

Analisis Literatur Mengenai Dampak Stict Parents Terhadap Pola Komunikasi dan Keterbukaan Anak

Marsya Tuhfatul Riski

Fakultas Agama Islam Program Studi Pendidikan Agama Islam

Universitas Islam Syekh Yusuf, Tangerang Banten

Email: marsyatuhfatulriski@gmail.com

Abstrak

Pola asuh orang tua merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi pembentukan kepribadian, perkembangan emosional, dan pola komunikasi anak. Salah satu pola asuh yang banyak menjadi perhatian adalah strict parenting, yaitu pola pengasuhan yang menekankan aturan, kontrol, dan pengawasan yang tinggi, namun cenderung minim kehangatan serta dukungan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak strict parenting terhadap komunikasi keluarga, keterbukaan anak, dan kesehatan mental berdasarkan kajian literatur. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi literatur melalui pengumpulan, penelaahan, dan analisis berbagai jurnal, buku, serta artikel ilmiah yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strict parenting memiliki dampak positif dan negatif. Dampak positifnya meliputi terbentuknya kedisiplinan, kemandirian, kepatuhan terhadap aturan, serta peningkatan prestasi akademik anak. Namun, di sisi lain, pola asuh ini juga berpotensi menimbulkan stres, kecemasan, rendahnya rasa percaya diri, serta perasaan tertekan akibat minimnya ruang untuk mengekspresikan pendapat. Kondisi tersebut dapat menyebabkan komunikasi dalam keluarga menjadi kurang terbuka, sehingga anak cenderung menutup diri, menyembunyikan masalah, atau berbohong kepada orang tua. Oleh karena itu, diperlukan keseimbangan antara ketegasan dalam menerapkan aturan dengan pemberian kasih sayang, dukungan emosional, serta kesempatan bagi anak untuk menyampaikan pendapat. Komunikasi dua arah yang terbuka dan saling menghargai menjadi faktor penting dalam menciptakan hubungan orang tua dan anak yang sehat serta mendukung perkembangan psikologis anak secara optimal.

Kata Kunci: Stict Parents, Pola Asuh, Komunikasi Keluarga, Keterbukaan Anak, Studi Literatur.

Abstract

Parenting style is one of the primary factors influencing children's personality development, emotional well-being, and communication patterns. One parenting approach that has received considerable attention is strict parenting, which emphasizes high levels of rules, control, and supervision while providing limited warmth and emotional support. This study aims to analyze the impact of strict parenting on family communication, children's openness, and mental health through a literature review. This research employed a qualitative method using a literature study approach by collecting, reviewing, and analyzing relevant journals, books, and scientific articles. The findings indicate that strict parenting has both positive and negative impacts. On the positive side, it promotes discipline, independence, obedience to rules, and improved academic achievement. However, it may also contribute to stress, anxiety, low self-esteem, and feelings of being restricted due to the lack of opportunities for children to express their opinions. These conditions can reduce openness in family communication, leading children to withdraw emotionally, conceal their problems, or lie to their parents. Therefore, parents need to balance firmness in enforcing rules with affection, emotional support, and opportunities for children to express themselves. Open, two-way communication based on mutual understanding and respect is essential for fostering healthy parent-child relationships and supporting children's optimal psychological development.

Keywords: strict parenting, parenting style, family communication, children's openness, literature review.

PENDAHULUAN

Keluarga memiliki peran sebagai tempat pertama bagi anak untuk belajar bersosialisasi dan mendapatkan pendidikan, baik dalam memahami nilai-nilai keyakinan, pengetahuan, maupun sikap dalam kehidupan sehari-hari. Keluarga berperan penting dalam menyampaikan nilai-nilai kehidupan kepada anak agar dapat diterapkan dan diteruskan pada generasi berikutnya. Sebagai lingkungan pertama yang dikenal anak, keluarga menjadi tempat utama bagi anak dalam membentuk perkembangan, perilaku, serta pendidikan anak, terutama karena orang tua memiliki tanggung jawab besar dalam memberikan arahan dan pengajaran. (Nahdlatul & Sulawesi, 2026)

Lingkungan keluarga merupakan tempat belajar paling dekat bagi anak. Dukungan dan peran keluarga sangat berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan, sikap, dan karakter anak. Karena sebagian besar waktu anak dihabiskan bersama keluarga, maka keluarga menjadi dasar utama dalam pembentukan kepribadian, nilai moral, dan pendidikan yang berlangsung sepanjang kehidupan. Selain itu, komunikasi dalam keluarga memiliki peran penting untuk menciptakan hubungan yang baik, saling memahami kebutuhan, serta mempererat hubungan antaranggota keluarga. Melalui komunikasi yang baik, keluarga dapat membantu membentuk perubahan sikap dan perilaku yang lebih positif (Nahdlatul & Sulawesi, 2026).

Komunikasi dan sikap terbuka dalam keluarga bukan hanya sekedar kegiatan biasa yang dilakukan sehari-hari, tetapi menjadi bagian penting dalam membangun hubungan yang baik, memahami perasaan, serta menyelesaikan masalah bersama. Oleh karena itu, banyak ahli mulai memperhatikan bahwa komunikasi yang baik dan keterbukaan dalam keluarga memiliki peran besar dalam menjaga kesehatan psikologis serta meningkatkan kualitas hubungan antaranggota keluarga (Muttaqin & Sugitanata, 2025).

Pola asuh yang diberikan keluarga memiliki pengaruh yang besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama dalam membentuk karakter dan kepribadiannya. Setiap orang tua tentu ingin memberikan hal terbaik bagi anaknya, sehingga hal tersebut menjadi alasan bagi orang tua dalam menentukan cara mendidik dan mengasuh anak. Hal ini sesuai dengan penelitian Damayanti yang menunjukkan bahwa pola asuh orang tua dapat memengaruhi perilaku anak, yang terlihat dari perkembangan anak yang berada dalam kategori sesuai harapan (ilham, 2022).

Orang tua perlu menerapkan pola asuh yang tepat dan mendukung agar potensi anak dapat berkembang dengan baik, karena perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh cara orang tua dalam mendidik dan membimbingnya. Selain itu, lingkungan keluarga juga memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan dan kehidupan anak di masa depan (ilham, 2022).

Setiap orang tua memiliki cara dan pola pikir yang berbeda dalam mendidik serta mengasuh anak. Hal ini menunjukkan bahwa manusia sebagai makhluk ciptaan Allah SWT memiliki sifat, dan perilaku yang beragam, sehingga perbedaan tersebut terlihat dalam kehidupan sehari-hari. Perbedaan itu dapat dilihat dari cara berbicara, bersikap, dan mendidik anak. Ada orang tua yang bersikap lembut, penuh perhatian, dan mendidik dengan baik, sementara yang lain memiliki cara yang berbeda sesuai dengan karakter masing-masing (Siregar et al, 2021).

Di antara berbagai jenis pola asuh, pola asuh ketat (*strict parenting*) menjadi salah satu bentuk pengasuhan yang banyak mendapat perhatian dalam penelitian tentang perkembangan anak. Pola asuh ini biasanya ditandai dengan adanya aturan yang sangat banyak, pengawasan yang kuat, tuntutan tinggi dari orang tua, serta disiplin yang ketat tanpa diimbangi dengan dukungan emosional yang cukup. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana pola asuh yang terlalu ketat dapat memengaruhi perkembangan psikologis anak. Anak yang tumbuh dalam lingkungan yang penuh aturan dan tuntutan dapat mengalami tekanan yang berbeda dibandingkan dengan anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang lebih terbuka dan penuh dukungan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang terlalu ketat dapat menyebabkan dampak seperti rendahnya rasa percaya diri, meningkatnya stres dan kecemasan, serta munculnya sikap melawan atau perilaku agresif pada anak (Nahdlatul & Sulawesi, 2026).

Pola asuh orang tua memiliki peran besar dalam membentuk karakter dan perkembangan psikologis anak. Di satu sisi, orang tua yang menerapkan pola asuh ketat biasanya memberikan target yang tinggi dan dorongan kuat agar anak mencapai tujuan. Hal ini dapat membantu anak membangun kedisiplinan, rasa tanggung jawab, etos kerja, serta kemampuan mengatur waktu dengan baik. Namun, jika diterapkan secara berlebihan, pola asuh ini juga dapat menimbulkan tekanan yang berdampak pada

kondisi psikologis anak. Oleh karena itu, pola asuh ketat perlu diterapkan secara seimbang, yaitu dengan tetap memberikan aturan dan arahan tetapi juga disertai kasih sayang, dukungan, serta komunikasi yang baik agar perkembangan anak dapat berjalan secara optimal tanpa menimbulkan dampak negatif (Nahdlatul & Sulawesi, 2026).

METODE PENELITIAN

Metodologi penelitian yang digunakan untuk membuat ulasan ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Metode kualitatif dapat dipahami sebagai penyelidikan yang digunakan untuk meneliti subjek, dengan peneliti sebagai alat utama, sebagai teknik pengumpulan data gabungan, dan analisis data sebagai hasil penelitian induktif dan kualitatif lebih penting daripada generalisasi (Sugiyono, 2007:1). Dengan metode studi literatur, sebuah rangkaian kegiatan yang sama dengan pengumpulan data pustaka, membaca, mencatat yang telah ditemukan, serta mengumpulkan data dengan membaca jurnal, artikel, dan mengumpulkan karya ilmiah lain nya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setiap orang tua punya cara sendiri dalam mendidik anak karna cara berfikir mereka pun berbeda-beda. Hal ini wajar, karena Allah SWT memang menciptakan manusia dengan sifat dan karakter yang unik, yang kemudian terlihat dari bagaimana mereka bersikap sehari-hari. (Siregar et al, 2021). Berdasarkan berbagai jurnal dan karya ilmiah yang kami baca, banyak keluarga menerapkan pola asuh *strict parents* (orang tua yang sangat mengekang). Akibatnya, anak remaja mereka justru merasa takut untuk dekat dengan keluarganya sendiri. (Putri Adeyola et al., 2024).

Sekarang istilah *strict parents* sering sekali dibahas oleh anak muda dan viral di media sosial. Hal ini biasanya menjadi cara mereka untuk mengkritik cara mendidik atau pola asuh yang diterapkan oleh orang tua mereka (Qiyam, 2024). Sebutan *strict parents* sendiri menggambarkan orang tua yang menuntut anak harus selalu patuh, membuat aturan sendiri tanpa diskusi, dan membatasi anak untuk mengekspresikan dirinya. Di keluarga seperti ini, komunikasi biasanya hanya berjalan satu arah karena pendapat anak jarang didengar. Riset membuktikan bahwa pola asuh yang terlalu mengekang ini membuat komunikasi dua arah menjadi buruk dan memicu remaja untuk menutup diri. Jadi, istilah ini bukan sekadar tren semata, melainkan bukti adanya masalah komunikasi di rumah yang mengganggu privasi anak. Akibatnya, remaja akan berusaha membuat batasan agar tetap punya ruang pribadi. Bagi remaja, privasi itu sangat penting karena membuat mereka merasa punya ruang sendiri yang bebas dari pengawasan ketat orang tua (Kosanke, 2019). Kondisi ini bisa terjadi karena cara mendidik orang tua sebenarnya dipengaruhi oleh banyak faktor luar, salah satunya adalah bagaimana cara orang tua merespons perubahan dan perkembangan sosial yang sedang terjadi di masyarakat (Nadia Nurfadila Ramadhani & Dema Tesniyadi, 2025)

Setiap orang tua tentu menginginkan yang terbaik untuk masa depan anaknya melalui pola asuh yang mereka terapkan. Namun, harapan-harapan besar tersebut sering kali tanpa disadari menciptakan beban komunikasi. Keinginan agar anak tumbuh sukses dan terhindar dari kesalahan, lambat laun berubah menjadi tuntutan atau tekanan yang tercermin dari cara orang tua berkomunikasi sehari-hari. (Muttaqin & Sugitanata, 2025).

Alasan utama orang tua membuat aturan yang ketat adalah untuk menjaga dan melindungi anak mereka dari pengaruh buruk atau hal-hal yang bisa merugikan si anak (Handayani, 2024). Namun, karena pola asuh *strict parents* ini sifatnya terlalu mengekang dan banyak mengatur, anak-anak sering merasa kehilangan waktu untuk bermain atau sekadar bersantai. Akibat aturan yang serba berat ini, anak juga jadi merasa wajib meminta izin untuk melakukan hal sekecil apa pun (Sultonah et al., 2024). Dampaknya, anak merasa selalu dimata-matai secara berlebihan. Sebagai bentuk pertahanan diri,

mereka akhirnya memilih untuk merahasiakan kehidupan pribadi mereka dari orang tua. Jika dibiarkan terus dalam jangka panjang, hal ini bisa memicu stres, membuat anak tidak percaya diri, hingga menyebabkan gangguan pada kesehatan mental mereka (Kosanke, 2019).

Padahal, setiap anak sangat membutuhkan kasih sayang dari orang tuanya. Sayangnya, orang tua yang sangat mengekang (*strict parents*) biasanya jarang menunjukkan kedekatan emosional. Mereka cenderung bersikap dingin, kaku, bahkan kasar kepada anak. Orang tua dengan tipe ini juga sering berteriak ketika berkomunikasi, serta jarang atau hampir tidak pernah memberikan dukungan maupun pujian atas usaha si anak (Sultonah et al., 2024). Akibatnya, jangan heran jika anak-anak ini akhirnya merasa jauh lebih nyaman dan aman untuk curhat atau bercerita kepada orang lain daripada kepada orang tua mereka sendiri (Muttaqin & Sugitanata, 2025). Pada akhirnya, pola asuh yang awalnya dianggap baik dan niatnya demi masa depan anak justru berdampak sebaliknya. Anak malah merasa tidak nyaman, stres, dan tertekan. Efek buruknya bisa terlihat langsung pada penurunan nilai sekolah mereka, kesulitan bergaul, hingga memicu anak untuk melakukan kenakalan atau perilaku menyimpang..

Anak yang dibesarkan oleh orang tua yang ketat (*strict parents*) biasanya tumbuh menjadi pribadi yang lebih sopan, menghormati orang tua, mandiri, dan disiplin karena sudah terbiasa dididik seperti itu sejak kecil. Di sekolah, mereka juga cenderung memiliki nilai akademis yang bagus. Namun, di sisi lain, pola asuh ini juga punya dampak negatif. Karena terlalu dikekang, anak bisa menjadi pemberontak demi mendapatkan kebebasan. Mereka sering berbohong, sengaja melanggar aturan, nakal di sekolah, atau menyembunyikan banyak hal karena takut dimarahi dan merasa orang tua tidak akan mau mengerti kondisi mereka. (Qiyam, 2024).

Untuk mengurangi dampak negatif, penelitian ini mengingatkan untuk menyeimbangkan pengawasan orang tua dan kebebasan anak. Orang tua harus sadar bahwa disiplin memang perlu, tetapi memberikan kesempatan kepada anak (termasuk yang sudah kuliah) untuk mengambil keputusan sendiri dan belajar dari kesalahan jauh lebih penting (Nadia Nurfadila Ramadhani & Dema Tesniyadi, 2025). Hubungan yang baik membutuhkan dua arah: orang tua harus mau mendengarkan apa yang diinginkan dan dibutuhkan anak, sedangkan anak juga harus mencoba mengerti sudut pandang dan alasan di balik aturan yang dibuat oleh orang tua mereka (Handayani, 2024). Di sisi lain, ketika anak merasa dimengerti dan tidak terus-menerus disalahkan, mereka akan lebih percaya dan mau bercerita kepada orang tua. Oleh karena itu, walupun tipe orang tua *strict parents* sangat ketat dalam aturan, komunikasi yang penuh empati dan pengertian tetap menjadi kunci utama agar hubungan emosional antara orang tua dan anak tetap hangat (Nahdlatul & Sulawesi, 2026).

Pada keluarga yang mengekang, privasi atau kebutuhan anak sering kali tidak dipedulikan karena orang tua merasa berhak mencampuri semua urusan anak dengan alasan "peduli" atau ingin "mengawasi". Padahal, komunikasi yang terbuka sangat penting agar anak merasa didengar, dihargai, dan disayangi. Hal ini lah yang nanti nya membuat mental anak lebih sehat dan membuat mereka lebih pandai bergaul (Kosanke, 2019). Oleh karena itu, menjadi orang tua yang tegas (*strict parents*) bukan berarti tidak bisa memberikan dukungan kepada anak. Asalkan orang tua mau membuka diri, mendengarkan opini anak, dan memberikan pujian atau apresiasi, anak pun akan tetap merasa disayangi dan dipahami. Sikap mendukung inilah yang menjadi kunci untuk membangun hubungan yang akrab, memupuk rasa percaya, serta membantu mental dan emosi anak tumbuh dengan sehat (Nahdlatul & Sulawesi, 2026).

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis di atas, bisa disimpulkan bahwa *strict parents* adalah gaya mendidik di mana orang tua membuat semua aturan di rumah, dan anak wajib mematuhi seluruh perintah tersebut tanpa kecuali (Putri Adeyola et al., 2024). Walaupun banyak orang mengira cara ini ampuh untuk

melatih kedisiplinan dan sopan santun, pola asuh ini sebenarnya bisa memicu salah paham dan berdampak buruk bagi tumbuh kembang anak. Sebab, sikap yang terlalu galak dan pengawasan yang kelewat ketat justru bisa mematikan kreativitas serta membuat anak susah mandiri (Handayani, 2024). Efeknya, anak mungkin tumbuh menjadi orang yang punya banyak kemampuan atau ahli dalam suatu hal, tetapi mereka akan kesulitan untuk mengutarakan isi hatinya, kaku saat bergaul, dan gampang stres atau tertekan saat melakukan kesalahan. (Nadia Nurfadila Ramadhani & Dema Tesniyadi, 2025).

Oleh karna itu, anak akan melihat pola asuh orang tua sebagai bentuk dukungan, bimbingan, dan motivasi untuk membentuk karakter mereka menjadi pribadi yang baik. Hal ini bisa terwujud jika orang tua memiliki wibawa di mata anak. Cara nya adalah dengan selalu menyelaraskan perkataan dan perbuatan, mau membuka diri untuk berkomunikasi, serta selalu menghargai setiap usaha dan potensi yang dimiliki oleh anak (Pratiwi & Nugraha, 2021). Sederhananya, jika orang tua menerapkan cara mendidik yang positif, maka perkembangan anak juga akan ikut positif. Sebaliknya, pola asuh yang negatif akan merusak perkembangan emosi anak. Sebab pada hakikat nya, tidak ada orang tua yang ingin anak nya gagal, semua orang tua pasti ingin anaknya tumbuh menjadi yang terbaik (Putri Adeyola et al., 2024).

DAFTAR PUSTAKA

- Handayani, D. R. W. (2024). Miskonsepsi Strict Parent Pada Anak Perempuan Jawa. *Keluarga: Jurnal Ilmiah Pendidikan Kesejahteraan Keluarga*, 10(2), 98–107. <https://doi.org/10.30738/keluarga.v10i2.17581>
- ilham, L. (2022). Islamic EduKids: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini DAMPAK POLA ASUH OTORITER TERHADAP PEKEMBANGAN ANAK. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 63–72.
- Kosanke, R. M. (2019). *Strict Parents*. 7(7), 892–895.
- Muttaqin, M. A., & Sugitanata, A. (2025). Menutup jalan-jalan yang retak : Analisis terputusnya komunikasi dan keterbukaan anak terhadap orang tua dalam perspektif sadd adz- dzarī ' ah Komunikasi dan keterbukaan dalam keluarga bukan sekadar aktivitas. *The Indonesian Journal of Islamic and Civil Law*, 6(2), 158–183. <https://ejournal.iainutuban.ac.id/index.php/jaksya/article/view/1184/652>
- Nadia Nurfadila Ramadhani, & Dema Tesniyadi. (2025). Peran Pola Asuh Strict Parents Dalam Pembentukan Perilaku Mahasiswa Pendidikan Sosiologi Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *SABANA: Jurnal Sosiologi, Antropologi, Dan Budaya Nusantara*, 4(2), 229–234. <https://doi.org/10.55123/sabana.v4i2.5146>
- Nahdlatul, U., & Sulawesi, U. (2026). DAMPAK KOMUNIKASI KELUARGA (ORANG TUA DAN ANAK) TERHADAP KETERBUKAAN DIRI REMAJA PADA POLA ASUH STRICT PARENTS (STUDI KASUS DI DESA ANDOWENGA KECAMATAN POLI-POLIA KABUPATEN KOLAKA TIMUR). 4(1), 60–65.
- Pratiwi, D. K., & Nugraha, A. (2021). Pengaruh Self-Control Terhadap Perilaku Adiktif Remaja Pada Penggunaan Gadget. *Jurnal Psikologi Talenta*, 5(1), 82–95.
- Putri Adeyola, A., Septriani, T., & Haryati, A. (2024). Analisis Pola Asuh Strict Parents Terhadap Anak Remaja di Lingkungan Keluarga. *DAWUH : Islamic Communication Journal*, 5(1), 27–35. <https://doi.org/10.62159/dawuh.v5i1.1148>
- Qiyam, J. Al. (2024). *Jurnal Al – Qiyam*. 5(1), 54–64.
- Siregar et al. (2021). Model Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Perkembangan Kepribadian Anak. *Jurnal Golden Age, Universitas Hamzanwadi Vol.*, 5(02), 139–146.

Sultonah, N., Nada, S. Q., & Aini, D. K. (2024). Pola Asuh Strict Parenting dan Implikasinya pada Tingkat Kemandirian Mahasiswa UIN Walisongo Semarang. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(8), 156–172.