norma sosial mereka. Pencegahan dan penanganan perselingkuhan memerlukan komunikasi yang kuat antara pasangan, pemahaman atas kebutuhan dan harapan masing-masing, dan komitmen untuk membangun kepercayaan dan kesetiaan. Terapi pasangan atau konseling dapat menjadi langkah penting untuk membantu pasangan mengatasi dampak perselingkuhan dan membangun kembali hubungan yang sehat.
9. Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) terhadap para istri mencerminkan bentuk pengontrolan yang dilakukan oleh laki-laki, di mana posisi perempuan ditempatkan di bawah kewenangan laki-laki dalam sistem sosial patriarki. Sistem sosial patriarki merupakan suatu sistem sosial yang menempatkan posisi perempuan lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki. Kasus-kasus kekerasan dalam rumah tangga, seperti pembakaran dan pembacokan oleh suami terhadap istrinya, atau kasus mutilasi yang tragis, menyoroti tingginya tingkat kekerasan yang dapat terjadi dalam hubungan suami-istri. Fenomena ini mencerminkan masalah serius yang melibatkan tidak hanya aspek fisik tetapi juga aspek psikologis. Berita-berita tersebut menyadarkan kita bahwa kekerasan suami terhadap istri tidak terbatas pada wilayah tertentu, budaya, atau lapisan sosial. Fenomena ini bersifat universal dan melintasi batasan geografis, budaya, dan sosial. Tingkat kekerasan dapat bervariasi, tetapi dampaknya sering kali merusak, baik secara fisik maupun psikologis, bagi korban KDRT. Penanganan KDRT memerlukan upaya bersama untuk mengubah pola pikir dan perilaku dalam masyarakat, mendorong kesetaraan gender, dan menyediakan dukungan serta perlindungan bagi para korban. Langkah-langkah legislatif, penegakan hukum yang tegas, serta program pendidikan dan sosialisasi yang mendukung kesetaraan gender menjadi kunci dalam memerangi dan mencegah KDRT.

#### Manfaat Komunikasi Secara Umum

Komunikasi adalah aspek penting dalam kehidupan manusia yang memiliki manfaat yang luas dalam berbagai konteks. Berikut adalah beberapa manfaat komunikasi secara umum (Setyawan, 2019):

1. Pemahaman, Komunikasi memungkinkan orang untuk saling memahami, mengidentifikasi kebutuhan, dan berbagi informasi. Ini memungkinkan terciptanya ikatan antarindividu dan mempromosikan kerja sama.
2. Pemecahan Masalah, Komunikasi yang efektif membantu dalam mengidentifikasi dan memecahkan masalah. Melalui diskusi dan pertukaran gagasan, solusi yang lebih baik dapat ditemukan.
3. Keterbukaan, Komunikasi membantu dalam menciptakan keterbukaan dalam hubungan. Ketika orang dapat berbicara secara terbuka, itu memperkuat kepercayaan dan mempromosikan hubungan yang lebih sehat.
4. Pengembangan Hubungan, Komunikasi yang baik membantu dalam membangun dan memelihara hubungan yang positif. Ini menciptakan iklim yang memungkinkan berinteraksi dengan lebih efektif dan menciptakan ikatan yang lebih kuat.
5. Pengaruh dan Persuasi: Komunikasi adalah alat yang kuat dalam mempengaruhi dan meyakinkan orang lain. Dengan berkomunikasi secara efektif, individu dapat memengaruhi pandangan dan tindakan orang lain.
6. Kemajuan Pribadi dan Profesional, Kemampuan komunikasi yang baik adalah keterampilan yang sangat berharga dalam konteks pribadi dan profesional. Ini membantu dalam interaksi dengan rekan kerja, atasan, dan klien.
7. Pemberdayaan Individu, Komunikasi memberikan individu rasa percaya diri dan keterampilan untuk mengartikulasikan gagasan dan keinginan mereka. Ini adalah elemen kunci dalam pemberdayaan individu.

Komunikasi adalah inti dari interaksi manusia dan memiliki dampak yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan. Memahami manfaat komunikasi dapat membantu individu untuk mengembangkan keterampilan komunikasi mereka dan menggunakannya secara efektif dalam berbagai situasi (Dian. A., 2019).

### **Manfaat Komunikasi dalam Keluarga**

Keluarga adalah tempat di mana cinta, kasih sayang, dan dukungan seharusnya berlimpah. Namun, tidak ada keluarga yang bebas dari konflik atau problematika. Komunikasi dalam keluarga dapat menjadi kunci untuk mencegah munculnya masalah dalam keluarga yang juga memiliki beragam manfaat signifikan. Ini bukan hanya alat untuk berbicara, tetapi juga fondasi bagi hubungan yang sehat dan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan (Bastomi, 2020). Berikut adalah beberapa manfaat utama komunikasi dalam keluarga (Kartini, 2021):

1. **Memperkuat Hubungan Keluarga**, Komunikasi yang baik memungkinkan untuk merasa lebih dekat satu sama lain anggota keluarga. Mereka dapat mengungkapkan cinta, perasaan, dan dukungan secara terbuka, memperkuat ikatan emosional dalam keluarga.
2. **Mengatasi Konflik dengan Damai**, Komunikasi efektif membantu dalam menyelesaikan konflik tanpa pertengkaran yang merugikan. Anggota keluarga dapat berbicara tentang perbedaan pendapat mereka, mencari solusi bersama, dan menciptakan iklim damai.
3. **Membuka Ruang untuk Dukungan Emosional**, Dalam situasi problematika, seperti penyakit atau kehilangan, komunikasi membantu dalam mengungkapkan perasaan dan mencari dukungan. Keluarga yang bisa berbicara tentang perasaan mereka lebih mampu mengatasi stres bersama-sama.
4. **Membentuk Keterbukaan**, Keterbukaan dalam keluarga menciptakan lingkungan yang sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan anggota keluarga. Ini mengarahkan kepada pemahaman yang lebih baik antara orang tua dan serta antara saudara – saudaranya
5. **Pemecahan Masalah Bersama**, Komunikasi yang baik memungkinkan keluarga untuk bekerja sama dalam menemukan solusi untuk masalah yang mungkin timbul. Ini memastikan pengambilan keputusan yang lebih baik dan pemecahan masalah yang lebih efektif.

Komunikasi adalah landasan untuk kebahagiaan dan kesejahteraan dalam keluarga. Dengan berinvestasi dalam komunikasi yang baik, keluarga dapat mengatasi berbagai masalah dan tumbuh bersama-sama. Setiap anggota keluarga memiliki peran dalam memastikan bahwa komunikasi efektif tetap terjaga, sehingga manfaat-manfaat ini dapat dirasakan dalam kehidupan sehari-hari (Suryanto A, 2020).

### **Teori Pentingnya Komunikasi dalam Keluarga**

(Nasution, H, 2017) mendefinisikan istilah komunikasi berasal dari kata *common* yang artinya sama makna, sehingga secara sederhana dapat dijelaskan bahwa komunikasi adalah proses menyamakan persepsi dan pemahaman antara komunikator dan komunikan. Aktivitas dasar manusia, menurut (Hafied Cangara, 2015), adalah komunikasi. Dengan berkomunikasi, manusia dapat saling berhubungan baik dalam konteks kehidupan sehari-hari di berbagai lingkungan, seperti pemukiman, tempat kerja, sekolah, kampus, rumah tangga, masyarakat, dan di mana pun manusia berada.

Komunikasi dianggap sebagai bagian kekal dalam kehidupan manusia, sebagaimana halnya bernafas sepanjang hidup manusia. Ini menunjukkan bahwa keberadaan manusia tidak terlepas dari kebutuhan untuk berkomunikasi. Aktivitas berkomunikasi memainkan peran penting dalam membentuk hubungan interpersonal, mengungkapkan pikiran dan perasaan, serta memfasilitasi interaksi sosial di berbagai konteks kehidupan.

Komunikasi mempunyai sifat transaksional, dimana komunikasi menuntut dua tindakan, yakni memberi dan menerima. Perlu dilakukan secara proporsional atau seimbang, dari dua tindakan tersebut (Mufid, 2005). Komunikasi dalam keluarga memiliki peran sentral dalam mengatasi problematika yang mungkin muncul. Dalam pandangan berbagai teori komunikasi dan psikologi, pentingnya komunikasi dalam konteks keluarga sangat ditekankan. Berikut adalah gagasan mengenai pentingnya komunikasi dalam mengatasi problematika keluarga berdasarkan perspektif teori :

1. Teori Sistem Keluarga, Teori Sistem Keluarga menekankan bahwa keluarga di mana setiap anggota keluarga adalah sistem kompleks saling terkait dan memengaruhi satu sama lain. Komunikasi adalah elemen utama dalam menjaga keseimbangan dan harmoni dalam sistem ini. Ketika komunikasi terganggu, masalah dapat merambat ke seluruh keluarga (Minuchin & Nichols, 2007)
2. Teori Pertukaran Sosial, Teori Pertukaran Sosial berfokus pada pertukaran antara individu dalam keluarga. Komunikasi yang efektif memungkinkan anggota keluarga untuk berbagi dukungan emosional dan informasi yang diperlukan untuk memecahkan masalah. Dalam konteks ini, komunikasi yang buruk dapat menghambat aliran positif pertukaran ini (FITZPATRICK & RITCHIE, 1994).
3. Teori Komunikasi Keluarga, Teori ini mengeksplorasi bagaimana komunikasi dalam keluarga mempengaruhi dinamika keluarga. Komunikasi yang terbuka dan efektif menciptakan lingkungan yang sehat di mana anggota keluarga dapat mengekspresikan diri tanpa takut. Sebaliknya, komunikasi yang buruk dapat menciptakan ketegangan dan konflik (FITZPATRICK & RITCHIE, 1994).
4. Teori Psikologi Keluarga, Teori Psikologi Keluarga menyoroti dampak komunikasi dalam keluarga terhadap kesejahteraan emosional anggota keluarga. Komunikasi yang mendukung, memahami, dan penuh kasih dapat menciptakan kondisi yang lebih baik untuk pertumbuhan individu dan kebahagiaan keluarga (Laur & Laur, 2014)
5. Teori Komunikasi Interpersonal, Teori ini menekankan pentingnya keterampilan komunikasi interpersonal dalam keluarga. Kemampuan mendengarkan, mengekspresikan perasaan dengan jelas, dan berbicara dengan penuh pengertian merupakan komponen kunci dalam mengatasi problematika dalam keluarga (Guerrero & Floyd, 2005)

Melalui perspektif berbagai teori ini, menjadi jelas bahwa komunikasi yang efektif adalah fondasi yang sangat penting dalam mengatasi problematika dalam keluarga. Memahami teori-teori ini dapat membantu anggota keluarga untuk meningkatkan keterampilan komunikasi mereka dan mengelola konflik dengan lebih baik.

## SIMPULAN

Setelah menjelajahi pentingnya komunikasi dalam mengatasi problematika yang ada dalam keluarga. Dapat disimpulkan bahwa komunikasi yang efektif bukan hanya sekadar alat untuk berbicara, tetapi dapat juga menjadi suatu fondasi untuk memahami, mendukung, dan merajut hubungan keluarga yang sehat. Berikut beberapa point penting yang bisa diambil dari pembahasan ini :

1. Kunci untuk Memahami dan Mendukung, Komunikasi yang baik membantu anggota keluarga untuk memahami pandangan, perasaan, dan masalah satu sama lain. Dengan mendengarkan dan berbicara dengan penuh pengertian, keluarga menciptakan ruang yang aman untuk berbagi dan merasa dihargai.
2. Mengatasi Konflik, Konflik adalah bagian tak terhindarkan dari kehidupan keluarga. Namun, komunikasi yang efektif membantu dalam menyelesaikan konflik dengan damai dan meminimalkan dampak negatifnya pada hubungan.
3. Keterbukaan yang Membangun Kepercayaan, Keterbukaan adalah dasar bagi kepercayaan dalam keluarga. Ketika anggota keluarga dapat berbicara tentang perasaan mereka tanpa takut dihakimi, maka hubungan keluarga menjadi lebih kuat dan harmonis.
4. Pemecahan Masalah Bersama, Komunikasi yang baik memungkinkan keluarga untuk berkolaborasi dalam mencari solusi untuk masalah yang muncul. Dengan berdiskusi secara terbuka, keluarga dapat mengatasi berbagai masalah dengan efektif dan dapat mengambil keputusan lebih baik.
5. Pengaruh Positif pada Kualitas Hidup, Komunikasi yang efektif memberikan dampak positif pada kualitas hidup keluarga. Ini menciptakan iklim di mana anggota keluarga merasa didukung, diperhatikan, dan dapat tumbuh bersama-sama.

Dalam era yang serba cepat dan kompleks ini, menjaga komunikasi yang sehat dalam keluarga merupakan tantangan tersendiri. Namun, investasi dalam komunikasi yang baik adalah langkah yang sangat penting untuk mengatasi problematika yang mungkin muncul dalam keluarga. Dengan menjadikan komunikasi sebagai prioritas, keluarga dapat membentuk fondasi yang kokoh untuk kesejahteraan bersama dan kebahagiaan keluarga. Semoga jurnal ini memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang peran penting

komunikasi dalam konteks keluarga dan mendorong praktik komunikasi yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.

#### DAFTAR PUSTAKA

- L., & Suryani, M. (2018). Metode SLR untuk Mengidentifikasi Isu-Isu dalam Software Engineering. *SATIN - Sains Dan Teknologi Informasi*, 3(1), 1–11. doi:10.33372/stn.v3i1.347
- A., Dian. (2019). Komunikasi yang Efektif: Kunci Sukses dalam Berinteraksi. *Kompas Media Nusantara*.
- A, Setyawan. (2019). *Komunikasi Dalam Pendidikan*. Prenada media.
- A, Suryanto. (2020). *Keluarga Bahagia Lewat Komunikasi Efektif*. Literati.
- Bastomi, H. (2020). Integrasi Kompetensi Multikultural dan Keadilan Sosial dalam Layanan Konseling. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 14(2), 241–258. doi:10.24090/komunika.v14i2.3308
- Dr, Sumarto, S.sos. I, M. P. . (2019). *Problematika Keluarga*. Retrieved from [www:http://literasikitaindonesia.com](http://literasikitaindonesia.com)
- FITZPATRICK, M. A., & RITCHIE, L. D. (1994). Communication Schemata Within the Family: Multiple Perspectives on Family Interaction. *Human Communication Research*, 20(3), 275–301. doi:10.1111/j.1468-2958.1994.tb00324.x
- Guerrero, L. K., & Floyd, K. (2005). *Nonverbal communication in close relationships. Nonverbal Communication in Close Relationships*. Lawrence Erlbaum Associates. doi:10.4324/9781410617064
- Hafied Cangara. (2015). *Pengantar ilmu komunikasi. Pengantar Ilmu Komunikasi* (Vol. 4). PT. Raja Grafindo Persada.
- Hyoscyamina, D. E. (2011). Peran Keluarga Dalam Membangun Karakter Anak. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 10(2), 144–152. doi:10.14710/JPU.10.2.144-152
- Laur, Robert. H., & Laur, Juliette. C. (2014). *Marriage & family: Quest for intimacy* (10th ed., Vol. null). McGrawHill.
- Minuchin, S., & Nichols, M. P. (2007). *Family healing: Strategies for hope and understanding. Family healing: Strategies for hope and understanding*. Retrieved from <http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&PAGE=reference&D=psyc3&NEWS=N&AN=1994-97499-000>
- Muhammad, M. (2005). *Komunikasi dan Regulasi Penyiaran, Edisi Pertama*. Jakarta Kencana Mulyana.
- Nasution, H, N. (2017). *Kepuasan keluarga melalui komunikasi keluarga yang efektif*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Oktarina, Yety dan abdullah, Y. (2017). *Komunikasi Dalam Perspektif Teori Dan Komunikaif. Cv. Budi Utama*. Deepublish. Retrieved from [https://books.google.co.id/books/about/Komunikasi\\_dalam\\_Perspektif\\_Teori\\_dan\\_Pr.html?id=U8hcDWA AQBAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.co.id/books/about/Komunikasi_dalam_Perspektif_Teori_dan_Pr.html?id=U8hcDWA AQBAJ&redir_esc=y)
- Sobandi, O., & Dewi, N. (2017). Urgensi Komunikasi Dan Interaksi Dalam Keluarga. *Atthulab: Islamic Religion Teaching and Learning Journal*, 2(1). doi:10.15575/ath.v2i1.2722
- T, Kartini. (2021). *Konflik Dalam Keluarga: Penyebab, Pengaruh, dan Solusinya. Mitra Wacana Media*.
- Ulfiah. (2016). *Psikologi Keluarga Pemahaman Hakikat Keluarga Penanganan Problematika Rumah Tangga*. (J. S.H., M.Si.,Dr,H, Ed.). Penerbit Ghalia Indonesia.