

## Parentifikasi dan Pola Komunikasi dalam Keluarga: Pengalaman Fenomenologis Anak Sulung

Cinta Nassapramita<sup>1</sup>, Farid Rusdi<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Tarumanagara, Jakarta  
Email: cinta.915220225@stu.untar.ac.id

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Tarumanagara, Jakarta\*  
Email: farid@fikom.untar.ac.id

Masuk tanggal : 11-01-2025, revisi tanggal : 05-02-2025, diterima untuk diterbitkan tanggal : 15-03-2025

---

### **Abstract**

*Parentification is a condition in which a child assumes emotional or instrumental responsibilities that should be carried out by the parents. This phenomenon is commonly experienced by firstborn children in families with unequal communication patterns, economic pressure, or emotional conflict. This study aims to understand the meaning of parentification and to describe the communication patterns between firstborn children and their parents in families experiencing role imbalance. The theoretical framework includes family systems theory, parentification theory, family communication theory, and role theory as the basis for understanding the relationships and interaction patterns that emerge within the family. This study employed a qualitative phenomenological approach through in-depth interviews with three informants who experienced parentification with varying intensities. The findings indicate that parentification appears through both emotional and instrumental roles, such as mediating conflicts and managing the family's emotional atmosphere. The communication patterns formed tend to be one-way, provide limited space for expression, and place the child in a position of maintaining family stability. Parentification is understood ambivalently, both as a form of moral responsibility and as a source of psychological pressure and emotional fatigue. This study concludes that empathetic communication and clear generational boundaries are necessary to ensure that a child's role remains aligned with their developmental stage.*

**Keywords:** family communication, firstborn child, parentification, phenomenology

### **Abstrak**

Parentifikasi merupakan kondisi ketika anak mengambil alih tanggung jawab emosional maupun instrumental yang seharusnya dijalankan oleh orang tua. Fenomena ini sering dialami anak sulung dalam keluarga dengan komunikasi yang tidak setara, tekanan ekonomi, atau konflik emosional. Penelitian ini bertujuan untuk memahami makna parentifikasi serta menggambarkan pola komunikasi antara anak sulung dan orang tua dalam keluarga yang mengalami ketidakseimbangan peran. Teori yang digunakan meliputi teori sistem keluarga, teori parentifikasi, teori komunikasi keluarga, dan teori peran sebagai dasar untuk memahami hubungan dan pola interaksi yang muncul dalam keluarga. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif fenomenologis melalui wawancara mendalam terhadap tiga informan yang mengalami parentifikasi dengan intensitas berbeda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa parentifikasi muncul melalui peran emosional dan instrumental, seperti menjadi penengah konflik, mengatur suasana keluarga. Pola komunikasi yang terbentuk cenderung bersifat satu arah, kurang memberi ruang ekspresi, dan membuat anak berperan untuk menjaga stabilitas keluarga. Parentifikasi dimaknai secara ambivalen, baik sebagai bentuk tanggung jawab moral maupun sebagai sumber tekanan psikologis dan kelelahan emosional. Penelitian ini

menyimpulkan perlunya komunikasi empatik dan batas generasi yang jelas agar peran anak tetap sesuai pada tahap perkembangannya.

**Kata Kunci:** anak sulung, fenomenologi, komunikasi keluarga, parentifikasi

## 1. Pendahuluan

Keluarga merupakan sistem sosial pertama yang membentuk landasan perkembangan kepribadian setiap individu. Di dalamnya, anak belajar nilai, norma, dan pola komunikasi yang akan mempengaruhi proses interaksi sosial sepanjang hidup. Ketika keluarga berfungsi secara optimal, hubungan antara anggota keluarga berlangsung dalam suasana yang penuh kasih sayang, dukungan emosional, serta stabilitas peran. Namun, pada kondisi tertentu, sistem keluarga dapat mengalami ketidakseimbangan sehingga munculnya fenomena disfungsional, salah satunya parentifikasi. Yaitu situasi ketika anak mengambil peran dan tanggung jawab orang tua secara prematur. (Ducommun-Nagy, 2018; Jurkovic, 1997)

Parentifikasi muncul ketika orang tua tidak mampu memenuhi fungsi emosional atau instrumental sehingga beban tersebut bergeser kepada anak (Wijiwigati & Suminar, 2025). Dalam konteks budaya kolektivistik seperti Indonesia, anak sulung memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap pembalikan peran karena norma sosial yang menempatkannya sebagai figur penopang keluarga (Sengkey et al., 2025). Kondisi ini dapat menimbulkan tekanan psikologis seperti kecemasan, konflik peran, serta kebingungan identitas.

Penelitian Wijiwigati & Suminar menunjukkan bahwa persepsi ketidakadilan pada anak yang mengalami parentifikasi berhubungan signifikan dengan tingkat depresi pada remaja akhir (Wijiwigati & Suminar, 2025). Hal serupa diperkuat oleh Lestari & Hariastuti yang mengidentifikasi bahwa parentifikasi berkaitan dengan rendahnya *self-worth* dan munculnya perilaku agresif sebagai kompensasi emosional (Lestari & Hariastuti, 2020). Pada konteks anak sulung dewasa awal, Sengkey menemukan bahwa beban ganda sebagai penopang ekonomi sekaligus sandaran emosional keluarga sering kali muncul bukan sebagai pilihan sadar, melainkan respons terhadap krisis keluarga, sehingga menimbulkan kecemasan, rasa bersalah, hingga penundaan aspirasi pribadi (Sengkey et al., 2025).

Parentifikasi tidak hanya berkaitan dengan perubahan peran, tetapi juga melibatkan pola komunikasi keluarga yang terbentuk dibawah tekanan emosional. Komunikasi yang tidak setara, komunikasi satu arah, dan keterbatasan ruang bagi anak untuk mengekspresikan emosi sering kali memperkuat beban psikologis yang dialami anak sulung (Apriliyanti, 2025). Sebaliknya, komunikasi yang terbuka dan empatik dapat membantu anak memahami makna tanggung jawab yang ia emban serta mengurangi dampak negatif parentifikasi (Ayuningtyas & Zhahara, 2023). Dengan demikian, pola komunikasi keluarga menjadi unsur penting untuk memahami bagaimana anak sulung memaknai pengalaman parentifikasi.

Meskipun parentifikasi bukan fenomena baru, penelitian yang mengkaji makna subjektif pengalaman ini dari perspektif komunikasi keluarga di Indonesia masih terbatas. Terutama, belum banyak kajian yang menjelaskan bagaimana anak sulung membangun makna terhadap peran emosional dan instrumental yang dipaksakan oleh situasi keluarga, serta bagaimana pola komunikasi dalam keluarga membentuk pengalaman tersebut. Kondisi inilah yang menjadi alasan utama dilakukannya penelitian ini.

Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana anak sulung memaknai parentifikasi, dan bagaimana pola komunikasi terbentuk antara anak sulung dan orang tua dalam konteks parentifikasi tersebut? Penelitian ini juga bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman parentifikasi yang dialami anak sulung, baik dalam dimensi emosional maupun instrumental, mendeskripsikan pola komunikasi yang terbentuk antara anak sulung dan orang tua dalam konteks parentifikasi, menafsirkan makna subjektif yang dibangun anak sulung terhadap peran yang mereka jalani dalam sistem keluarga yang tidak seimbang.

Tinjauan teoritis dalam penelitian ini menggunakan beberapa teori yang mengacu pada kerangka teoritis utama. Teori sistem keluarga yang menjelaskan disfungsi sistem keluarga dan pergeseran peran (Hidayaturrahman et al., 2020). menjelaskan bahwa ketika orang tua memiliki beban emosional yang tidak terselesaikan, mereka cenderung melakukan *emotional overflow* ke anak, yang membuat anak mengambil posisi sebagai “pengatur emosi” orang tua. Hal ini selaras dengan konsep triangulasi, di mana anak diseret masuk ke dalam konflik orang tua sebagai mediator.

Teori parentifikasi, yang menyoroti pembalikan peran anak dan dampak psikologisnya (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973; Jurkovic, 1997). Memaknai parentifikasi sebagai bentuk loyalitas tak seimbang di mana anak diminta memberi lebih banyak daripada yang ia terima. (Jurkovic, 1997) kemudian memperdalam konsep dan memetakan parentifikasi ke dalam dua dimensi yaitu yang pertama parentifikasi instrumental meliputi tanggung jawab fisik dan utilitarian seperti mengurus pekerjaan rumah, menjaga adik, mengelola keuangan, atau membantu ekonomi keluarga. Sedangkan parentifikasi emosional melibatkan tuntutan menjadi pendengar orang tua, menjadi penengah konflik, pemberi nasihat, atau tempat pelarian beban emosional orang tua.

Teori komunikasi keluarga menjelaskan bagaimana orientasi percakapan dan konformitas membentuk relasi komunikatif dalam keluarga (Bahfiarti, 2016; Galvin et al., 2018). Dalam konteks parentifikasi ini, pola komunikasi yang minim dialog, cenderung hierarkis, serta tidak memvalidasi perasaan anak dapat menyebabkan anak memikul beban emosional yang semestinya ditangani orang tua. Komunikasi keluarga menjadi jendela utama untuk memahami bagaimana beban peran dialihkan, dinegoisasikan, dan dipersepsikan oleh anak.

Teori keempat adalah teori peran Biddle yang dijelaskan dalam Awaru dan membahas ekspektasi social terhadap posisi anak sulung dan munculnya konflik peran (Awaru, 2021). Teori Peran (*Role Theory*) menjelaskan bagaimana ekspektasi sosial dan struktural membentuk perilaku individu dalam kelompok sosial. Anak sulung secara budaya sering dianggap memiliki peran tambahan seperti menjaga adik, membantu orang tua, dan menjadi “wakil” orang tua ketika tidak hadir.

Biddle menyatakan bahwa konflik peran terjadi ketika individu dihadapkan pada tuntutan peran yang bertentangan atau melebihi kapasitas (Awaru, 2021). Ekspektasi berlebihan terhadap anak sulung dapat menciptakan konflik peran antara tugas perkembangan usia mereka dengan tuntutan keluarga. Dalam budaya Indonesia, norma kesopanan, penghormatan pada orang tua, dan struktur keluarga patriarkal sering kali memperkuat legitimasi parentifikasi sebagai “kewajiban moral”. Pemaknaan ini penting dalam penelitian karena menjelaskan mengapa parentifikasi tidak selalu dilihat sebagai beban oleh anak, melainkan sebagai bagian dari loyalitas keluarga.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian fenomenologi yang berlandaskan pada paradigma konstruktivisme. Paradigma konstruktivisme memandang realitas sebagai konstruksi sosial yang dibentuk melalui interaksi dan pengalaman subjektif individu (Y. A. Harahap & Amril M, 2024). Paradigma ini sesuai dengan tujuan penelitian yang berupaya memahami makna parentifikasi dari sudut pandang anak sulung, untuk menafsirkan makna yang mereka bangun melalui relasi dan komunikasi dalam keluarga.

Pendekatan fenomenologi digunakan karena menekankan penggalian *lived experience* partisipan (Creswell & Poth, 2016; Nasution, 2023). Metode ini memfasilitasi peneliti untuk mengungkap struktur kesadaran, persepsi, dan interpretasi anak sulung terhadap pengambilan peran emosional maupun instrumental dalam keluarga yang mengalami ketidakseimbangan fungsi.

Penelitian ini berada dalam bidang ilmu komunikasi, khususnya komunikasi keluarga, dengan fokus pada: makna parentifikasi, pola komunikasi keluarga, dan konstruksi subjektif. Materi kajian ini mencakup narasi pengalaman, dinamika komunikasi, interpretasi emosional, dan struktur makna yang dibangun partisipan dalam hubungan mereka dengan orang tua.

Pemilihan informan penelitian ini adalah anak sulung yang mengalami parentifikasi dalam keluarga yang menunjukkan ketidakseimbangan peran. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Abdussamad, 2021). Pendekatan ini sesuai dengan karakteristik penelitian fenomenologi yang mengutamakan kedalaman pengalaman. Kriteria informan mencakup anak sulung, berusia 18-25 tahun, bersedia menjadi informan dan berasal dari keluarga dengan komunikasi keluarga atau distribusi peran yang tidak seimbang.

Teknik pengumpulan data digunakan dalam penelitian ini yaitu, wawancara mendalam. Wawancara semi-terstruktur digunakan sebagai teknik utama karena memungkinkan eksplorasi mendalam terhadap makna personal, pengalaman emosional, dan dinamika komunikasi dalam keluarga (Sugiyono, 2013). Kedua yaitu Observasi Non- Partisipatif berfungsi sebagai data pendukung untuk memperkuat interpretasi narasi partisipan (Nasution, 2023)

Teknik analisis data mengikuti tiga tahapan fenomenologi yaitu, reduksi data adalah hasil wawancara dikumpulkan, disaring, dan dipilih berdasarkan relevansinya dengan fenomena parentifikasi (N. Harahap, 2020). Pernyataan yang tidak mendukung fokus penelitian dieliminasi. Selanjutnya, penyajian data dilakukan secara naratif untuk menggambarkan hubungan antartema secara utuh. Dan ketiga adalah penarikan makna, tahap ini menghasilkan pemahaman menyeluruh tentang struktur makna parentifikasi dalam konteks komunikasi keluarga.

Keabsahan data adalah validitas penelitian dijamin menggunakan empat kriteria Lincoln & Guba (Lincoln & Guba, 1985). Pertama adalah *credibility*, yaitu langkah ini memastikan bahwa temuan benar-benar mencerminkan pengalaman anak sulung yang mengalami parentifikasi. Kedua, yaitu *transferability*, hal ini memungkinkan pembaca menilai relevansi hasil pada konteks keluarga lain. Ketiga *dependability* berupa dokumentasi proses penelitian dari pengumpulan hingga analisis data. Keempat adalah *confirmability* dijaga dengan refleksi peneliti terhadap bias pribadi serta triangulasi sumber dan teknik pengumpulan data. Melalui prosedur ini,

penelitian mampu menghasilkan temuan yang valid secara makna dan representatif terhadap pengalaman anak sulung dalam menjalani parentifikasi.

### 3. Hasil Temuan dan Diskusi

Penelitian ini melibatkan informan yang merupakan anak sulung dalam keluarga inti dan pernah mengalami kondisi parentifikasi, baik secara emosional maupun instrumental. Informan memiliki latar belakang keluarga yang cenderung jarang berkomunikasi pada hari kerja karena kesibukan masing-masing, tetapi tetap menjaga kebersamaan pada akhir pekan melalui aktivitas keluarga.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa parentifikasi pada anak sulung muncul melalui dua bentuk utama, yaitu parentifikasi instrumental dan parentifikasi emosional. Kedua bentuk parentifikasi tersebut berkaitan erat dengan pola komunikasi keluarga, khususnya pola komunikasi yang bersifat linier, kurang setara, serta minim validasi emosional.

Temuan ini menunjukkan bentuk parentifikasi instrumental yang menjelaskan bahwa informan mengalami pengambilan alih berbagai pekerjaan orang tua sejak usia dini. Tugas ini meliputi membantu pekerjaan rumah, menjaga adik, hingga ikut mengambil keputusan domestik ketika orang tua tidak hadir. Parentifikasi instrumental terjadi secara konsisten, bukan insidental, sehingga membentuk pola peran yang menetap dalam keluarga.

Selain tugas fisik, informan juga mengalami bentuk parentifikasi emosional, yaitu memikul tanggung jawab emosional. Orang tua cenderung menjadikan informan sebagai tempat meluapkan keluhan, berbagi kecemasan, maupun meminta dukungan emosional. Kondisi ini menyebabkan informan memiliki peran sebagai “penjaga stabilitas emosi keluarga”.

Pola komunikasi keluarga cenderung kurang dialogis. Informasi lebih banyak mengalir dari orang tua ke anak secara satu arah. Ekspresi perasaan jarang dibahas secara terbuka, sehingga informan belajar memendam kebutuhan pribadi demi menjaga harmoni keluarga. Minimnya komunikasi setara memperkuat terjadinya parentifikasi, terutama dalam bentuk emosional.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa informan memiliki tingkat kedewasaan yang lebih cepat dibandingkan dengan anak pada usia yang sama. Informan memandang tanggung jawab berlebih sebagai hal yang “normal” dan bagian dari tugas moral sebagai anak sulung. Namun, kondisi ini juga menimbulkan tekanan emosional dan perasaan harus selalu kuat.

Dalam jangka panjang, parentifikasi yang tidak disadari memengaruhi kemampuan informan dalam mengenali batas diri. Informan cenderung sulit meminta bantuan kepada orang lain, lebih mengutamakan kebutuhan orang lain dibanding diri sendiri, dan merasa bersalah ketika tidak dapat memenuhi ekspektasi keluarga.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa parentifikasi terjadi karena pola komunikasi keluarga yang tidak seimbang, anak sulung yang mengambil alih peran dewasa baik secara emosional maupun instrumental, dan minimnya validasi emosional yang memperkuat kecenderungan anak untuk menjadi penopang utama keluarga, serta dampak jangka panjang mencakup beban emosional, pergeseran identitas diri, dan internalisasi tanggung jawab berlebihan.

## Diskusi dan Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman parentifikasi pada ketiga informan tidak bersifat tunggal, melainkan membentuk spektrum yang mempengaruhi perkembangan keluarga dan kondisi emosional orang tua. Temuan ini berkaitan dengan konsep parentifikasi yang dikemukakan oleh Boszormenyi-Nagy & Spark (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973). Anak mengambil alih peran instrumental maupun emosional yang seharusnya menjadi bagian dari orang tua.

Temuan pada Citra dan Rike menunjukkan parentifikasi ganda, karena mereka tidak hanya mengelola kebutuhan rumah tangga dan adik, tetapi juga menjadi penopang utama beban emosional orang tua. Pola ini sesuai dengan kategori *destructive parentification* (Jurkovic, 1997) ialah kondisi ketika peran orang tua yang dipikul anak berlangsung berlebihan dan berkepanjangan sehingga memberi efek negatif terhadap perkembangan emosional dan identitas diri anak.

Pada kasus Citra, parentifikasi terlihat dari beban instrumental dan emosional yang berjalan bersamaan, terutama ketika harus mendengarkan keluh kesah orang tua dan mengurus rumah. Kondisi ini berkaitan dengan temuan (Hooper, 2007) bahwa anak sulung di keluarga dengan tekanan ekonomi cenderung menjadi figur pengganti orang tua dalam berbagai aspek. Selain itu, Rike menunjukkan bentuk parentifikasi emosional paling ekstrem. Ia sering dijadikan penengah konflik, saksi pertengkaran, serta penyangga emosi kedua orang tuanya. Hal ini menguatkan penjelasan (Chase, 1999) bahwa parentifikasi emosional yang berkepanjangan dapat menyebabkan rasa terjebak, kelelahan emosional, dan potensi trauma jangka panjang.

Sebaliknya, pengalaman Naya mencerminkan *adaptive parentification* (Jurkovic, 1997), karena peran tambahan yang dijalankannya tetap diimbangi oleh dukungan emosional, dan keterbukaan komunikasi dari orang tua. Penelitian ini menegaskan bahwa parentifikasi merupakan fenomena spektrum yang bergantung pada kondisi keluarga, dukungan emosional dan pola komunikasi yang terbangun di dalam sistem keluarga.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga memiliki kaitan signifikan dalam bentuk pengalaman parentifikasi. Berdasarkan teori orientasi komunikasi keluarga Koerner dan Fitzpatrick, ditemukan bahwa keluarga Citra dan Rike memiliki orientasi konformitas tinggi, yang ditandai dengan komunikasi satu arah, tuntutan kepatuhan, serta minimnya ruang diskusi (Koerner & Fitzpatrick, 2002). Pola ini tampak ketika Citra merasa percuma menyampaikan keberatan, dan ketika Rike diajarkan hanya boleh menjawab “iya” sejak kecil. Komunikasi semacam ini memperkuat pembagian peran yang tidak setara dan mendorong anak sulung untuk mengambil tanggung jawab yang melampaui kapasitas perkembangan mereka.

Teori Bowen membantu menjelaskan kondisi ini melalui konsep diferensiasi diri yang rendah, yaitu situasi ketika keluarga memiliki tingkat kecemasan tinggi dan kurang mampu mengelola emosi secara matang. Dalam situasi demikian, anak sulung sering dijadikan “emotional buffer”, yaitu sebagai penyangga ketegangan keluarga. Temuan penelitian ini memperkuat konsep tersebut, khususnya pada pengalaman Rike yang secara konsisten ditarik ke dalam konflik orang tua.

Di sisi lain, keluarga Naya menunjukkan orientasi percakapan tinggi Koerner dan Fitzpatrick, yang ditandai dengan keterbukaan, diskusi dua arah, dan kesempatan bagi anak untuk menyampaikan batas diri (Koerner & Fitzpatrick, 2002). Meskipun tetap terdapat ekspektasi moral tertentu, pola komunikasi ini membuat dampak parentifikasi terhadap Naya jauh lebih ringan. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi

terbuka tidak sepenuhnya menghilangkan parentifikasi, tetapi mampu mengurangi intensitas tekanan dan meningkatkan kemampuan anak dalam mengelola peran tambahan tersebut. Secara keseluruhan. Penelitian ini menegaskan bahwa pola komunikasi keluarga berperan penting dalam menentukan tingkat tekanan psikologis yang dialami anak sulung, terutama ketika mereka menjalankan peran yang tidak sesuai dengan tahap perkembangan mereka.

Dalam pendekatan fenomenologis, makna pengalaman dibentuk melalui refleksi individual terhadap kejadian sehari-hari. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga informan memberi makna yang berbeda terhadap pengalaman parentifikasi sesuai kondisi relasional mereka. Bagi Citra, parentifikasi dimaknai sebagai *kewajiban moral untuk selalu kuat*, terlepas dari kebutuhan emosionalnya sebagai seorang anak. Makna ini menunjukkan internalisasi *role reversal*, ketika anak mengambil identitas sebagai figur dewasa sebelum waktunya. Hal ini menggambarkan beban psikologis yang sering tidak tampak secara kasatmata namun berdampak pada perkembangan identitas diri.

Bagi Rike, makna parentifikasi berpusat pada kehilangan batas diri dan kepenuhan emosional. Jarak fisik maupun emosional dari keluarga ia maknai sebagai bentuk perlindungan diri, sejalan dengan temuan (Hooper, 2007) bahwa individu yang mengalami parentifikasi emosional berat cenderung menarik diri sebagai mekanisme koping. Berbeda dengan keduanya, Naya memaknai parentifikasi sebagai kemandirian dan kontribusi positif, karena ia merasakan dukungan keluarga dan kesempatan untuk menyampaikan pendapat. Makna ini sesuai dengan konsep *adaptive parentification* yang menggarisbawahi bahwa peran tambahan tidak selalu menghasilkan luka emosional apabila keluarga tetap menyediakan dukungan.

Temuan ini menegaskan bahwa makna subjektif sangat dipengaruhi oleh hubungan komunikatif, dukungan emosional, dan struktur relasi dalam keluarga. Perbedaan makna yang muncul menjawab rumusan masalah penelitian mengenai bagaimana anak sulung menafsirkan pengalaman mereka sebagai figur pengganti orang tua.

Ketidakseimbangan relasi komunikatif dan dampaknya terhadap peran anak menjadi temuan penting lain yang memperkuat teori Bowen (1978). Dalam keluarga dengan diferensiasi rendah, anak sering ditempatkan pada posisi yang tidak proporsional dengan peran perkembangannya. Pada keluarga Citra & Rike, ketidakseimbangan ini terlihat jelas melalui pembagian emosi dan tanggung jawab yang tidak setara. Orang tua berperan sebagai pihak yang membutuhkan dukungan, sedangkan anak menjadi pemberi dukungan tanpa memperoleh umpan balik yang memadai.

Literatur Jurkovic menjelaskan bahwa ketimpangan ini merupakan inti dari *destructive parentification*: anak berlaku sebagai *caregiver* bagi orang tua yang tidak mampu memberikan dukungan emosional balik (Jurkovic, 1997). Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi semacam ini memunculkan kelelahan emosional, penurunan *sense of self*, hingga strategi penarikan diri sebagaimana terlihat pada Rike. Sebaliknya, keluarga Naya menunjukkan bahwa meskipun ketidakseimbangan tetap ada, mekanisme perbaikan relasi melalui permintaan maaf, dialog, dan penjelasan terbuka mampu mengurangi dampak negatifnya. Ini memperlihatkan bahwa pola komunikasi adaptif dapat menjadi faktor pelindung bagi anak sulung yang menjalankan peran tambahan dalam keluarga.

#### 4. Simpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa parentifikasi pada anak sulung merupakan fenomena yang muncul akibat ketidakseimbangan peran dalam sistem keluarga, khususnya ketika orang tua tidak mampu menjalankan fungsi emosional maupun instrumental secara optimal. Berdasarkan temuan penelitian, parentifikasi dialami dalam dua bentuk utama, yaitu parentifikasi instrumental dan emosional, yang keduanya saling berkaitan dengan pola komunikasi keluarga yang tidak seimbang. Anak sulung tidak hanya mengambil alih tugas orang tua, tetapi juga memikul tanggung jawab emosional seperti menjadi penengah konflik dan penjaga stabilitas emosi keluarga.

Menjawab rumusan masalah pertama, penelitian ini menunjukkan bahwa anak sulung memaknai pengalaman parentifikasi sebagai pengalaman yang mengandung makna ganda. Di satu sisi, parentifikasi dipahami sebagai bentuk tanggung jawab moral, loyalitas keluarga, dan kedewasaan yang harus dijalani sebagai anak sulung. Di sisi lain, pengalaman ini juga dimaknai sebagai sumber tekanan psikologis, kelelahan emosional, serta kehilangan ruang untuk memenuhi kebutuhan perkembangan diri. Perbedaan makna ini berkaitan dengan tingkat dukungan emosional yang diterima serta kualitas relasi komunikatif dalam keluarga.

Pola komunikasi yang terbentuk antara anak sulung dan orang tua dalam konteks parentifikasi cenderung bersifat satu arah, hierarkis, dan minim validasi emosional. Pola komunikasi dengan orientasi konformitas tinggi memperkuat pembalikan peran dan meningkatkan beban emosional anak. Sebaliknya, komunikasi yang lebih terbuka, dialogis, dan empatik mampu menurunkan intensitas tekanan parentifikasi, sehingga peran tambahan yang dijalani anak dapat dimaknai secara adaptif. Implikasi dari penelitian ini menegaskan pentingnya penguatan komunikasi empatik dan pembatasan peran yang jelas antargenerasi dalam keluarga.

Orang tua perlu menyadari batas peran anak sesuai tahap perkembangan agar tanggung jawab emosional dan instrumental tidak dialihkan secara berlebihan. Secara teoretis, penelitian ini memperkaya kajian komunikasi keluarga dengan perspektif fenomenologis mengenai makna subjektif parentifikasi pada anak sulung. Secara praktis, temuan ini dapat menjadi dasar bagi edukasi keluarga, konselor, dan praktisi komunikasi keluarga dalam merancang intervensi yang mendorong relasi keluarga yang lebih setara, sehat, dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis anak.

#### 5. Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Tarumanagara, narasumber, serta seluruh pihak yang telah mendukung penelitian ini.

#### 6. Daftar Pustaka

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Cv Syakir Media Press.
- Apriliyanti, A. (2025). Pola Komunikasi Orang Tua Dengan Anak Dalam Keluarga (Studi Kasus Pola Komunikasi Orang Tua Dengan Anak Korban Bullying Di Sekolah). *Jurnal Locus Penelitian Dan Pengabdian*, 4(2), 1238–1247. <https://doi.org/10.58344/Locus.V4i2.3854>

- Awaru, A. O. T. (2021). *Sosiologi Keluarga* (Dr. Bahri M.Pd, Ed.). Cv. Media Sains Indonesia.
- Ayuningtyas, F., & Zhahara, I. (2023). Love Language Di Dalam Keluarga (Studi Fenomenologi Komunikasi Antara Anak Dan Orang Tua). *Inter Komunika: Jurnal Komunikasi*, 8(2), 1–19. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33376/ik.v8i2.2163>
- Bahfiarti, T. (2016). *Komunikasi Keluarga (Suatu Pendekatan Keberlanjutan Regenerasi Anak Petani Kakao Di Provinsi Sulawesi Selatan)*. Kedai Buku Jenny.
- Boszormenyi-Nagy, I. , & Spark, G. M. (1973). *Invisible Loyalties: Reciprocity In Intergenerational Family Therapy*. Harper & Row.
- Bowen, M. (1978). *Family Therapy In Clinical Practice*. Jason Aronson.
- Chase, N. (1999). *Burdened Children: Theory, Research, And Treatment Of Parentification*. Sage Publications.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative Inquiry And Research Design: Choosing Among Five Approaches*. Sage Publications.
- Ducommun-Nagy, C. (2018). Contextual Family Therapy. In *Encyclopedia Of Couple And Family Therapy* (Pp. 1–8). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-15877-8\\_361-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-15877-8_361-1)
- Galvin, K. M., Braithwaite, D. O., Schrodt, P., & Bylund, C. L. (2018). *Family Communication: Cohesion And Change*. Routledge.
- Harahap, N. (2020). *Penelitian Kualitatif*. Wal Ashri Publishing.
- Harahap, Y. A., & Amril M. (2024). Merdeka Belajar Dalam Perspektif Konstruktivesme Dan Progrefisme Sekolah Serta Realitas Sosial. *Al-Mutsala*, 6(1), 51–72. <https://doi.org/10.46870/jstain.v6i1.831>
- Hidayaturrahman, M., Moerod, M., Laily, N., Wisman, Y., Goa, L., Derung, T. N., Sugiantiningsih, A. A. P., Yahya, A., E., & Handayani, E. (2020). *Teori Sosial Empirik: Untuk Penelitian Ilmiah Skripsi, Tesis Dan Disertasi*. Edulitera (Anggota Ikapi).
- Hooper, L. M. (2007). Expanding The Discussion Regarding Parentification And Its Varied Outcomes: Implications For Mental Health Research And Practice. *Journal Of Mental Health Counseling*, 29(4), 322–337. <https://doi.org/10.17744/mehc.29.4.48511m0tk22054j5>
- Jurkovic, G. J. (1997). *Lost Childhoods : The Plight Of The Parentified Child*. Brunner - Mazel.
- Koerner, A. F., & Fitzpatrick, M. A. (2002). Toward A Theory Of Family Communication. *Communication Theory*, 12(1), 70–91. <https://doi.org/10.1111/J.1468-2885.2002.tb00260.x>
- Lestari, F., & Hariastuti, R. T. (2020). Hubungan Parentification Dan Self-Worth Dengan Perilaku Agresif Peserta Didik Smk Negeri Di Kediri. *Jurnal Bk Unesa*, 11(1).
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Sage Publications, Inc.
- Nasution, A. F. (2023). *Buku Ajar Metode Penelitian Kualitatif*. Harfa Creative.
- Sengkey, M. M., Sinaulan, N. L., Runtu, S. S., Runtu, C. V. Y., & Matahari, B. N. (2025). Menanggung Dunia Terlalu Cepat: Pengalaman Psikologis Anak Sulung Sebagai Penopang Keluarga Di Usia 20-An. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(4), 769–780. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/innovative.v5i4.19847>

- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kualitatif*. Penerbit Alfabeta.
- Wijiwigati, B. H., & Suminar, D. R. (2025). *Peran Dimensi Parentifikasi Terhadap Depresi Pada Remaja Akhir Dengan Orang Tua Sakit Kronis* [Skripsi, Universitas Airlangga]. [Http://Repository.Unair.Ac.Id/Id/Eprint/137167](http://Repository.Unair.Ac.Id/Id/Eprint/137167)