

DAMPAK POLA KOMUNIKASI KELUARGA TERHADAP KEMATANGAN EMOSIONAL REMAJA

Lastry Widya Salam¹, Joko Purwanto²
Universitas Indonesia Timur Makassar
e-mail: lastry2109@gmail.com¹, Joecho.purwanto@gmail.com²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Dampak pola komunikasi keluarga terhadap kematangan emosional remaja di MAN Kepulauan Selayar. Penelitian menggunakan sampel kuantitatif dengan meneliti siswa dan siswi MAN 1 Kepulauan Selayar. Semakin Baik Pola Komunikasi Keluarga maka semakin baik pula Kematangan Emosi Remaja. Teknik pengumpulan datanya menggunakan kuisioner dengan kuisioner dibuat untuk setiap variabel. Teknik analisis datanya menggunakan SPSS versi 20. Pola komunikasi Keluarga Pengaruh positif signifikan kepada Kematangan Emosi Remaja, dengan besar pengaruh 0,277 atau 27,70%. Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa Pola Komunikasi keluarga Sangat berpengaruh Positif Terhadap Kematangan Emosi Remaja. Nilai Koefisien standar Pola Komunikasi keluarga sebesar 0,277 memiliki simbol positif dan signifikansi pada Kematangan Emosi Remaja. Pengaruh Signifikansi ini disebabkan nilai signifikansi $(0,01) < 0,05$ Hubungan terkait sangat kuat ketika pola Komunikasi Keluarga maka makin baiknya kematangan emosi Remaja baik dalam lingkungan pergaulan maupun dalam sopan santun kepada yang lebih tua.

Kata Kunci: Komunikasi Keluarga, Kematangan Emosional, Remaja

Open Access



Received : 2025-06-19. Published : 2025-08-31.

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License
Website: <http://ejournal.umpri.ac.id/index.php/fokus>

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang krusial dalam kehidupan individu, ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial. Pada tahap ini, remaja mulai membentuk identitas diri dan mencari peran mereka dalam lingkungan sosial. Namun, proses ini seringkali disertai dengan konflik internal maupun eksternal yang dapat memengaruhi stabilitas emosional mereka. Menurut Hurlock (2015) remaja yang berusia antara 13 hingga 19 tahun rentan mengalami tekanan emosional yang berkaitan dengan pencarian jati diri, hubungan dengan teman sebaya, serta tuntutan akademik. Apabila tidak dikelola dengan baik, tekanan tersebut dapat berkembang menjadi masalah kesehatan mental seperti stres, kecemasan, bahkan depresi. Salah satu faktor penting yang memengaruhi kematangan emosional remaja adalah pola komunikasi dalam keluarga yang kurang kondusif.

Emosional remaja dalam pandangan Hurlock (2015) sering kali menjadi tidak terkendali dan irasional sehingga dapat menimbulkan dampak buruk yang sangat kuat. Tetapi, pada umumnya dari tahun ke tahun terjadi perbaikan perilaku emosi pada

remaja. Menurut Gessel (dalam Hurlock, 2015) remaja empat belas tahun sering sekali cenderung mudah emosional, mudah marah, serta emosinya cenderung meledak tanpa berusaha untuk mengendalikan emosinya. Sebaliknya, remaja enam belas tahun mengatakan bahwa mereka “tidak mempunyai keprihatinan” yang artinya tidak begitu bermasalah dengan emosi. Emosi adalah perasaan intens yang ditujukan kepada remaja ada sesuatu, dan reaksi terhadap remaja atau kejadian, dan dapat ditunjukkan ketika merasa senang mengenai sesuatu, marah kepada remaja, ataupun takut terhadap sesuatu. Bentuk emosi yang ditampilkan akan berbeda pada setiap individu dan biasanya muncul dalam bentuk luapan perasaan yang kuat atau lemah dalam waktu yang singkat. Peluapan emosi memberikan reaksi bagi individu entah reaksi positif maupun negatif. Jika seseorang mampu mengendalikan emosinya maka akan berdampak positif bagi lingkungan sosialnya dengan hal lain bahwa kematangan emosi seorang remaja akan memberikan dampak positif bagi dirinya sendiri.

Kematangan emosi adalah individu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti, anak-anak atau orang yang tidak matang”. Dengan demikian, remaja mengabaikan banyak rangsangan yang dapat menimbulkan ledakan emosi. Remaja yang matang emosinya, akan memberikan reaksi emosional, yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain. Kematangan emosi remaja juga akan memberikan dampak bagi kedua orang tuanya guna menjalin komunikasi yang baik antara orang tua dan anak. Hal ini membangun kepercayaan antara anak dan orang tua saling timbul. Ketika terjadi masalah maka anak akan menceritakan masalahnya ke orang tua dan orang tua memberikan solusi dalam pemecahan masalah yang dihadapi anak bukan memarahi anak. Kematangan emosional tidak hanya mempengaruhi hubungan interpersonal anak tetapi juga berkontribusi pada keberhasilan mereka dalam kehidupan sehari-hari. Anak yang memiliki kemampuan emosional yang baik cenderung lebih percaya diri, mandiri dan mampu menghadapi tantangan dengan lebih adaptif. Adapun aspek kematangan emosi diantaranya, a) Kemandirian, b) Mampu menerima realitas, c) Mampu beradaptasi, d) Mampu merespon dan peka terhadap orang lain dan e) Memiliki kapasitas untuk seimbang secara emosional. Dari beberapa aspek kematangan emosi remaja hal ini paling terbentuk mampu merespon dan peka terhadap orang lain karena hal ini terbentuk dari pola komunikasi keluarga yang menjadikan komunikasi dua arah dan saling membentuk emosional, kepercayaan bahkan kepekaan orang tua dan anak untuk mendukung anak dalam menentukan cita-citanya, bahkan ketika anak mendapatkan masalah diluar dapat bercerita ke orang tuanya bukan lagi ke temanya atau bahkan ke media sosial.

Penelitian menunjukkan bahwa remaja saat ini cenderung lebih nyaman berinteraksi melalui media sosial dibanding komunikasi tatap muka dalam keluarga (Rakhmaniar, 2024; Novilia et al., 2019). Selain itu, terdapat kesenjangan persepsi mengenai dukungan emosional: sekitar 27,5 % remaja merasa selalu mendapat dukungan orang tua, sedangkan 76,9 % orang tua percaya mereka sudah memberikannya (CDC, dilaporkan oleh Parents.com, 2024). Interaksi melalui media sosial juga dapat menggantikan kontak langsung dengan teman sebaya dan berdampak

negatif pada kemampuan komunikasi serta kepercayaan diri remaja (Child Mind Institute, 2025).

Menurut Chaffee, McLeod, dan Wackman, pola komunikasi keluarga merupakan struktur interaksi dalam komunikasi antara dua orang atau lebih yang memungkinkan adanya umpan balik (*feedback*) agar komunikasi berjalan efektif. Konsep ini sejalan dengan temuan Susiana & Susanti (2023) yang menyatakan bahwa pola komunikasi interpersonal yang terbuka dan seimbang berkontribusi pada keharmonisan keluarga, memberikan ruang bagi setiap anggota keluarga untuk menyampaikan pendapat secara setara; serta Andini (2023) yang juga menyoroti apakah pola komunikasi keluarga dapat memengaruhi perkembangan perilaku anak seperti empati dan kecerdasan emosional secara positif. Pola komunikasi keluarga adalah proses timbal balik orang tua dengan sang anak atau pasangan suami dan istri, yang berfungsi sebagai media untuk bertukar ide, sosialisasi nilai-nilai kepribadian dari orang tua ke anak, dan untuk berbagi perasaan atau masalah baik dari anak kepada orang tua maupun sebaliknya (Rahmawati & Gazali, 2020). Adapun aspek dari pola komunikasi keluarga Keterbukaan (*Openness*), Empati (*empathy*), Dukungan (*supportiveness*), Rasa positif (*positiveness*), dan Kesamaan (*equality*). Dari berbagai aspek yang ada di pola komunikasi keluarga yang begitu erat kaitannya dengan kematangan emosi merupakan aspek dukungan dengan rasa positif keluarga sangat dibutuhkan oleh anak remaja untuk meraih cita-citanya dan pergaulan teman sebaya serta sosialisasi sosial. Bahwa komunikasi yang baik serta memberikan dukungan kepada anak remaja akan memberikan dampak positif pada diri anak, dampak ini anak akan menanamkan sikap dan respek memberikan kepercayaan diri kepada orang tua dan keterbukaan anak dalam menghadapi masalah atau bahkan menceritakan keluh kesah yang dialami di tempat pergaulan maupun lingkungan sekolah.

Komunikasi keluarga yang positif terbukti memperkuat ikatan emosional remaja, membantu mereka merasa didukung, aman, dan dihargai, sehingga mampu mengekspresikan perasaan serta pikiran secara lebih terbuka (Virilia, 2025). Penelitian lain mengungkap bahwa pola komunikasi keluarga yang efektif memiliki kontribusi signifikan terhadap perkembangan kecerdasan emosional remaja, terutama dalam membantu mereka mengatur emosi secara adaptif serta mendukung proses kematangan sosial dan emosional (Parera, Hukubun, & Papilaya, 2020; Dwiyani, 2022).

Pola komunikasi keluarga merupakan faktor penting dalam membentuk kematangan emosional remaja. Kematangan emosional, kemampuan refleksi dan pengendalian emosional yang memungkinkan adaptasi terhadap berbagai situasi, akan terbentuk optimal dalam keluarga yang menyediakan komunikasi interpersonal berkualitas. Komunikasi positif di antara anggota keluarga menciptakan ikatan emosional serta citra diri yang memungkinkan remaja merasa didukung, aman, dan mampu mengekspresikan pikiran maupun perasaan secara terbuka.

Penelitian oleh Firdanianty et al. (2015) menunjukkan bahwa pola komunikasi remaja dengan keluarga, teman sebaya, dan sekolah berpengaruh nyata terhadap kecerdasan emosional siswa SMA di Bogor. Bahkan, pola komunikasi dengan teman sebaya memberi kontribusi lebih besar dibanding dengan keluarga atau sekolah.

Sementara itu, studi di Bandung oleh Yuniar dan Darmawati (2017) menemukan hubungan signifikan—meskipun rendah secara statistik, antara dukungan keluarga

dengan kecerdasan emosional remaja. Ini menekankan pentingnya komunikasi keluarga sebagai fondasi pembentukan kecerdasan emosional, kendati pengaruhnya perlu diperkuat oleh kualitas komunikasi yang konsisten dan suportif.

Demikian juga, penelitian Chandran & Nair (2015) menunjukkan bahwa iklim keluarga (family climate) seperti afeksi orang tua dan hubungan saudara kandung menjadi prediktor signifikan bagi kecerdasan emosional remaja. Keluarga yang menyediakan iklim persuasif dan afektif, mendukung keteraturan, serta kehangatan emosional, memberikan kontribusi penting dalam kematangan emosional remaja.

Meskipun remaja terkadang mengalami ledakan emosi dengan ambisi yang tersalurkan tanpa mempertimbangkan dampak positif dan negatif dari perbuatannya, data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) menunjukkan bahwa sekitar 35,1% remaja di Indonesia mengalami gangguan emosional. Khusus di Provinsi Sulawesi Selatan, Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan (2023) melaporkan prevalensi gangguan mental emosional mencapai 12,83%, dengan Kota Makassar sebagai wilayah dengan angka tertinggi sebesar 17,86%. Temuan ini juga sejalan dengan hasil wawancara peneliti terhadap dua remaja di Kepulauan Selayar, yang mengungkapkan bahwa remaja dari keluarga dengan komunikasi terbuka cenderung memiliki kematangan emosional yang lebih baik, percaya diri, dan mampu mengelola masalah secara efektif. Sebaliknya, remaja dari keluarga dengan komunikasi terbatas menunjukkan kesulitan dalam mengelola emosi, mudah marah, dan kurang percaya diri dalam mengambil keputusan. Penelitian Rahmawati (2020) mendukung hal ini, dengan temuan bahwa komunikasi keluarga yang positif dapat meningkatkan kecerdasan emosional remaja hingga 35,6%, sedangkan komunikasi negatif dapat menurunkannya sebesar 28,4%.

Berdasarkan paparan di atas, dapat dipahami bahwa komunikasi dalam keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kematangan emosional remaja. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam mengenai Dampak komunikasi keluarga terhadap kematangan emosional remaja, khususnya di lingkungan MAN Kepulauan Selayar.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang di dalamnya menggunakan banyak angka. Mulai dari proses pengumpulan data hingga penafsirannya (Sugiyono, 2020). Populasi Dari penelitian ini Siswa dan siswi kelas 10 MAN 1 Kepulauan selayar sebanyak 469 siswa sampel digunakan berdasarkan kategori umur 15-16 tahun. Penentuan sampel menggunakan rumus sloving sebanyak 83 siswa kelas 10 MAN Kepulauan Selayar. Remaja dengan memasuki kategori dewasa awal masih b erkecampung emosionalnya sehingga apapun dikatakan orang tua terkadang tidak dihiraukan sebelum melihat apa akibatnya. Untuk isntument penelitia menggunakan skala likert dengan alternatif jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Model skala Likert ini terdiri dari pernyataan positif (favorable) dan pernyataan negatif (unfavorable). (1) Variabel terikat (dependent), Kematangan Emosi dengan Aspek a) Kemandirian, b) Kemampuan Menerima Realitas, c) Mampu Beradatasi, dan d) Mampu mengontrol Amarah. 2) Variabel Bebas (Independent) Pola Komunikasi Keluarga. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggukan kuisisioner dengan masing variable dibuatkan 28 Item.Pola Komunikasi Keluarga diartikan bahwa komunikasi yang baik dan dua arah

antara orang tua dan akan akan berdampak positif dibandingkan alternatif lainnya; Aspek a) Keterbukaan, b) Empati, c) Dukungan, d) Rasa Positif, dan e) Kesamaan. Analisis data Pada penelitian Ini menggunakan SPSS. Versi. 25 windows.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 83 responden yang terdiri dari siswa dan siswi MAN Kepulauan Selayar pada kategori remaja akhir. Semua responden dipandang representatif untuk memberikan informasi yang akurat terhadap pernyataan penelitian. Semua item pernyataan memiliki koefisien korelasi positif $\geq 0,30$, sehingga seluruh butir pertanyaan dinyatakan valid. Berdasarkan analisis Alpha Cronbach, instrumen dinyatakan reliabel jika nilai $> 0,60$. Hasil uji reliabilitas adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Cronbach's Alpha	Kriteria	Keterangan
Pola Komunikasi Keluarga	0,960	$> 0,60$	Reliabel
Kematangan Emosional	0,838	$> 0,60$	Reliabel

Selanjutnya dilakukan uji prasyarat sebelum melakukan uji hipotesis. Uji prasyarat adalah hal yang mutlak harus dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis. Uji prasyarat pada penelitian ini terdiri dari normalitas dan lineritas. Normalitas adalah sebuah uji yang dilakukan dengan tujuan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel, apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal atautkah tidak. Uji Normalitas berguna untuk menentukan data yang telah dikumpulkan berdistribusi normal atau diambil dari populasi normal, dengan kategori yang ditentukan $P \geq 0,05$. Hasil yang diperoleh dari data normalitas pada penelitian ini sebagai berikut hasil uji normalitas dinyatakan signifikan untuk variable Pola Komunikasi Keluarga sebesar 0,267 sedangkan variable Kematangan emosional sebesar, 0,268 hasil dari kedua variable dapat disimpulkan bahwa berdistribusi Normal. Setelah melakukan uji normalitas Analisis deskriptif digunakan untuk menganalisis data dengan cara menggambarkan data yang diperoleh dan sebagai sarana untuk menginterpretasi hasil kuesioner. Berdasarkan data yang diperoleh dari penyebaran kuesioner terhadap 83 responden, analisis deskriptif dapat dijelaskan untuk setiap variabel sebagai berikut: Aspek pola komunikasi Keluarga dengan perentase di dapatkan masuk pada kategori sedang.

Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa mampu mengelola emosinya pada tingkat yang cukup, meskipun masih terdapat sebagian kecil siswa yang mengalami kendala dalam hal kematangan emosi, sedangkan variabel kematangan emosi dengan presentase yang didapatkan juga masuk pada kategori sedang hal ini juga menunjukkan bahwa komunikasi antara orang tua dan siswa masih berada dalam tingkat menengah, dan sebagian cukup rendah, yang dapat berdampak pada dinamika emosional remaja. Setelah melakukan uji prasyarat maka dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi sederhana untuk melihat apakah ada pengaruh signifikan Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Kematangan emosi Remaja yang dapat dilihat dari analisis data pada table di bawah ini:

Tabel 2. Analisis Regresi Sederhana

Constant (a)	Koefisien Regresi (b)	Sig.
38,096	0,544	,000

Persamaan Regresi Sederhana adalah $Y = 38,096 + 0,544X$

Nilai konstanta sebesar 38,096 menjelaskan bahwa kematangan emosi remaja dapat tercapai tanpa adanya pola komunikasi keluarga. Artinya jika nilai kematangan emosi remaja 0,000 maka pola komunikasi keluarga 38,096. Ini menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kematangan emosi remaja. Sebaliknya jika nilai t-hitung lebih kecil dari pada t – tabel. Jika nilai hipotesis lebih besar 0,05, maka hipotesis ditolak. Yang berarti pola komunikasi keluarga tidak berpengaruh signifikan terhadap kematangan emosi remaja Untuk mengetahui apakah penelitian ini berpengaruh positif atau negatif, dapat dilihat pada simbol nilai koefisien variabel dari masing-masing penelitian. Jika simbol nilai koefisien variabel positif, maka variabel tersebut berpengaruh positif. Sebaliknya, jika simbol nilai koefisien variabel negatif, maka variabel tersebut berpengaruh negatif. Nilai koefisien Pola komunikasi Keluarga adalah 0,544, yang dapat dijelaskan bahwa jika kematangan emosi meningkat 1 satuan, maka pola komunikasi keluarga akan meningkat sebesar 0,545. Pola komunikasi keluarga memungkinkan kita untuk melihat dan memecahkan masalah dengan makna dan nilai, serta mulai mengarahkan pikiran dan tindakan dalam lingkungan sosial baik lingkungan keluarga maupun lingkungan pergaulan yang lebih luas dan bermakna. Dengan kematangan emosi, kita dapat membedakan dengan lebih jelas antara yang serius dan bercanda guna mengoptimalkan emosi dalam setiap keadaan.

Pada penelitian ini variabel pola komunikasi keluarga terdiri dari beberapa aspek yaitu Rasa positif (*positiveness*) dan Kesamaan (*equality*). Dari berbagai aspek yang ada di pola komunikasi keluarga yang begitu erat kaitannya dengan kematangan emosi merupakan aspek dukungan dengan rasa positif keluarga sangat dibutuhkan oleh anak remaja untuk meraih cita-citanya dan pergaulan teman sebaya serta sosialisasi sosial. Bahwa komunikasi yang baik serta memberikan dukungan kepada anak remaja akan memberikan dampak positif pada diri anak, dampak ini anak akan menanamkan sikap serta menghargai dan menghormati memberikan kepercayaan diri kepada orang tua dan keterbukaan anak dalam menghadapi masalah atau bahkan menceritakan keluhan yang dialami di tempat pergaulan maupun lingkungan sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat pengaruh antara Pola Komunikasi Keluarga terhadap kematangan emosi Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa pola komunikasi keluarga mempengaruhi kematangan emosi remaja sebesar 0,227 atau 22,70%, sementara sisanya sebesar 79,30% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak terlibat dalam penelitian ini. Semakin tinggi pola komunikasi keluarga, semakin baik tingkat kematangan emosi remaja, dengan pola komunikasi keluarga rendah cenderung memiliki pemikiran yang tertutup, kurang motivasi dalam hidup, serta kurang terbuka atau kepercayaan pada orang tua tidak ada bahkan untuk curhat lebih percaya pada teman serta lebih paranya lagi di umbar ke media sosial. Hasil penelitian

ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2020) menunjukkan bahwa komunikasi keluarga yang positif memiliki pengaruh signifikan terhadap kematangan emosional remaja. Komunikasi positif dalam keluarga dapat meningkatkan kecerdasan emosional remaja sebesar 35,6%. Namun, komunikasi negatif dalam keluarga dapat menyebabkan penurunan kecerdasan emosional remaja sebesar 28,4%. Penelitian lain oleh Anggelica dan Siahaan (2021) menunjukkan bahwa komunikasi keluarga sangat berpengaruh bagi kesehatan mental anggota keluarga, terutama bagi anak. Sebanyak 67 dari 72 orang setuju bahwa komunikasi keluarga penting. Sementara itu Guntoro (2023) menyeroti kondisi keluarga yang tidak harmonis dapat menghambat kematangan emosional remaja dan komunikasi yang buruk dalam keluarga dapat menyebabkan masalah emosional yang serius.

Penelitian lain oleh Anggelica dan Siahaan (2021) menunjukkan bahwa komunikasi keluarga sangat berpengaruh bagi kesehatan mental anggota keluarga, terutama bagi anak. Sebanyak 67 dari 72 orang setuju bahwa komunikasi keluarga penting. Sementara itu Guntoro (2023) menyeroti kondisi keluarga yang tidak harmonis dapat menghambat kematangan emosional remaja dan komunikasi yang buruk dalam keluarga dapat menyebabkan masalah emosional yang serius. Penelitian ini juga menguatkan pendapat Zuhaimi (2024) yang menegaskan bahwa lingkungan keluarga yang harmonis dan suportif berpengaruh signifikan terhadap perkembangan pada fase remaja. Hasil tinjauan literatur menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kematangan emosi dan gaya pengasuhan. Pola asuh dan lingkungan keluarga juga membantu remaja menjadi lebih tangguh dalam menghadapi tantangan.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya dan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pola komunikasi yang baik dalam keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap kematangan emosional remaja. Ketika remaja merasa didukung dan dihargai dalam lingkungan keluarga yang harmonis, mereka cenderung lebih mampu mengatur emosi dan menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik. Sebaliknya, komunikasi yang buruk dapat menyebabkan masalah emosional yang serius dan menghambat perkembangan jati diri mereka. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk menciptakan komunikasi yang terbuka dan positif, sehingga remaja dapat mengekspresikan perasaan dan pikiran mereka dengan bebas. Dengan demikian, penguatan komunikasi keluarga yang efektif akan berkontribusi pada kesehatan mental dan kesejahteraan emosional remaja selama periode transisi ini.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah di doatkan maka dapat disimpulkan bahwa pola komunikasi keluarga sangat mempengaruhi kematangan emosi remaja hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh pola komunikasi Keluarga terhadap kematangan emosi siswa MAN 1 kepulauan selayar yang sampel penelitiannya sebanyak 83 siswa dengan nilai Koefisien regresi sebesar 38,096 menunjukkan bahwa pola komunikasi berpengaruh positif terhadap kematangan emosional, hal ini menunjukkan bahwa Ketika remaja merasa didukung dan dihargai dalam lingkungan keluarga yang harmonis, mereka cenderung lebih mampu mengatur emosi dan menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik. Sebaliknya, komunikasi yang buruk dapat menyebabkan masalah emosional yang serius dan menghambat perkembangan jati diri mereka.

DAFTAR PUSTAKA

Andini, K. S. S. (2023). *Pengaruh pola komunikasi keluarga terhadap perilaku anak: Sebuah studi literatur* [Skripsi, Universitas Indonesia]. Universitas Indonesia.

- Chaffee, S. H., McLeod, J. M., & Wackman, D. B. (1973). *Family communication patterns and adolescent political socialization*. In J. Dennis (Ed.), *Socialization to politics: A reader* (pp. 349–364). Wiley.
- Chandran, A., & Nair, B. P. (2015). Family climate as a predictor of emotional intelligence in adolescents. [Artikel terbitan Januari 2015]. (Informasi lengkap jurnal tidak tersedia dari sumber abstrak.)
- Child Mind Institute. (2025). *How using social media affects teenagers*. <https://childmind.org/article/how-using-social-media-affects-teenagers/>
- Dwiyani, N. (2022). *Komunikasi keluarga dalam pembentukan kecerdasan sosial emosional remaja di Desa Rajabasa Baru Kecamatan Mataram Baru* [Skripsi sarjana, IAIN Metro]. IAIN Metro Digital Repository. <https://repository.metrouniv.ac.id/id/eprint/6885>
- Firdanianty, N. F. N., Lubis, D. P., Puspitawati, H., & Susanto, D. (2015). Pola komunikasi remaja dan pengaruhnya terhadap kecerdasan emosional siswa SMA di Kota Bogor. *Jurnal Komunikasi Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia*, 1(1). <https://doi.org/10.25008/jkiski.v1i1.34>
- Hurlock, E. B. (2015). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (alih bhs. Istiwiidayanti & Soedjarwo). Jakarta: Erlangga.
- Novilia, S., Supriyanto, E., & Syafiq, M. (2019). Hubungan intensitas penggunaan media sosial dan keterampilan komunikasi interpersonal siswa SMA. *Jurnal Prisanicendekia: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 2(1), 27–36. <https://jurnalprisanicendekia.com/index.php/jbc/article/download/222/246/1115>
- Parents.com. (2024, April 17). *Teen mental health study reveals disconnect with parents*. <https://www.parents.com/teen-mental-health-study-reveals-disconnect-with-parents-8680260>
- Parera, T., Hukubun, N., & Papilaya, J. O. (2020). Pengaruh pola komunikasi keluarga terhadap kecerdasan emosional siswa SMK Negeri 4 Ambon. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 91–98. <https://ojs.unpatti.ac.id/index.php/semnasbk/article/view/1263>
- Rahmawati, & Gazali, M. (2020) Pola Komunikasi Dalam Keluarga. Al-Munzir .IAIN Kendari, vol. 11, no. 2, hal. 63–66. <https://dx.doi.org/10.31332/am.v11i2.1125>
- Rahmawati. (2020). Pengaruh Komunikasi Keluarga terhadap Kematangan Emosional Remaja. Saparwadi, Saparwadi, and Akhmad Sahrani. 2021. “Mengenal Konsep Daniel Goleman Dan Pemikirannya Dalam Kecerdasan EmosI”. Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam 4(1):17-36. <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v4i1.480>.
- Rakhmaniar, N. (2024). Pengaruh media sosial terhadap keterampilan komunikasi interpersonal remaja di Kota Bandung. *WISSEN: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, volume 2 (1), page 45–56. <https://journal.appisi.or.id/index.php/wissen/article/view/244>
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susiana, S., & Susanti, N. D. (2023). Analisis pola komunikasi interpersonal: fondasi pilar keluarga sakinah. *JAWI : Journal of Ahkam Wa Iqtishad*, 1(4), 249–258. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10495498>.

- Virlia, S. (2025). *Kecerdasan emosi remaja: Peran keluarga sangat penting*. Universitas Ciputra. <https://www.ciputra.ac.id/psy/kecerdasan-emosi-remaja/>
- Yuniar, D., & Darmawati, I. (2017). Dukungan keluarga berhubungan dengan kecerdasan emosional remaja. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 3(1), 9–17. <https://doi.org/10.33755/jkk.v3i1.79>