

## ANALISIS POLA KOMUNIKASI INTERPERSONAL ORANG TUA TERHADAP RESILIENSI MENTAL GENERASI Z

Prihatin Saraswati

Prodi Tata Rias, Akademi Kesejahteraan Sosial Akk Yogyakarta

Email: Psaraswati18@gmail.com

### ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji pengaruh pola komunikasi interpersonal keluarga terhadap konsep diri dan kesehatan mental Generasi Z. Keluarga merupakan lingkungan pertama yang membentuk kepribadian individu melalui interaksi verbal dan nonverbal. Penelitian kualitatif ini menggunakan metode deskriptif untuk mengeksplorasi dinamika komunikasi pada tiga mahasiswa AKS-AKK Yogyakarta yang teridentifikasi mengalami gangguan mental tingkat sedang hingga berat berdasarkan hasil *screening* rumah sakit. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi interpersonal orang tua memegang peranan krusial dalam memahami kondisi fisik, psikis, dan sosio-emosional anak. Pola komunikasi otoriter (*authoritarian*), yang ditandai dengan dominasi orang tua tanpa mendengarkan aspirasi anak, ditemukan memperburuk kondisi mental dan menghambat kemampuan sosialisasi informan. Sebaliknya, pola komunikasi otoritatif (*authoritative*), yang mengombinasikan penerimaan dan kontrol yang tinggi serta respons cepat terhadap kebutuhan anak, terbukti efektif menunjang kesehatan mental. Komunikasi yang dialogis membantu Generasi Z membangun konsep diri yang positif, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kemampuan berinteraksi sosial secara sehat. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pemahaman orang tua terhadap kondisi anak melalui pola komunikasi yang tepat adalah kunci dalam mitigasi gangguan mental pada Generasi Z.

**Kata Kunci:** komunikasi interpersonal, keluarga, kesehatan mental, generasi z, pola otoritatif

### ABSTRACT

*This study examines the influence of family interpersonal communication patterns on Generation Z's self-concept and mental health. The family is the first environment that shapes an individual's personality through verbal and nonverbal interactions. This qualitative study uses descriptive methods to explore communication dynamics among three AKS-AKK Yogyakarta students who were identified as having moderate to severe mental disorders based on hospital screening results. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation, using purposive sampling techniques. The results showed that parental interpersonal communication patterns play a crucial role in understanding children's physical, psychological, and socio-emotional conditions. Authoritarian communication patterns, characterized by parental dominance without listening to children's aspirations, were found to worsen mental conditions and hinder informants' socialization abilities. Conversely, authoritative communication patterns, which combine high acceptance and control with quick responses to children's needs, were found to be effective in supporting mental health. Dialogic communication helps Generation Z build a positive self-concept, reduce anxiety, and improve healthy social interaction skills. This study concludes that parents' understanding of their children's condition through appropriate communication patterns is key to mitigating mental disorders in Generation Z.*

**Keywords:** interpersonal communication, family, mental health, generation z, authoritative parenting style

### PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit sosial paling dasar yang memegang peran sangat penting dalam fase awal perkembangan manusia. Sebagai

lingkungan pertama yang dialami individu, keluarga menjadi ruang utama penanaman nilai, norma, dan pembentukan karakter dasar melalui berbagai bentuk interaksi di dalamnya. Di

ranah domestik inilah sosialisasi primer terjadi secara intensif, sehingga setiap bentuk komunikasi antaranggotanya akan diinternalisasi anak dan menjadi fondasi kepribadian di kemudian hari.

Komunikasi interpersonal antara orang tua dan anak menjadi elemen sentral dalam dinamika kehidupan keluarga. Interaksi ini tidak hanya mencakup pesan-pesan verbal, tetapi juga isyarat nonverbal seperti sentuhan, kontak mata, serta ekspresi emosi, yang terbukti berperan penting dalam pembentukan karakter, kedekatan emosional, dan keterampilan sosial anak (Aurelliani & Nurhakim, 2025; Son & Kim, 2024). Kualitas komunikasi tersebut sangat menentukan bagaimana anak membangun konsep diri dan memandang dunia; pola komunikasi yang hangat dan terbuka berkorelasi dengan tingkat depresi yang lebih rendah, penyesuaian sekolah yang lebih baik, serta kesejahteraan psikologis yang lebih positif pada remaja (Bireda & Pillay, 2018; Irani & Singh, 2022). Ketika orang tua mampu berkomunikasi secara terbuka, empatik, dan suportif, anak cenderung memiliki landasan emosional yang kuat, regulasi emosi yang lebih adaptif, serta strategi koping yang lebih konstruktif dalam menghadapi tantangan di luar rumah (Gentzler et al., 2005; Rasyid, 2025).

Dalam konteks kekinian, Generasi Z menghadapi tantangan besar dalam menjaga kesehatan mental. Generasi yang tumbuh bersama perkembangan teknologi digital ini kerap terpapar tekanan sosial, perbandingan di media sosial, dan ekspektasi yang tinggi, yang dapat memicu kecemasan. Fenomena gangguan kesehatan mental pada mahasiswa, seperti yang tampak di lingkungan AKS-AKK Yogyakarta, menunjukkan kecenderungan yang mengkhawatirkan. Hasil skrining rumah sakit yang mengindikasikan adanya gangguan mental derajat sedang hingga berat pada mahasiswa menjadi sinyal kuat bahwa sistem dukungan

terdekat, terutama keluarga, perlu dikaji ulang.

Salah satu faktor kunci yang memengaruhi kondisi tersebut adalah resiliensi mental, yaitu kemampuan individu untuk bangkit, beradaptasi, dan tetap berfungsi ketika menghadapi tekanan hidup. Resiliensi tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan terbentuk melalui pengalaman panjang, salah satunya melalui pola komunikasi yang diterapkan orang tua sejak masa kanak-kanak. Pola komunikasi interpersonal yang tidak tepat dapat melemahkan ketahanan psikologis anak, sedangkan pola yang sehat dapat menjadi pelindung utama terhadap munculnya berbagai gangguan psikologis di masa dewasa muda.

Pengamatan lapangan menunjukkan bahwa pola komunikasi otoriter (authoritarian) masih banyak dijumpai dalam praktik pengasuhan. Pola ini ditandai oleh dominasi kuat dari pihak orang tua, dengan penetapan aturan yang kaku tanpa ruang dialog maupun perhatian memadai terhadap kebutuhan emosional anak. Akibatnya, anak merasa tidak memiliki otonomi dan suara, kepercayaan dirinya menurun, serta mengalami hambatan dalam kemampuan bersosialisasi. Bentuk komunikasi yang cenderung satu arah ini justru dapat memperparah kondisi mental mahasiswa yang sedang berjuang menghadapi masalah psikologis.

Sebaliknya, pola komunikasi otoritatif (authoritative) menawarkan pendekatan yang lebih seimbang dan dialogis. Orang tua tetap memberikan batasan dan kontrol, tetapi disertai kehangatan, penerimaan emosional, serta responsivitas terhadap kebutuhan fisik dan psikis anak. Melalui komunikasi dua arah yang terbuka, anak merasa dihargai dan didukung, sehingga dapat membangun konsep diri yang lebih positif. Berbagai studi menunjukkan bahwa pola asuh dan komunikasi yang

hangat serta otoritatif berkaitan dengan tingkat agresivitas yang lebih rendah, konsep diri yang lebih sehat, serta kompetensi sosial-emosional yang lebih baik pada Generasi Z (Alcaide et al., 2025), juga berhubungan dengan kesehatan mental dan penyesuaian psikososial yang lebih adaptif secara umum (Delvecchio et al., 2020). Selain itu, gaya pengasuhan yang suportif dan otoritatif terbukti berkontribusi pada perkembangan resiliensi, peningkatan kemampuan regulasi diri, serta perlindungan terhadap kerentanan emosional, kecemasan, dan stres pada remaja maupun dewasa muda (Cheong et al., 2023; Ye et al., 2024; Chen et al., 2019). Pola ini efektif dalam menumbuhkan resiliensi mental yang diperlukan untuk menurunkan tingkat kecemasan dan stres pada Generasi Z.

Dengan demikian, pemahaman orang tua mengenai pola komunikasi yang tepat bukan lagi sekadar pilihan, tetapi telah menjadi kebutuhan mendesak dalam upaya mitigasi gangguan mental. Melalui kajian dan analisis pola komunikasi interpersonal dalam keluarga, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada peningkatan literasi komunikasi keluarga. Perubahan pola interaksi menuju cara yang lebih dialogis, empatik, dan suportif diharapkan mampu membantu Generasi Z membangun resiliensi mental yang lebih kokoh dalam menghadapi dinamika kehidupan yang semakin kompleks.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif untuk mengeksplorasi secara mendalam fenomena pola komunikasi interpersonal dalam keluarga. Pemilihan metode ini didasarkan pada tujuan penelitian yang ingin memahami dinamika interaksi, persepsi, dan pengalaman subjektif informan mengenai

hubungannya dengan orang tua serta dampaknya terhadap kesehatan mental.

Dengan metode deskriptif kualitatif, peneliti dapat menggambarkan secara menyeluruh dan terperinci mengenai bagaimana pola komunikasi yang terbangun di lingkungan domestik berkontribusi pada pembentukan resiliensi mental mahasiswa Generasi Z.

Penentuan informan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yakni pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya agar data yang diperoleh relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria utama dalam penelitian ini adalah mahasiswa AKS-AKK Yogyakarta yang tergolong dalam Generasi Z dan telah teridentifikasi mengalami gangguan mental tingkat sedang hingga berat. Identifikasi tersebut didasarkan pada data objektif berupa hasil *screening* kesehatan mental yang dikeluarkan secara resmi oleh pihak rumah sakit. Melalui kriteria tersebut, terpilih tiga orang mahasiswa sebagai informan kunci yang merepresentasikan fenomena yang sedang dikaji.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama guna mendapatkan data yang komprehensif, yaitu observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati perilaku informan dan kemampuan sosialisasi mereka di lingkungan kampus. Wawancara mendalam digunakan untuk menggali narasi informan mengenai pengalaman komunikasi verbal dan nonverbal dengan orang tua mereka di rumah. Sementara itu, teknik dokumentasi digunakan untuk memperkuat data melalui bukti-bukti pendukung, seperti hasil rekam medis atau dokumen hasil *screening* kesehatan mental yang menjadi dasar pengelompokan informan.

Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis secara sistematis

melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi, peneliti memilah dan memfokuskan data yang relevan dengan pola komunikasi otoriter dan otoritatif serta kaitannya dengan konsep diri informan. Selanjutnya, data disajikan secara naratif untuk menggambarkan pola hubungan antarvariabel penelitian. Untuk menjamin keabsahan data, peneliti melakukan triangulasi sumber dengan membandingkan informasi dari hasil wawancara, catatan observasi, dan bukti dokumentasi. Proses ini memastikan bahwa simpulan yang diambil benar-benar berbasis pada data lapangan yang valid dan reliabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa ketiga informan yang teridentifikasi mengalami gangguan mental pada tingkat sedang hingga berat memiliki kesamaan pola dalam dinamika komunikasi keluarganya, yaitu komunikasi yang tertutup dan jauh dari dialog. Orang tua cenderung menggunakan pola komunikasi otoriter (*authoritarian*), ditandai dengan instruksi satu arah, pendekatan yang cenderung koersif, serta sangat terbatasnya dukungan emosional. Ketiadaan ruang aman bagi anak untuk mengungkapkan perasaan dan pengalaman membuat para informan lebih memilih menyimpan pikiran dan emosi mereka sendiri (*hidden area*). Kondisi ini berkontribusi pada terbentuknya konsep diri yang negatif; informan memandang diri tidak berharga, merasa menjadi beban bagi keluarga, serta mengalami kecemasan berkepanjangan terkait masa depan.

Ditinjau dari sudut pandang sosiopsikologis, gangguan mental yang dialami informan berakar pada penumpukan tekanan di lingkungan rumah yang terjadi secara terus-menerus. Informan 1 menunjukkan gejala depresi

sebagai konsekuensi dari pola asuh ayah yang keras dan koersif, diperparah dengan ketiadaan dukungan memadai ketika ia merantau. Informan 2 menghadapi perlakuan kasar dan tekanan untuk selalu patuh pada aturan tanpa diberikan ruang privasi, sedangkan Informan 3 mengalami trauma akibat kekerasan verbal dan fisik dari figur ayah tiri. Rangkaian pengalaman traumatis ini menimbulkan hambatan dalam membangun komunikasi interpersonal yang jujur dengan orang lain; para informan kerap menggunakan cara-cara manipulatif untuk menutupi kondisi mental mereka yang sebenarnya dari teman sebaya demi menghindari stigma sosial.

Penelitian ini juga menemukan fenomena menarik terkait preferensi pola komunikasi generasi Z, yaitu kecenderungan para informan untuk merasa lebih nyaman berinteraksi melalui media digital, seperti pesan singkat (*chat*) atau panggilan telepon, dibandingkan berkomunikasi secara langsung tatap muka. Namun, ketergantungan yang tinggi pada media komunikasi berbasis teknologi justru berimplikasi pada menurunnya kualitas dukungan moral yang mereka peroleh. Interaksi melalui layar cenderung menghilangkan unsur nonverbal yang penting, antara lain pelukan, sentuhan penuh kasih, dan ekspresi wajah yang hangat. Padahal, bagi individu dengan gangguan mental, kehadiran fisik dan dukungan nonverbal tersebut memegang peran sentral dalam menghadirkan rasa tenang dan aman, yang tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh komunikasi daring.

Lebih jauh, hasil penelitian menegaskan bahwa resiliensi mental serta pembentukan konsep diri yang positif sangat dipengaruhi oleh mutu interaksi sosial yang dimiliki informan. Informan yang terlibat dalam aktivitas organisasi atau kegiatan sosial yang lebih luas, seperti informan 2, menunjukkan

kepercayaan diri yang relatif lebih tinggi karena terbiasa berhadapan dengan beragam karakter melalui komunikasi tatap muka (*face-to-face*). Sebaliknya, informan dengan jejaring sosial yang sempit dan aktivitas sosial yang minim cenderung merasa minder, cemas, dan ragu ketika harus berinteraksi dengan lingkungan baru. Hal ini menggarisbawahi bahwa komunikasi interpersonal yang positif dan terbuka tidak sekadar proses tukar-menukar pesan, melainkan juga sarana penemuan diri (*personal discovery*) yang sangat penting untuk memperkuat kesehatan mental dan kemampuan adaptasi pada Generasi Z.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, tampak bahwa pola komunikasi interpersonal yang dibangun orang tua menjadi faktor penentu penting bagi kualitas kesehatan mental dan tingkat resiliensi mahasiswa Generasi Z. Dominasi pola komunikasi otoriter yang dialami ketiga informan berperan sebagai penghalang utama terbentuknya keterbukaan diri (*self-disclosure*). Gaya komunikasi yang cenderung koersif, sarat ancaman, dan berorientasi satu arah membuat informan merasa kehilangan otonomi atas diri mereka, sejalan dengan temuan bahwa kontrol psikologis orang tua berdampak pada menurunnya kemandirian dan penyesuaian psikososial remaja (Xu & Hanafi, 2025; Van Petegem et al., 2019).

Kondisi tersebut dapat dijelaskan melalui kerangka Johari Window, di mana minimnya respon positif dan penerimaan dari orang tua memperluas wilayah diri yang tersembunyi (*hidden area*) pada anak. Mereka memilih memikul beban emosional secara diam-diam karena memandang rumah tidak lagi berfungsi sebagai ruang aman (*safe space*) untuk berbagi. Situasi ini kemudian berkontribusi pada munculnya

gangguan mental dengan tingkat keparahan sedang hingga berat (Assegap et al., 2025; Shon & Lee, 2024; Bakhtiari et al., 2024).

Pola komunikasi keluarga yang disfungsi dan tertutup terbukti berkaitan dengan kualitas komunikasi keluarga yang rendah dan persepsi negatif terhadap kesehatan mental pada mahasiswa. Sebaliknya, pola komunikasi yang lebih terbuka (*conversation orientation*) berasosiasi dengan tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih rendah, sekaligus berhubungan dengan *self-esteem* dan keterampilan komunikasi interpersonal yang lebih baik (Shon & Lee, 2024; Bakhtiari et al., 2024; Ye et al., 2024).

Penelitian ini juga mengidentifikasi adanya kesenjangan komunikasi di era digital. Para informan lebih nyaman berinteraksi menggunakan media teknologi daripada bertemu langsung. Walaupun teknologi memudahkan akses komunikasi, bagi individu yang tengah berada dalam tekanan psikologis, kehadiran fisik tetap memiliki peran yang tak tergantikan. Unsur komunikasi nonverbal seperti sentuhan, pelukan, dan ekspresi wajah secara langsung memberikan efek terapeutik dan rasa tenteram yang tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh pesan teks atau panggilan suara, sejalan dengan temuan bahwa komunikasi tatap muka orang tua-anak tetap esensial di tengah masifnya penggunaan gawai (Hidayati, 2020).

Ketiadaan kontak fisik ini menjadikan umpan balik emosional yang diterima informan kurang optimal, sehingga rasa kesepian dan kecemasan tetap bertahan meskipun secara lahiriah mereka tampak aktif berkomunikasi melalui perangkat digital. Hal ini selaras dengan temuan lain yang menunjukkan bahwa pertemuan langsung dan interaksi tatap muka setelah periode panjang pembelajaran daring lebih efektif dalam menumbuhkan keterlibatan dan

mengurangi kejenuhan dibandingkan komunikasi jarak jauh berbasis teknologi (Waton, 2021).

Pada level konsep diri, hasil penelitian menegaskan bahwa resiliensi mental sangat terkait dengan cara individu memaknai dirinya melalui respons lingkungan sosial. Informan yang menarik diri dari pergaulan cenderung mengembangkan konsep diri negatif dan merasa tidak cakap beradaptasi. Sebaliknya, informan yang mulai aktif berpartisipasi dalam organisasi atau kegiatan sosial (seperti informan 2) menunjukkan peningkatan dalam pengendalian diri (*self-control*). Komunikasi interpersonal tatap muka yang positif di luar keluarga berperan sebagai mekanisme kompensasi yang membantu membangun kembali kepercayaan diri yang sempat runtuh akibat pola asuh otoriter. Melalui interaksi sosial yang sehat, individu berkesempatan menjalani proses penemuan diri (*personal discovery*) yang membantu mereka mengenali potensi serta mereduksi dampak gangguan psikis yang dialami.

Sebagai sintesis, penelitian ini menggarisbawahi bahwa upaya mitigasi gangguan mental pada Generasi Z memerlukan perubahan pola komunikasi keluarga dari yang semata-mata instruktif menjadi lebih dialogis dan otoritatif. Keefektifan komunikasi tidak hanya diukur dari tersampainya pesan verbal, tetapi juga dari kedalaman keterlibatan emosional dan keberadaan dukungan nonverbal yang menyertainya. Dukungan moral dan empati yang tulus muncul sebagai pondasi penting bagi terbangunnya kesehatan mental yang positif (*positive mental health*). Oleh sebab itu, peningkatan kesadaran orang tua untuk mengadopsi gaya komunikasi yang lebih terbuka, responsif, dan penuh empati menjadi kunci dalam meningkatkan kualitas hidup anak serta mencegah konsekuensi yang lebih serius,

seperti perilaku menyakiti diri sendiri maupun depresi yang semakin mendalam.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa pola komunikasi interpersonal orang tua memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap resiliensi mental dan pembentukan konsep diri Generasi Z. Ketiga informan dalam penelitian ini mengalami gangguan kesehatan mental tingkat sedang hingga berat yang berakar dari penerapan pola komunikasi otoriter (*authoritarian*) di lingkungan keluarga. Pola komunikasi yang bersifat koersif, dominan, dan minim ruang dialog tersebut menyebabkan anak merasa tertekan, kehilangan kepercayaan diri, dan cenderung menutup diri (*self-concealment*). Ketidakmampuan keluarga dalam menyediakan ruang aman untuk berekspresi secara jujur mengakibatkan informan memendam permasalahan pribadi yang secara akumulatif merusak kesehatan mental mereka.

Penelitian ini juga mengungkap bahwa ketergantungan Generasi Z pada komunikasi berbasis media digital menjadi kendala tersendiri dalam proses pemulihan psikis. Meskipun teknologi memudahkan interaksi, ketiadaan unsur komunikasi nonverbal seperti sentuhan kasih sayang, dukungan visual secara langsung, dan kehadiran fisik membuat dukungan emosional yang diterima informan menjadi tidak maksimal. Dukungan moral yang nyata dan efektif hanya dapat dirasakan melalui komunikasi tatap muka (*face-to-face*) yang memungkinkan terjadinya sinkronisasi antara pesan verbal dan nonverbal. Faktor lingkungan sosial di luar keluarga juga terbukti berperan sebagai variabel pendukung; informan yang memiliki keberanian untuk membuka diri dan berorganisasi menunjukkan konsep diri yang lebih positif dan kontrol diri yang lebih baik

dibandingkan mereka yang menarik diri dari lingkungan sosial.

Sebagai akhir, penelitian ini menegaskan bahwa kunci utama dalam mitigasi gangguan mental pada Generasi Z terletak pada transformasi pola komunikasi keluarga dari otoriter menjadi otoritatif yang dialogis. Komunikasi interpersonal yang sehat, yang memberikan umpan balik (*feedback*) positif dan keterbukaan, merupakan instrumen paling efektif untuk membangun resiliensi mental. Orang tua disarankan untuk segera mengubah pola interaksi menjadi lebih responsif dan empati guna mencegah kondisi kesehatan mental anak semakin memburuk. Bagi Generasi Z, berlatih untuk membuka diri pada lingkungan sosial yang aman dan mengikuti saran tenaga ahli berdasarkan hasil *screening* medis merupakan langkah krusial untuk meraih kehidupan yang lebih berkualitas dan kesehatan mental yang stabil.

## SARAN

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan bagi para orang tua untuk segera mentransformasi pola komunikasi dari otoriter menuju otoritatif dengan mengedepankan prinsip komunikasi dialogis yang responsif terhadap kebutuhan emosional anak. Orang tua perlu menciptakan ruang aman (*safe space*) di rumah melalui penggunaan komunikasi nonverbal seperti sentuhan kasih sayang dan kehadiran fisik yang nyata, guna menggantikan ketergantungan anak pada interaksi digital yang minim empati.

Bagi mahasiswa Generasi Z, sangat penting untuk meningkatkan keberanian dalam melakukan keterbukaan diri (*self-disclosure*) kepada lingkungan sosial yang suportif serta secara disiplin mengikuti rekomendasi medis dari tenaga ahli, seperti psikolog atau psikiater, agar gangguan mental yang dialami tidak semakin memburuk.

Terakhir, institusi pendidikan seperti AKS-AKK Yogyakarta perlu memperkuat layanan konseling internal dan program literasi komunikasi bagi keluarga mahasiswa untuk menciptakan ekosistem pendukung yang mampu meningkatkan resiliensi mental mahasiswa secara berkelanjutan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, H., & Waton, M. N. . (2021). Efektivitas Pembelajaran Tatap Muka (PTM) di New Normal Terhadap Hasil Belajar Siswa Mata Pelajaran Pendidikan Kewarganegaraan. *Muróbbi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 5(2), 315–332. <https://doi.org/10.52431/murobbi.v5i2.449>
- Alcaide, M., Garcia, O., Chen, F., & García, F. (2025). Raising Generation Z Children in China: Parenting Styles and Psychosocial Adjustment. *Psychosocial Intervention*, 34, 103 - 115. <https://doi.org/10.5093/pi2025a9>
- Assegap, F., Haq, F., Khumayah, S., & Erawati, D. (2025). Family Communication As A Foundation Of Mental Health: Roles And Responsibilities. *Jurnal Syntax Admiration*. <https://doi.org/10.46799/jsa.v6i7.2435>
- Aurelliani, D., & Nurhakim, T. (2025). Komunikasi Interpersonal Orang Tua dalam Membangun Karakter Anak. *Jurnal Ilmiah Teknik Informatika dan Komunikasi*. <https://doi.org/10.55606/juitik.v5i2.1024>
- Bakhtiari, A., Kashefi, F., Pasha, H., Nasiri-Amiri, F., Bakouei, F., & Saffari, E. (2024). Role of family communication patterns as predictors of behavioral health among students of public universities in north of Iran. *Journal of Education and Health Promotion*, 13. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_140623](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_140623)
- Bireda, A., & Pillay, J. (2018). Perceived parent-child communication and well-being among Ethiopian adolescents. *International Journal of Adolescence*

- and Youth, 23, 109 - 117.  
<https://doi.org/10.1080/02673843.2017.1299016>
- Chen, Y., Haines, J., Charlton, B., & VanderWeele, T. (2019). Positive Parenting Improves Multiple Aspects of Health and Well-Being in Young Adulthood. *Nature human behaviour*, 3, 684 - 691.  
<https://doi.org/10.1038/s41562-019-0602-x>
- Cheong, Y., Zhu, Q., Wang, C., Patel, A., & Ye, Y. (2023). The roles of parenting, resilience, and interpersonal relationships on adolescents' mental health and stress-related growth during COVID-19.. *Journal of adolescence*.  
<https://doi.org/10.1002/jad.12232>
- Delvecchio, E., Germani, A., Raspa, V., Lis, A., & Mazzeschi, C. (2020). Parenting Styles and Child's Well-Being: The Mediating Role of the Perceived Parental Stress. *Europe's Journal of Psychology*, 16, 514 - 531.  
<https://doi.org/10.5964/ejop.v16i3.2013>
- Gentzler, A., Contreras-Grau, J., Kerns, K., & Weimer, B. (2005). Parent-Child Emotional Communication and Children's Coping in Middle Childhood. *Social Development*, 14, 591-612.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2005.00319.x>
- Hidayati, R. (2020). Peran orang tua: komunikasi tatap muka dalam mengawal dampak gadget pada masa golden age. *Source: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5(2).  
<https://doi.org/10.35308/source.v5i2.1396>
- Irani, D., & Singh, A. (2022). Parent-child communication and children's psychological well-being and self-concept.. *International Journal of Neurolinguistics & Gestalt Psychology*.  
<https://doi.org/10.52522/ijngp.v1i3.7>
- Rasyid, G. (2025). Pengaruh Interaksi Orang Tua Terhadap Perkembangan Emosional Anak. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*.  
<https://doi.org/10.61132/observasi.v3i4.1370>
- Son, H., & Kim, N. (2024). Therapeutic Parent-Child Communication and Health Outcomes in the Childhood Cancer Context: A Scoping Review. *Cancers*, 16(11), 2152.  
<https://doi.org/10.3390/cancers16112152>
- Shon, E., & Lee, L. (2024). Structural equation modeling for the effects of family dysfunctions and communication on perceived mental health status among under/graduate students in the U.S.. *PLOS ONE*, 19.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0301914>
- Van Petegem, S., Zimmer-Gembeck, M., Baudat, S., Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Zimmermann, G. (2019). Adolescents' responses to parental regulation: The role of communication style and self-determination. *Journal of Applied Developmental Psychology*.  
<https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.101073>
- Xu, X., & Hanafi, Z. (2025). The unique effects of parental control from fathers on self-determination in Chinese middle school adolescents. *Scientific Reports*, 15.  
<https://doi.org/10.1038/s41598-025-97925-0>
- Ye, S., Jenatabadi, H., Ye, M., Chen, M., Lin, X., & Mustafa, Z. (2024). Academic resilience, self-efficacy, and motivation: the role of parenting style. *Scientific Reports*, 14.  
<https://doi.org/10.1038/s41598-024-55530-7>