



PERAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DALAM MENYELESAIKAN *UNFINISHED BUSINESS* ORANG TUA-ANAK

Dwi Oktaviani

Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora,
Universitas Pendidikan Nasional, Denpasar, Indonesia
E-mail: dwioktaviani480@gmail.com

ABSTRAK

Hubungan antara orang tua dan anak tidak selalu berjalan harmonis, terutama jika komunikasi tidak terbentuk secara terbuka. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana komunikasi interpersonal berperan dalam menyelesaikan *unfinished business* dalam keluarga, yaitu perasaan atau pengalaman emosional yang belum tersampaikan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami peran komunikasi interpersonal dalam menyelesaikan *unfinished business* antara orang tua dan anak. Menggunakan pendekatan kualitatif, data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara mendalam dengan tiga anak dan dua orang tua di Denpasar dan Badung. Kriteria informan terdiri dari dua mahasiswa dan satu pelajar SMA berusia 17 hingga 22 tahun, serta orang tua berusia 40 hingga 60 tahun. Teknik analisis data dilakukan dengan triangulasi sumber, meliputi pengumpulan data, reduksi data, display data, dan verifikasi data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *unfinished business* banyak muncul dalam area tersembunyi dan tidak diketahui, di mana anak-anak sulit mengekspresikan perasaan mereka, dan orang tua tidak menyadari dampak komunikasi mereka. Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa komunikasi yang terbuka dan empatik sangat penting untuk menyelesaikan konflik emosional dan meningkatkan hubungan keluarga. Diperlukan upaya untuk menciptakan ruang aman bagi kedua belah pihak agar dapat berbicara tentang perasaan, sehingga hubungan antara orang tua dan anak dapat diperkuat. Penelitian ini menegaskan pentingnya komunikasi yang empatik dan terbuka dalam membangun kedekatan emosional serta mendukung kesehatan mental anak.

Kata Kunci: Keluarga, Komunikasi Interpersonal, *Unfinished Business*

ABSTRACT

The relationship between parents and children does not always run harmoniously, especially when communication is not established openly. This study aims to understand how interpersonal communication plays a role in resolving unfinished business within the family, which refers to feelings or emotional experiences that have not been conveyed. Using a qualitative approach, data were collected through observation and in-depth interviews with three children and two parents in Denpasar and Badung. The criteria for informants included two university students and one high school student aged 17 to 22 years, as well as parents aged 40 to 60 years. Data analysis was conducted using source triangulation, encompassing data collection, data reduction, data display, and data verification. The results indicate that unfinished business primarily arises in the hidden and unknown areas, where children struggle to express their feelings, and parents are unaware of the impact of their communication. The conclusion emphasizes that open and empathetic communication is crucial for resolving emotional conflicts and enhancing family relationships. Efforts are needed to create a safe space for both parties to discuss feelings, thereby strengthening the parent-child relationship. This



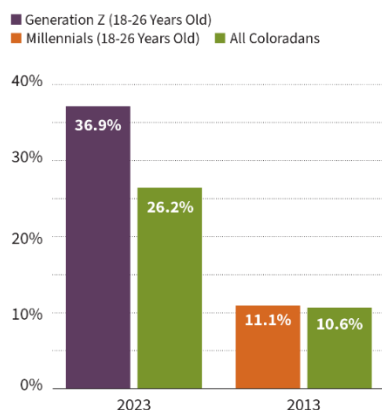
study highlights the importance of empathetic and open communication in building emotional closeness and supporting children's mental health.

Keywords: Family, Interpersonal Communication, Unfinished Business

PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan suatu kebutuhan yang sangat fundamental bagi seseorang di dalam hidup bermasyarakat dan sebagai prasyarat kehidupan. Manusia memiliki keinginan untuk berkomunikasi dengan manusia lainnya dikarenakan adanya dua kebutuhan, yakni kebutuhan untuk mempertahankan kelangsungan hidupnya dan kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Telaumbanua et al., 2022). Manusia selalu melakukan proses komunikasi dengan lawan bicaranya baik di lingkungan masyarakat, tempat sekolah, tempat bekerja, maupun organisasi. Di antara lingkungan yang ada, lingkungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam mempengaruhi kehidupan seseorang dikarenakan intensitas dan frekuensinya yang cenderung rutin dan tetap. Keluarga menjadi lingkungan awal bagi individu untuk mempelajari norma, nilai dan etika yang berlaku di masyarakat. Dalam struktur sosial, keluarga sebagai unit terkecil memiliki peran fundamental dalam membentuk kepribadian dan perilaku individu. Hubungan yang sehat dan interaksi yang efektif menciptakan harmoni dalam keluarga, yang menjadi dasar penting bagi anggota keluarga. Komponen kunci yang menentukan keberhasilan hubungan dalam keluarga adalah komunikasi interpersonal yang baik (Aminah et al., 2024)

Unsur penting, komunikasi merupakan “jembatan” dalam menjalin hubungan sosial antara sesama personal. Sangat penting bagi orang tua untuk berkomunikasi dengan anaknya untuk memberikan pengawasan, pengawasan, dan dukungan, (Huda et al., 2024). Namun, tidak semua keluarga mampu menciptakan suasana komunikasi yang terbuka dan mendukung. Terkadang, ketidakterbukaan, perbedaan generasi, dan cara berkomunikasi yang kurang efektif menjadi penghalang dalam hubungan emosional antara orang tua dan anak. Terkadang, masalah yang belum selesai dapat mempengaruhi hubungan keluarga. Seseorang yang mengalami perasaan yang tidak dapat diungkapkan seperti dendam, kemarahan, kebencian, sakit hati, rasa diabaikan, disebut sebagai *unfinished business* (Astriani et al., 2023)



Gambar 1. Data

Sumber: (Leung, 2023)

Laporan dari Colorado Health Institute (CHAS) di tahun 2023 menunjukkan hal yang mengkhawatirkan, anak muda (usia 18-26) tiga kali lebih banyak yang melaporkan kondisi kesehatan mental yang bisa dikatakan buruk 36% dibandingkan generasi milenial di usia yang sama sepuluh tahun lalu 11,1%. Kondisi ini membuat kita perlu segera memahami mengapa anak muda saat ini banyak yang mengalami kesehatan mental, dan salah satu area yang perlu dilihat yaitu bagaimana anak dan orang tua berkomunikasi dan seberapa dekat hubungan mereka di dalam keluarga.

Kondisi tersebut dapat memicu fenomena *unfinished business* yakni perasaan-perasaan yang tidak dapat diekspresikan pada masa lalu seperti kekecewaan, kecemasan, kesakitan, perasaan bersalah, kemarahan, rasa malu. Walaupun perasaan-perasaan tersebut tidak diekspresikan ini akan berkaitan dengan ingatan dan fantasi (Fajriani, 2024). Keterbukaan emosional dan ekspresi perasaan sering kali menjadi hal yang sangat sulit untuk dilakukan, konflik atau luka emosional yang tidak terselesaikan terus terbawa hingga anak beranjak dewasa, menciptakan kondisi yang dalam psikologi disebut *unfinished business*. Fenomena ini dapat berdampak pada kesehatan mental individu, mengganggu proses kedewasaan emosional, dan menurunkan kualitas relasi keluarga dalam jangka panjang. Meskipun belum terdapat data statistik yang spesifik mengenai kasus *unfinished business* antara orang tua dan anak di Indonesia terutama di Kota Denpasar dan Kabupaten Badung, berbagai studi kualitatif menunjukkan bahwa dinamika komunikasi yang tertahan dalam keluarga berdampak serius terhadap kesehatan mental dan hubungan interpersonal anak di masa dewasa (Astriani et al., 2023)

Permasalahan dalam komunikasi keluarga dapat menimbulkan konflik yang berdampak pada keharmonisan keluarga (Aminah et al., 2024). Pada kenyataannya, cukup banyak keluarga mengalami kesulitan dalam komunikasi interpersonal antara orang tua dan anak. Seringkali terdapat *unfinished business* berupa masalah yang belum terselesaikan, seperti perbedaan pandangan, ketidakpahaman emosional, atau konflik yang berlarut-larut. Komunikasi yang terjadi cenderung minim keterbukaan dan kurangnya empati, sehingga menimbulkan jarak emosional dan ketegangan di dalam hubungan keluarga. Hal ini diperparah oleh perubahan sosial dan budaya yang cepat, membuat generasi orang tua dan anak memiliki cara pandang dan pola komunikasi yang berbeda. Idealnya komunikasi interpersonal antara anak dan orang tua harus berlangsung terbuka, jujur dan penuh empati dan setara antara anggota keluarga. Komunikasi tidak hanya sebatas tukar informasi, tetapi juga menjadi sarana untuk menyampaikan perasaan, menyelesaikan masalah secara sehat, dan membentuk hubungan emosional yang harmonis. Komunikasi dalam keluarga dapat diartikan sebagai kesiapan membicarakan dengan terbuka setiap hal dalam keluarga baik hal yang menyenangkan hingga yang tidak menyenangkan, juga siap untuk menyelesaikan masalah dengan pembicaraan yang dijalani dalam kesabaran, keterbukaan dan kejujuran (Sukarno et al., 2021)

Penelitian ini dianggap penting karena masalah *unfinished business* antara orang tua dan anak seringkali dapat menyebabkan konflik emosional dan mengganggu keharmonisan keluarga. Penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana komunikasi interpersonal dapat membantu menyelesaikan masalah yang tidak terselesaikan

dan meningkatkan kualitas hidup psikologis kedua belah pihak jika dilakukan secara terbuka, empatik, dan efektif. Tujuan penelitian ini adalah untuk menemukan dan menganalisis fungsi komunikasi interpersonal menggunakan teori Johari Window dalam menyelesaikan masalah yang belum tersekasikan atau *unfinished business* antara orang tua dan anak. Penelitian ini fokus kepada pola komunikasi yang terjadi, tantangan yang dihadapi, dan faktor pendukung yang mempengaruhi keberhasilan penyelesaian masalah. Penelitian ini juga ingin mengetahui bagaimana komunikasi yang terbuka, empatik dan efektif dapat memperbaiki hubungan emosi.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Data yang dihasilkan dalam penelitian kualitatif adalah data deskriptif yang pada umumnya berbentuk gambar, kata-kata, atau rekaman yang bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman individu yang menyelesaikan *unfinished business* melalui komunikasi interpersonal antara anak dan orang tua. Lokasi penelitian adalah tempat ataupun objek untuk diadakan suatu penelitian. Lokasi penelitian ini dilakukan di Kota Denpasar, dan Kabutapen Badung, Provinsi Bali. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*, dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah 3 orang anak dan 2 orang tua. Adapula, kriteria informan penelitian ini, yaitu dua orang Anak Mahasiswa/I, Pelajar SMA yang berumur 17 sampai 22 tahun dan orang tua yang berumur 40 sampai 60 tahun. Pengambilan data dalam penelitian ini adalah dengan wawancara mendalam dengan cara mengajukan daftar pertanyaan dan dijawab oleh narasumber secara lisan, observasi, pengamatan dan pencatatan yang dilaksanakan secara sistematis, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan triangulasi sumber menurut miles dan huberman yaitu dengan pengumpulan data, reduksi data, display data, verifikasi data serta penarikan kesimpulan dengan melakukan verifikasi penelitian kualitatif dapat mempertahankan dan menjamin validitas dan reliabilitas hasil temuannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum melakukan wawancara mendalam peneliti terlebih dahulu melakukan observasi awal terhadap lima informan, yakni tiga orang anak yang berusia 17 hingga 22 tahun dan dua orang tua yang berusia 40 tahun hingga 60 tahun di Denpasar dan Badung. Observasi dilakukan untuk menangkap ekspresi non-verbal, kesiapan emosional, serta kecenderungan komunikasi mereka saat membicarakan topik yang bersifat pribadi, terutama yang berkaitan dengan hubungan emosional dan *unfinished business* bersama orang tua. Hasil wawancara menunjukkan bahwa bentuk *unfinished business* yang dialami partisipan sangat beragam, mulai dari perasaan tidak dihargai, pengalaman masa kecil yang menyakitkan, hingga konflik yang tidak pernah dibicarakan secara terbuka. Meski latar belakang dan pengalaman berbeda, ketiganya menunjukkan bahwa keterbukaan, empati, dan keberanian untuk memulai komunikasi menjadi kunci dalam proses penyelesaian konflik emosional yang lama terpendam.

1. Komunikasi Interpersonal Berdasarkan Teori Johari Window

Berdasarkan dari hasil wawancara sudah dilakukan terhadap informan, ditemukan bahwa bentuk *unfinished business* antara orang tua dan anak berakar pada komunikasi interpersonal yang tidak berjalan terbuka.

a) Open Area

Meskipun komunikasi interpersonal yang terbuka tidak dominan di dalam hubungan ketiga informan dengan orang tua mereka, tetap terdapat ruang komunikasi yang terbuka dan terbentuk, meski terbatas.

Heny menjelaskan bahwa percakapan terbuka dengan orang tua umumnya terbatas pada hal-hal akademis atau hal yang bersifat wajib untuk diketahui baik oleh orang tua maupun abak yang biasanya berupa informasi praktis, bukan emosional.

“Hal yang saya bicarakan tuh seputaran tentang kegiatan kuliah saya aja.. dan hal yang harus dan perlu orang tua tahu.” – (Heny, 21)

Meskipun demikian, ia juga menyampaikan bahwa Ibunya terkadang dapat memahami perasaannya, seperti ketika ia sedang lelah, tanpa perlu ia menjelaskan secara verbal.

“Misalnya, Ibu saya tahu kalau saya lagi capek tanpa perlu saya cerita panjang lebar.”

Baik Ibu Heny maupun Ibu Era mengaku hanya memiliki komunikasi terbuka dalam hal-hal praktis seperti pendidikan, kegiatan sehari-hari. Ibu Heny menyebutkan bahwa percakapan tentang hal-hal yang emosioanal hampir tidak pernah terjadi.

“Kalau sudah menyangkut hal yang pribadi, seperti perasaan atau pikiran yang dalam, kami hampir tidak pernah membicarakannya.” – (Ibu Heny, 52)

“Kami biasanya membicarakan terkait dengan kuliah anak saya, keluarga, terkadang juga sesekali membicarakan pasangan.” – (Ibu Era, 60)

b) Hidden Area

Ketiga informan menunjukkan bahwa *unfinished business* paling banyak berada dalam *hidden area*, yaitu perasaan atau pemikiran yang hanya diketahui oleh diri sendiri, tetapi tidak pernah disampaikan kepada orang tua. Emosi yang tertahan seperti kecewa, takut tidak dimengerti, atau luka masa kecil yang masih tersimpan dalam ruang pribadi.

“Saya sering merasa kecewa karena ekspektasi mereka yang tinggi, namun saya tidak pernah mengatakannya karena takut membuat mereka sedih.” – (Era, 21)

“Alasannya, karena saya merasa gengsi dan takut membuat mereka merasa bersalah.” – (Heny, 21)

“Saya tidak pernah mengatakan apa pun karena takut salah atau takut untuk memberi argument.” (Nabila, 22)

Hal ini memperjelas bahwa *unfinished business* muncul ketika anak menyimpan konflik batin atau perasaan yang tidak tersalurkan karena tidak asda kebiasaan dan keterbukaan emosional dalam keluarga.

Namun salah satu orang tua mengakui kesulitan dalam membaca emosi anak dikarenakan anak cenderung memendam. Ibu Heny menyebutkan bahwa anaknya menunjukkan sikap kuat di luar, tapi ia yakin ada hal yang tersembunyi di baliknya.

“Dia memperlihatkan sisi yang mandiri, kuat, dan tenang tapi saya yakin ada perasaan yang tidak pernah diungkapkan.” – (Ibu Heny, 52)

c) *Blind Area*

Beberapa informan menyadari bahwa perlakuan orang tua memberikan dampak psikologis yang sebelumnya tidak mereka sadari, hingga orang lain yang menyampaikannya atau aspek diri tidak disadari oleh individu, namun bisa dilihat oleh orang lain.

“Saya terlihat selalu berusaha untuk sempurna, dan itu ternyata berasal dari tekanan yang tidak saya sadari dari orang tua sejak kecil.” – (Era, 21)

“Orang tua saya bilang saya egois, dan saya baru menyadarinya beberapa tahun lalu.” – (Nabila, 22)

Baik Ibu Heny dan Ibu Era menyadari adanya kesalahan dalam respons komunikasi di masa lalu. Ibu Heny pernah memberikan komentar yang dianggap biasa saja namun berdampak negatif pada anak. Ibu Era menyadari bahwa sifatnya yang terkadang terlalu mengekang membuat anak merasa tidak bebas.

“Saya pernah memberi komentar yang saya kira biasa saja, tapi setelah itu dia menjadi lebih diam.” – (Ibu Heny, 52)

“Saya terkadang terlalu mengekang.. sehingga anak merasa kurang bebas untuk menikmati masa mudanya.” – (Ibu Era, 60)

Ini berhubungan dengan pengakuan dari informan yang merasa tidak nyaman dalam menyampaikan isi hati mereka karena takut dikritik atau tidak dimengerti.

d) *Unknown Area*

Informan juga menyampaikan adanya perasaan yang belum sepenuhnya bisa mereka pahami sendiri. Dalam *uknow area*, baik orang tua maupun anak tidak menyadari adanya luka emosional atau dinamika psikologis yang belum terselesaikan. Emosi seperti marah yang bercampur dengan rasa sayang, dan trauma masa kecil yang samar, menjadi bagian dari ketidakpastian emosi ini.

“Ada luka kecil dari masa lalu yang belum sepenuhnya saya selesaikan dan saya pahami.” – (Heny, 21)

“Perasaan sedih yang sangat membekas dan membuat saya trauma terhadap seseorang.” – (Nabila, 22)

“Saya merasa sayang dan ingin dekat dengan orang tua, tapi di lain waktu saya merasa marah atau kesal tanpa alasan yang pasti.” – (Era, 21)

Kedua orang tua juga mengalami kebingungan dalam menghadapi perubahan emosi anak yang sulit dijelaskan. Ibu Heny melihat bahwa anaknya kerap berubah menjadi pendiam tanpa alasan yang jelas, dan ia tidak tahu bagaimana harus menanggapi.

“Kadang-kadang dia berubah menjadi lebih diam, atau menjauh. Saya tidak tahu apakah dia sedang menghadapi masalah atau hanya ingin sendiri.” – (Ibu Heny, 52).

Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa *unfinished business* antara orang tua dan anak muncul karena komunikasi interpersonal yang tidak terbuka sepenuhnya. Komunikasi hanya terjadi pada hal-hal praktis, sementara perasaan pribadi cenderung dipendam (*hidden area*). Orang tua pun sering tidak menyadari dampak ucapannya (*blind area*), dan baik anak maupun orang tua mengalami kebingungan terhadap emosi yang tidak terselesaikan (*unknown area*). Tanpa keterbukaan dan empati dua arah, jarak emosional dalam keluarga sulit terjembatani.

2. Refleksi dan Harapan

Pertanyaan refleksi dan harapan diajukan kepada informan menunjukkan bahwa, meskipun terdapat jarak emosional dan komunikasi yang terbatas di antara orang tua dan anak, para informan tetap memiliki rasa kasih sayang, hormat, dan harapan untuk memperbaiki hubungan komunikasi dalam keluarga mereka. Mereka menyadari pentingnya komunikasi yang lebih terbuka dan menginginkan perubahan suasana relasi agar lebih sehat dan empatik.

Heny menyampaikan keinginannya untuk bisa mengungkapkan rasa sayang dan terima kasih terhadap orang tua, meskipun ia merasa kesulitan untuk mengekspresikan secara langsung. Ia juga menyadari pentingnya komunikasi dua arah yang tidak hanya sekedar formalitas.

“Saya ingin bilang bahwa saya sangat menyayangi mereka, walaupun saya tidak pandai menunjukkan atau mengungkapkannya secara langsung.”
– (Heny, 21)

Nabila menekankan bahwa perilaku yang dianggap wajar oleh mereka, seperti melarang anak menyampaikan pendapat atau keluhan, justru menciptakan

ketakutan dan membuat anak enggan untuk menyampaikan isi hati. Ia berharap ada perubahan pola komunikasi yang lebih mendengar dan tidak otoritatif.

“Yang ingin saya sampaikan kepada orang tua bahwa hal yang mereka wajarkan atau mereka haruskan itu terkadang membuat saya takut dan tidak berani untuk berargumentasi.” – (Nabila, 22)

Era menyampaikan harapan agar orang tua tidak hanya hadir secara finansial dan fisik saja, tetapi juga harus hadir secara emosional. Ia merasa bahwa keterbukaan dan kehadiran emosional jauh lebih penting untuk menciptakan kedekatan di antara orang tua dan anak.

“Saya sangat menghargai segala yang telah mereka lakukan, tapi saya juga butuh mereka hadir secara emosional dan menerima saya apa adanya, bukan hanya versi anak yang baik dan berhasil.” – (Era, 21)

Ketiga informan sepakat bahwa komunikasi keluarga akan menjadi sehat apabila masing-masing pihak, khususnya orang tua, bersedia mendengarkan tanpa menghakimi. Kebutuhan akan ruang aman untuk mengungkapkan diri menjadi harapan bersama agar hubungan dalam keluarga tidak hanya berfungsi, tetapi juga memiliki kualitas emosional yang utuh.

“Menurut saya, harus saling mendengar. Karena jika semua orang berbicara, siapa yang akan mendengar.” – (Nabila, 22)

“Yang paling penting adalah mendengarkan tanpa menghakimi” – (Era, 21)

Para orang tua mengungkapkan keinginannya untuk menjadi tempat yang aman bagi anaknya, dan ingin menyampaikan bahwa ia selalu ada, tanpa menghakimi.

“Saya ingin dia tahu bahwa saya peduli dengan perasaannya, meskipun dia tidak mengatakannya secara langsung.” – (Ibu Heny, 52)

Ibu Era menyampaikan pentingnya menciptakan waktu khusus untuk berbicara dan ingin belajar lebih banyak tentang cara menjadi pendengar yang baik bagi anak.

“Saya ingin belajar lebih banyak tentang cara komunikasi yang efektif agar anak merasa benar-benar didengar dan dihargai.” – (Ibu Era, 60)

Dari refleksi yang sudah disampaikan kepada para informan, tampak jelas informan mendambakan bentuk komunikasi interpersonal yang hanya fungsional, tetapi juga empatik, dan penuh penerimaan. Mereka menginginkan hubungan yang mampu menampung perasaan yang lama terpendam atau *unfinished business* agar

dapat dibicarakan dan diselesaikan dengan aman dan saling menghargai. Dapat disimpulkan bahwa baik orang tua maupun anak sama-sama menyimpan keraguan dan harapan, namun memiliki ruang komunikasi yang cukup terbuka dan aman.

Berdasarkan rangkaian wawancara yang telah dilakukan terhadap ketiga anak dan kedua orang tua, dapat disimpulkan bahwa pola komunikasi interpersonal dalam keluarga belum sepenuhnya memberikan keterbukaan emosional. Hubungan yang terjalin lebih banyak bersifat praktis dan fungsional, sementara perasaan yang lebih dalam sering kali tersimpan dan tidak tersampaikan secara langsung. Hal ini menunjukkan bahwa *unfinished business* dalam hubungan anak dan orang tua bukan hanya sekedar kesalahpahaman, tetapi juga akibat pola komunikasi yang tertahan, tidak seimbang dan minim refleksi emosional.

Pembahasan

Unfinished Business di dalam hubungan antara anak dan orang tua dan anak sering kali berakar pada komunikasi interpersonal yang berjalan secara terbuka dan juga mendalam. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa informan, komunikasi yang terjadi di dalam keluarga lebih banyak yang bersifat praktis dan fungsional, seperti membicarakan hal-hal akademis atau kegiatan sehari-hari, sementara pembicaraan mengenai perasaan pribadi dan emosi hampir tidak terjadi. Anak-anak sering menyimpan perasaan takut, kecewa, atau luka masa kecil yang tidak pernah diungkapkan karena rasa gengsi atau takut menyakiti orang tua, sehingga *unfinished business* paling banyak berada dalam area tersembunyi (*hidden area*). Selain itu, terdapat pula *blind area* dimana dampak dari perlakuan orang tua tidak disadari oleh anak atau sebaliknya. Hal ini diperparah oleh adanya *unknown area*, yaitu perasaan dan luka emosional yang belum sepenuhnya dipahami baik oleh orang tua maupun anak, seperti campuran marah, sayang atau trauma masa kecil yang samar. Meskipun demikian, baik orang tua maupun anak berharap dapat memperbaiki hubungan melalui komunikasi yang lebih terbuka, empatik, dan tanpa menghakimi. Anak menginginkan kehadiran orang tua secara emosional, bukan hanya secara finansial dan fisik, serta menjadi pendengar yang baik. Orang tua pun menyadari pentingnya komunikasi efektif supaya anak merasa dihargai, dengan kesediaan kedua belah pihak untuk saling membuka diri dan saling mendengarkan, *unfinished business* dapat diselesaikan dan hubungan emosional yang sehat akan terbangun. Intinya, *unfinished business* muncul dari komunikasi yang tertahan dan tidak pernah dibicarakan dan kurang seimbang hingga dibutuhkan komunikasi yang lebih dialogis dan reflektif untuk menciptakan ruang aman dalam keluarga.

Teori Johari Window, dinamai oleh penemunya yaitu Joseph Luthoff dan Harrington Ingham pada tahun 1995. Menurut (Rakhmat, 2018) dalam (Putri et al., 2024) teori Johari Window terdapat empat kuadran yang mendeskripsikan dan memahami interaksi komunikasi interpersonal yang terbentuk, yaitu *open area*, *blind area*, *hidden area*, *unknown area*. Teori Johari Window digunakan untuk melihat sejauh mana hubungan antara pengungkapan diri dan umpan balik di dalam suatu hubungan. Pengungkapan diri, atau *Self-Disclosure Theory*, merupakan proses berbagi informasi pribadi dengan orang lain. Informasi ini dapat mencakup

rencana masa depan, perasaan, pengalaman pribadi, dan lainnya. Penting untuk memahami bahwa pengungkapan diri harus disesuaikan dengan konteks tempat, waktu, dan tingkat kedekatan hubungan. Aspek krusial dalam pengungkapan diri adalah adanya rasa saling percaya (Putro et al., 2024)

Secara keseluruhan, penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yaitu penelitian dari (Hasyim et al., 2024) yang menggunakan teori Johari Window untuk memahami dinamika komunikasi interpersonal. Baik penelitian ini dan maupun penelitian terdahulu menemukan bahwa *Open Area* dalam interaksi individu menunjukkan tingkat kesadaran diri yang bervariasi dan upaya aktif untuk memperbaiki komunikasi. Meskipun demikian, *Blind Area* masih menjadi tantangan, di mana individu sering tidak menyadari perilaku atau kebiasaan tertentu yang dapat mempengaruhi efektivitas komunikasi mereka. Penelitian ini juga selaras dengan penelitian (Wahyuni et al., 2023) yang menggunakan teori Johari Window untuk menganalisis keterbukaan diri. Kedua studi menemukan kesamaan dalam keempat area teori Johari Window, *open area* menunjukkan kesadaran diri dan keterbukaan dalam interaksi, sementara *blind area* mengindikasikan perilaku yang tidak disadari yang mempengaruhi komunikasi, *hidden area* menyoroti kecenderungan menutupi informasi yang sensitif, dan *unknown area* diungkapkan melalui pengalaman baru. Kesamaan temuan ini memperkuat validitas teori Johari Window dalam berbagi konteks komunikasi interpersonal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil wawancara menunjukkan bahwa *unfinished business* antara orang tua dan anak terjadi karena komunikasi emosional yang belum terbangun. Percakapan lebih banyak bersifat praktis, sementara emosi seperti kecewa atau takut kerap dipendam. Orang tua pun sering tidak menyadari dampak kata atau sikap mereka. Kurangnya keterbukaan dan empati dua arah memperluas jarak emosional dalam keluarga. Analisis menggunakan teori Johari Window secara efektif mengonfirmasi validitasnya dalam menjelaskan dinamika ini. *Open area* dalam hubungan ini cenderung terbatas pada interaksi, sedangkan *hidden area* sangat dominan, mencerminkan informasi pribadi dan perasaan yang tidak bisa diungkapkan oleh anak-anak. *Blind Area* ada kepada dua belah pihak yang belum sepenuhnya menyadari dampak perilaku mereka terhadap komunikasi, dan *unknown area* mengindikasikan adanya faktor-faktor yang tidak disadari yang mempengaruhi pola komunikasi. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian terdahulu untuk memperkuat validitas dan relevansi teori ini dalam memahami dinamika komunikasi interpersonal. Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa meskipun fondasi tanggung jawab dan penghormatan terbangun, pengembangan kedekatan emosional menjadi tantangan utama yang perlu diatasi melalui upaya proaktif dalam memperluas *open area*, mengurangi *hidden area*, dan meningkatkan kesadaran akan *blind area*.

Upaya meningkatkan kualitas hubungan orang tua dan anak, disarankan agar keluarga bisa lebih terbuka terutama bagi orang tua dan anak agar berani membuka diri untuk memperluas *open area*, orang tua mendengarkan lebih baik agar anak memahami sudut pandang mereka dan mengurangi *blind area*, serta menyisihkan waktu khusus untuk berbicara

mendalam untuk mengurangi *hidden area*. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan metode yang lebih beragam guna menggali alasan di balik semua jarak emosional ini, mencari solusi yang efektif untuk memperat hubungan, serta mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, S., Santi, C. F., Heira, G., Ismed, M., & Fadhilah, S. R. (2024). *Komunikasi Interpersonal sebagai Dasar Keharmonisan Keluarga : Studi di Desa Matra Manunggal*. 4, 1948–1964.
- Astriani, D., Dewi Puspasari, K., Purwaningrum, D., Ayu Lestari, A., & Roisatun Nisa', A. (2023). Memperbaiki Hubungan Interpersonal dalam Keluarga pada Individu dengan Unfinished Business melalui Teknik Empty Chair. *SINDA: Comprehensive Journal of Islamic Social Studies*, 3(3), 115–122. <https://doi.org/10.28926/sinda.v3i3.1140>
- Fajriani, A. F. (2024). Konseling Individual dengan Teknik Empty Chair Mengatasi Unfinished Business Siswa di Pendidikan Menengah Kejuruan. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Menengah (Dikdasmen) Vol.*, 3(3), 103–109. <https://doi.org/10.31960/dikdasmen-v3i3-2418>
- Gunadarma, U., Komunikasi, F. I., Gunadarma, U., Komunikasi, F. I., & Gunadarma, U. (2024). *Komunikasi Interpersonal Keluarga Dalam Menjaga Kesehatan Mental*. 3(3), 8–14.
- Hasyim, A., Hutari, N. A., Nahdlatul, U., & Sulawesi, U. (2024). *Peran Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Baru Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas*. 2(3), 312–317.
- Leung, E. (2023). *2023 CHAS: Gen Z Mental Health Today's Young Coloradans Are Reporting More Mental Health Challenges as They Enter Adulthood Than Previous Generations*. Colorado Health Institute. <https://www.coloradohealthinstitute.org/research/2023-chas-gen-z-mental-health>
- Luft, P., Harry, D. A. N., Kasus, S., Mahasiswa, P., Aplikasi, P., Di, T., & Boyolali, U. (n.d.). *Pengungkapan diri dalam dunia maya dalam perspektif luft dan harry ingham (studi kasus pada mahasiswa pengguna aplikasi tiktok di universitas boyolali)*. 6(2), 384–391.
- Putri, A. C., Laura, R., & Baskara, M. (2024). *Komunikasi Interpersonal Teman Sebaya dalam Recovery Toxic Love Relationship*. 28–37.
- Sukarno, B., & Fatimah, N. S. (2021). Pentingnya Komunkasi Interpersonal Dalam Membangun Keluarga Ideal. *Jurnal Ekonomi, Sosial & Humanioran*, 2(08), 80–86.
- Telaumbanua, W. I. B., Siregar, M. D. S., & Naiborhu, M. (2022). Hubungan Intensitas Komunikasi Orang TUA dan Anak Dengan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas X SMA

Swasta Etislandia Medan T.A 2021/2022. *Jurnal Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 4(1), 33–48.

Wahyuni, Alqarni, W., & Afrijal. (2023). Transformasi Digital Sebagai Media Promosi Pariwisata di Kabupaten Aceh Tengah (Studi Kasus: Dinas Pariwisata Kabupaten Aceh Tengah). *JURNAL ILMIAH MAHASISWA FISIP USK*, <http://jim.usk.ac.id/FISIP/article/view/24036>