

PERAN KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP PERKEMBANGAN INDIVIDU: STUDI LITERATUR

Nurul Khafifah Halim<sup>1\*</sup>, Haerani Nur<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Negeri Makassar, Indonesia

\* Email: [nkhafifah6@gmail.com](mailto:nkhafifah6@gmail.com)

Artikel Info	Abstrak
<b>Sejarah Artikel</b> Diterima: 29 Juni 2025 Direvisi: 20 Agust 2025 Dipublikasi: 15 Okt 2025  <b>Kata kunci:</b> <i>Keberfungsian Keluarga; Tahap Perkembangan; Individu; Studi Literatur.</i>	<i>Keberfungsian keluarga merujuk pada kualitas dinamika interaksi dalam keluarga dan menjadi elemen penting dalam mendukung perkembangan individu secara optimal pada setiap tahap kehidupan. Artikel ini bertujuan untuk meninjau berbagai literatur yang membahas dampak keberfungsian keluarga terhadap aspek-aspek kehidupan individu, mulai dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Melalui kajian terhadap 30 jurnal ilmiah, ditemukan bahwa keluarga yang berfungsi baik, mampu menjadi sumber dukungan emosional, sosial, dan psikologis yang signifikan. Keberfungsian keluarga berkontribusi terhadap perkembangan identitas diri, regulasi emosi, keberhasilan akademik, dan kemampuan membentuk relasi interpersonal yang sehat. Fungsi-fungsi keluarga, seperti afeksi, sosialisasi, kontrol, ekonomi, dan perlindungan, menjadi pondasi dalam menciptakan lingkungan tumbuh-kembang yang sehat dan adaptif. Sebaliknya, disfungsi keluarga dapat memicu berbagai permasalahan seperti kenakalan remaja, kecemasan, depresi, kesepian, kesulitan sosial, dan gangguan perilaku. Temuan dari studi ini menekankan pentingnya peran keluarga dalam membentuk individu yang sehat secara mental dan sosial. Kajian ini juga menggarisbawahi perlunya intervensi psikososial yang holistik untuk meningkatkan keberfungsian keluarga, guna memaksimalkan potensi individu dalam lingkungan yang suportif.</i>
Article Info	Abstract
<b>Article History</b> Received: June 29 <sup>st</sup> , 2025 Revised: Agust 20 <sup>st</sup> , 2025 Published: Okt 15 <sup>st</sup> , 2025  <b>Keywords:</b> <i>Family Functioning; Developmental Stages; Individual; Literature Review.</i>	<i>Family functioning refers to the quality of interactions within the family and serves as a crucial element in supporting optimal individual development across all stages of life. This article aims to review various literature discussing the impact of family functioning on different aspects of individual life, from childhood to adulthood. Through an analysis of 30 scientific journals, it was found that a well-functioning family can provide significant emotional, social, and psychological support. Family functioning contributes to the development of self-identity, emotional regulation, academic achievement, and the ability to form healthy interpersonal relationships. Family roles such as affection, socialization, control, economic support, and protection serve as the foundation for creating a healthy and adaptive environment for growth and development. Conversely, family dysfunction can trigger various issues such as juvenile delinquency, anxiety, depression, loneliness, social difficulties, and behavioral disorders. The findings of this study highlight the vital role of the family in shaping individuals who are mentally and socially healthy. This review also emphasizes the need for holistic psychosocial interventions to enhance family functioning in order to maximize individual potential within a supportive environment.</i>

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit sosial terkecil dalam masyarakat yang menjadi fondasi utama pembentukan karakter dan kepribadian individu. Secara konseptual, keluarga didefinisikan sebagai sekelompok individu yang terhubung melalui ikatan perkawinan, kelahiran, adopsi, atau komitmen bersama untuk berbagi kehidupan dan tanggung jawab (Walsh, 2021). Jauh melampaui definisi strukturalnya, keluarga berfungsi sebagai sistem dinamis yang menyediakan konteks penting bagi perkembangan psikologis, sosial, dan emosional anggotanya. Minuchin (2018) menekankan bahwa keluarga berperan sebagai sistem yang terintegrasi, di mana setiap anggota mempengaruhi dan dipengaruhi oleh anggota lainnya melalui pola interaksi yang kompleks. Dalam konteks ini, keluarga tidak hanya menjadi tempat berlindung fisik tetapi juga lingkungan psikososial yang membentuk dasar pengalaman hidup dan memfasilitasi perkembangan individu sepanjang rentang kehidupan.

Dalam kajian sistem keluarga, terdapat konsep penting yang disebut keberfungsian keluarga (*family functioning*), yang merujuk pada kualitas dinamika interaksi dalam keluarga serta kemampuan sistem keluarga dalam memenuhi kebutuhan anggotanya. Keberfungsian keluarga sebagai kemampuan keluarga untuk menangani stres, menyelesaikan konflik, mempromosikan perkembangan anggotanya, dan

memelihara kesejahteraan kolektif melalui komunikasi efektif, pembentukan ikatan emosional yang kuat, dan fleksibilitas dalam mengatasi perubahan. Model McMaster tentang Keberfungsian Keluarga yang dikembangkan oleh Epstein et al. (1978) mengidentifikasi enam dimensi keberfungsian keluarga: pemecahan masalah, komunikasi, peran, responsivitas afektif, keterlibatan afektif, dan kontrol perilaku.

Pentingnya kondisi keberfungsian dalam keluarga berdampak pada perkembangan individu yang ada didalamnya. Penelitian yang dilakukan oleh Nabila & Hermaleni (2021) mengungkapkan bahwa keluarga yang memiliki interaksi positif dan saling memberi dukungan akan berpengaruh pada kesejahteraan subjektif pada remaja. Penelitian lainnya juga menyebutkan bahwa kecenderungan anak menghindari perilaku bolos di sekolah, berbohongan dan kenakalan remaja lainnya akan semakin kecil apabila kebutuhan psikologis terpenuhi dari rumah (Rachmah et al, 2023). Namun, minimnya komunikasi terbuka dan dukungan emosional yang dirasakan anak dapat memicu keengganan untuk membagikan apa yang dirasakan dan masalah yang dihadapi kepada orangtua (Julianti & Siwati, 2014) serta berkaitan pula pada ketidakmampuan anak dalam beradaptasi saat berada di lingkungan baru (Maulina & Amalia, 2019). Dampak keberfungsian keluarga terhadap perkembangan individu sangat bersifat kompleks dan mencakup berbagai aspek kehidupan. Mengingat signifikansi keberfungsian keluarga terhadap perkembangan individu, menjadi sangat penting untuk memahami secara mendalam bagaimana peran keluarga dalam perjalanan perkembangan individu dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Sebagaimana yang ditegaskan oleh Walsh (2022) bahwa penguatan fungsi keluarga merupakan investasi fundamental bagi kesehatan masyarakat dan kesejahteraan generasi mendatang. Namun, meskipun terdapat banyak penelitian tentang aspek-aspek spesifik dari keberfungsian keluarga, masih terdapat kesenjangan pemahaman mengenai bagaimana berbagai dimensi keberfungsian keluarga saling berinteraksi dan membentuk perkembangan individu secara holistik. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menjawab dua pertanyaan berikut:

- (1) Bagaimana peran keberfungsian keluarga terhadap masa perkembangan individu?
- (2) Apa upaya menjaga kondisi keberfungsian keluarga?

Dengan menjawab pertanyaan-pertanyaan ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan intervensi berbasis keluarga yang efektif serta kebijakan yang mendukung penguatan fungsi keluarga dalam masyarakat.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur yang berfokus pada analisis sistematis terhadap literatur ilmiah untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mengintegrasikan temuan-temuan penelitian sebelumnya (Snyder, 2019). Dalam penelitian ini, terdapat beberapa langkah yang dilakukan. Pertama, penentuan fokus topik menjadi tahap awal, di mana peneliti menetapkan spesifikasi topik yang akan dibahas, yaitu keberfungsian keluarga. Peneliti membatasi kajian pada aspek-aspek keberfungsian keluarga, dampaknya selama masa perkembangan, dan upaya untuk mempertahankan kondisi tersebut. Selanjutnya, peneliti melakukan pencarian literatur relevan dengan mengumpulkan sekitar 30 sumber dari berbagai referensi akademik, termasuk jurnal ilmiah, buku, dan laporan penelitian. Setelah itu, peneliti menganalisis dan mengevaluasi sumber-sumber yang telah terkumpul, dengan fokus pada pemahaman konsep keberfungsian keluarga. Peneliti juga mengidentifikasi definisi keberfungsian keluarga yang terdapat dalam literatur, serta hubungannya dengan perkembangan pada anak, remaja, dan dewasa. Terakhir, peneliti mensintesis temuan dari studi sebelumnya dengan mengelompokkan hasil-hasil yang dianggap serupa.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan analisis terhadap 30 sumber literatur yang membahas fungsi keluarga, diperoleh wawasan mendalam mengenai berbagai aspek keberfungsian keluarga serta dampaknya terhadap anak, remaja, dan orang dewasa. Hasil-hasil ini berfungsi sebagai landasan untuk menjawab pertanyaan dalam penelitian ini. Hasil-hasil tersebut disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Penelusuran Literatur terkait Keberfungsian Keluarga

No.	Nama Penulis, Tahun, Jurnal	Judul	Metode	Hasil Penelitian
1.	Rachmah et al., (2023) INNER: Journal of Psychological Research	Kenakalan pada Remaja Madya: Bagaimana Peran Keberfungsian Keluarga?	Kuantitatif	Semakin tinggi tingkat keberfungsian keluarga, maka semakin rendah kenakalan remaja, begitu pula sebaliknya. Peran keluarga dalam memberikan komitmen, apresiasi, waktu berkumpul, pengembangan spiritual, dan kemampuan menyelesaikan konflik sebagai faktor pencegah perilaku menyimpang pada remaja.
2.	Qudsyi & Gusniarti, (2007) Indigenous Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi	Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga dengan Penalaran Moral Pada Anak Usia Akhir	Kuantitatif	Keluarga yang berfungsi baik, terutama dengan komunikasi terbuka dan kemampuan mengekspresikan perasaan (aspek expressiveness), memberikan pengaruh positif pada perkembangan penalaran moral anak. Penelitian ini menekankan pentingnya peran keluarga sebagai lingkungan pertama bagi pembentukan konsep moral anak.
3.	Herawaty & Wulan, (2013) Jurnal Psikologi	Hubungan antara Keberfungsian Keluarga dan Daya Juang dengan Belajar Berdasar Regulasi Diri Pada Remaja.	Kuantitatif	Keberfungsian keluarga, yang mencakup komunikasi efektif dan dukungan emosional, sangat penting untuk mendukung kemampuan remaja dalam belajar secara mandiri. Selain itu, daya juang dan kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan, juga memberikan dampak positif yang signifikan terhadap hasil belajar, menunjukkan bahwa motivasi internal adalah kunci.
4.	Nisa & Sari, (2019) Psikoislamedia Jurnal Psikologi	Peran Keberfungsian Keluarga Terhadap Penerimaan Diri Remaja.	Kuantitatif	Keberfungsian keluarga memiliki dampak yang signifikan terhadap penerimaan diri remaja di SOS Desa Taruna Banda Aceh. Keluarga yang berfungsi dengan baik melalui komunikasi yang efektif, dukungan emosional, dan pemenuhan kebutuhan dasar mampu membantu remaja dalam menerima dan menghargai diri mereka sendiri, meskipun mereka berasal dari latar belakang yang sulit.
5.	Yasa & Fatmawati, (2021) Psikoislamedia Jurnal Psikologi	Analisis Relasi Keberfungsian Keluarga dengan Kematangan Emosi Anak dari Keluarga Single Parent.	Kuantitatif	Lingkungan keluarga yang mendukung dapat membantu anak-anak mengembangkan kemampuan mengontrol emosi, beradaptasi dengan perubahan, serta meningkatkan kesejahteraan emosional mereka.
6.	Sari & Sitasari, (2022) JCA Psikologi	Keterkaitan Keberfungsian Keluarga dan Perilaku Bullying	Kuantitatif	Remaja dari keluarga yang berfungsi secara efektif cenderung tidak melakukan perilaku bullying, sedangkan remaja dari keluarga yang tidak

		pada Remaja di Jakarta.		berfungsi dengan baik lebih mungkin terlibat dalam perilaku tersebut. Keluarga yang mendukung dan berfungsi dengan baik dapat membantu remaja mengelola emosi dan berinteraksi secara positif dengan orang lain, sehingga mengurangi kemungkinan terjadinya bullying.
7.	Masykur & Kustanti, (2019) Wacana	Persepsi Terhadap Keberfungsian Keluarga dan Juvenile Delinquency pada Remaja Siswa SMA.	Kuantitatif	Semakin baik persepsi keberfungsian keluarga, semakin rendah kecenderungan remaja untuk terlibat dalam perilaku delinquency. Keluarga yang berfungsi secara efektif dapat membantu remaja mengatasi tantangan perkembangan mereka, mengurangi risiko terlibat dalam perilaku menyimpang.
8.	Mufidah, (2022) SINDA: Comprehensive Journal of Islamic Social Studies	Keberfungsian Keluarga dalam Menangani Sibling Rivalry (Persaingan Saudara Kandung) pada Remaja.	Kualitatif	Faktor-faktor seperti perbedaan usia, sikap perlakuan orang tua, dan perbedaan prestasi dapat memicu sibling rivalry. Keberfungsian keluarga berperan penting dalam meminimalkan konflik ini, dengan mengoptimalkan komunikasi, peran keluarga, dan ekspresi emosi. keberfungsian keluarga yang positif dapat menciptakan lingkungan yang harmonis, mengurangi risiko sibling rivalry, dan mendukung kesejahteraan psikologis anak.
9.	Wowor & Risnawaty, (2024) Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang	Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Status Identitas Ego pada Emerging Adulthood	Kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari keberfungsian keluarga terhadap status identitas ego. Semakin baik keberfungsian keluarga, semakin tinggi kemungkinan individu mencapai status identitas ego yang positif, khususnya dalam kategori achievement.
10.	Ridwan et al., (2023) Jurnal Psikologi Karakter	Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Penerimaan Diri pada Dewasa Awal di Kota Makassar.	Kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara keberfungsian keluarga dan penerimaan diri. Artinya semakin baik keberfungsian keluarga, semakin tinggi tingkat penerimaan diri individu.
11.	Todingrante et al., (2023) Jurnal Psikologi Karakter	Keberfungsian Keluarga terhadap Perilaku Agresif Verbal pada Remaja Akhir di Kota Makassar.	Kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga memiliki kontribusi sebesar 0,8% terhadap perilaku agresi verbal, dengan arah pengaruh negatif. Artinya, semakin tinggi keberfungsian keluarga, semakin rendah perilaku agresi verbal yang ditunjukkan oleh remaja.
12.	Yasa & Fatmawati, (2018) JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan dan Konseling	Persepsi Keberfungsian Keluarga Bagi Anak dari Keluarga Single Parent.	Kuantitatif	Kehadiran extended family (keluarga besar) berperan signifikan dalam mengisi kekosongan peran salah satu orang tua. Dukungan emosional dan instrumental dari keluarga besar membantu orang tua tunggal

				menjalankan fungsi keluarga, termasuk fungsi afeksi dan sosialisasi yang crucial bagi perkembangan anak.
13.	Kuanca, (2024) Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set	Keberfungsian keluarga dalam Kesepian pada lansia di jabodetabek.	Kuantitatif	Semakin baik keberfungsian keluarga, semakin rendah tingkat kesepian yang dirasakan oleh lansia. keberfungsian keluarga yang baik berkontribusi pada peningkatan kualitas interaksi sosial dan dukungan emosional bagi lansia.
14.	Maulina & Amalia, (2019) Jurnal Psikologi	Keberfungsian Keluarga Bagi Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru.	Kuantitatif	Penelitian ini mengungkapkan bahwa keberfungsian keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru. Semakin baik fungsi keluarga, semakin tinggi kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi dengan lingkungan kampus.
15.	Retnowati et al., (2003) Jurnal Psikologi	Peranan Keberfungsian Keluarga Pada Pemahaman dan Pengungkapan Emosi.	Kuantitatif	Keberfungsian keluarga berkontribusi positif terhadap pemahaman emosi, yang selanjutnya mempengaruhi seberapa baik individu dapat mengungkapkan emosinya. Dengan memperkuat keberfungsian keluarga, kita dapat membantu anak-anak tumbuh menjadi individu yang lebih mampu mengelola emosi mereka dan berinteraksi secara sehat dengan orang lain.
16.	Situmorang et al., (2023) AL-IRSYAD: Jurnal Pendidikan dan Konseling	Psychological Well Being Ditinjau dari Keberfungsian Keluarga dan Kualitas Hidup Orangtua yang Memiliki Anak Autistic Spectrum Disorder.	Kuantitatif	Terdapat hubungan yang signifikan antara keberfungsian keluarga dan kualitas hidup terhadap kesejahteraan psikologis orang tua yang memiliki anak dengan Autistic Spectrum Disorder (ASD). Dukungan dan interaksi positif dalam keluarga sangat berpengaruh pada kondisi mental orang tua. Semakin tinggi keberfungsian keluarga, semakin baik kesejahteraan psikologis orang tua.
17.	Rahmi & Zulamri, (2019) JRMDK: Jurnal Riset Mahasiswa Dakwah dan Komunikasi	Pengaruh Keberfungsian Keluarga Terhadap Pengambilan Keputusan Perkawinan di KUA Kecamatan Kundur Kabupaten Karimun.	Kuantitatif	Semakin baik keberfungsian keluarga, semakin positif pula pengambilan keputusan yang dilakukan oleh individu mengenai pernikahan. Salah satu aspek penting yang diungkapkan dalam penelitian adalah peran keluarga dalam memberikan bimbingan dan dukungan saat individu menghadapi keputusan penting seperti menikah. Keluarga yang berfungsi dengan baik dapat membantu anggotanya dalam mempertimbangkan berbagai faktor, sehingga keputusan yang diambil menjadi lebih matang dan terarah.
18.	Juliyanti & Siswati, (2014) Jurnal Empati	Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga dengan Pengungkapan Diri Remaja Terhadap Orangtua Pada Siswa	Kuantitatif	Penelitian ini mengungkapkan hubungan positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dan pengungkapan diri remaja terhadap orangtua. Ditemukan bahwa semakin tinggi tingkat keberfungsian keluarga,

	SMA Krista Mitra Semarang.			semakin tinggi pula tingkat pengungkapan diri remaja. Remaja yang merasa didukung dan diterima oleh keluarganya cenderung lebih terbuka dalam menyampaikan perasaan dan pengalaman mereka.
19.	Nabilah & Hermaleni, (2021) Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan	Kontribusi Keberfungsian Keluarga terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja Etnis Minang.	Kuantitatif	Semakin baik fungsi keluarga, semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan subjektif remaja. Salah satu aspek penting yang diidentifikasi adalah bagaimana komunikasi yang efektif dan dukungan emosional dalam keluarga berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja. Keluarga yang berfungsi dengan baik memungkinkan remaja untuk merasa lebih aman dan didukung, yang pada gilirannya mendorong mereka untuk berinteraksi secara positif dengan orang tua.
20.	Sari & Hijrianti, (2025) Jurnal Empati	Keberfungsian Keluarga Terhadap Kenakalan Remaja Di SMP X Selorejo.	Kuantitatif	Keberfungsian keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap kenakalan remaja. Keluarga yang berfungsi dengan baik dapat menjadi faktor pencegah terhadap perilaku menyimpang di kalangan remaja.
21.	Gunawan & Setianingrum, (2018) Persona: Jurnal Psikologi Indonesia	Hubungan Antara KEberfungsian Keluarga dengan Self Regulated Learning Pada Siswa yang Tinggal di Asrama.	Kuantitatif	Terdapat hubungan positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dan self-regulated learning pada siswa yang tinggal di asrama SMA. Penelitian ini menegaskan bahwa interaksi yang positif dalam keluarga, seperti komunikasi yang terbuka dan dukungan emosional, sangat berperan dalam mendorong siswa untuk lebih aktif dan bertanggung jawab dalam proses belajar mereka.
22.	Akbar & Kartika, (2016) Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi	Konflik Ganda dan Keberfungsian Keluarga Pada Ibu yang Bekerja.	Kuantitatif	Semakin tinggi tingkat keberfungsian keluarga, semakin rendah tingkat konflik peran ganda yang dialami oleh ibu-ibu tersebut. Salah satu temuan menarik dari penelitian ini adalah bahwa banyak ibu yang mengalami tingkat keberfungsian keluarga yang rendah, yang berimplikasi pada tingginya tingkat konflik peran ganda.
23.	Ramadhany et al., (2016) Jurnal Psikologi Perseptual	Hubungan Antara Persepsi Remaja Terhadap Keberfungsian Keluarga dengan Kematangan Emosi pada Remaja Akhir.	Kuantitatif	Semakin positif persepsi remaja terhadap fungsi keluarga, semakin tinggi tingkat kematangan emosi yang mereka capai. Lebih dari separuh remaja memiliki persepsi positif terhadap keberfungsian keluarga, yang berdampak pada kematangan emosi yang baik.
24.	Nu'man, (2016) PSIKOLOGIKA: Jurnal Pemikiran	Keberfungsian Keluarga dan kecanduan Internet	Kuantitatif	Keberfungsian keluarga berfungsi sebagai faktor perlindungan terhadap kecanduan internet. Dimensi



	dan Penelitian Psikologi	pada Mahasiswa.		keberfungsian keluarga, seperti komunikasi yang efektif dan peran yang jelas, berkontribusi dalam mengurangi kecanduan internet.
25.	Uci & Savira, (2019) <i>Character: Jurnal Penelitian Psikologi</i>	Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga dengan Regulasi Emosi Pada Siswa di SMP X Surabaya.	Kuantitatif	Terdapat hubungan positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dan regulasi emosi pada siswa. Lebih dari setengah siswa memiliki persepsi positif terhadap keberfungsian keluarga mereka, yang berdampak pada kemampuan regulasi emosi yang baik. Interaksi yang harmonis dan dukungan emosional dalam keluarga terbukti menjadi faktor penting dalam membantu siswa mengatasi stres dan emosi negatif.
26.	Minasochah et al., (2020) <i>Jurnal Keluarga</i>	Hubungan Keberfungsian Keluarga dengan Kontrol Diri Remaja Pada Siswa SMA di Bawean.	Kuantitatif	Peningkatan keberfungsian keluarga berbanding lurus dengan peningkatan kontrol diri, yang berarti bahwa keberfungsian keluarga menjadi faktor penting dalam pengembangan kontrol diri remaja.
27.	Viranda et al., (2023) <i>Jurnal Multidisiplin West Science</i>	Gambaran Makna Keberfungsian Keluarga Ditinjau dari Perspektif Jenis Kelamin, Urutan Kelahiran, dan Status dalam Keluarga.	Kuantitatif	Terdapat perbedaan signifikan dalam cara individu memaknai keberfungsian keluarga. Misalnya, anak sulung lebih memaknai keluarga sebagai kontrol perilaku, sementara anak bungsu melihatnya sebagai tempat pemecahan masalah. Selain itu laki-laki cenderung memberikan makna lebih tinggi pada dimensi pemecahan masalah dibandingkan perempuan, yang lebih memfokuskan pada peran dan tanggung jawab dalam keluarga.
28.	Arya & Syanti, (2022) <i>Jurnal Ilmu Perilaku</i>	Bullying pada Remaja: Pentingkah Keberfungsian Keluarga, Kebahagiaan di Sekolah, dan Self Esteem?	Kuantitatif	Keberfungsian keluarga, kebahagiaan di sekolah, dan self-esteem secara simultan berhubungan dengan perilaku bullying. Semakin baik fungsi keluarga, semakin tinggi kebahagiaan dan self-esteem siswa, pada gilirannya mengurangi perilaku bullying. Remaja yang memiliki dukungan keluarga yang kuat dan kebahagiaan dalam lingkungan sekolah lebih cenderung untuk menghindari keterlibatan dalam bullying.
29.	Sari et al., (2021) <i>AL-AMIN: Jurnal Kajian Ilmu dan Budaya Islam</i>	Keberfungsian Keluarga Sebagai Basis Penguatan Moderasi Beragama di Desa Londut Afdeling III Kecamatan Ku Aluh Hulu Kabupaten Labuhanbatu Utara.	Kualitatif	Keberfungsian keluarga menjadi pondasi penting dalam membangun moderasi beragama. Para orangtua di Desa Londut memahami peran krusial mereka sebagai pendidik pertama nilai-nilai toleransi dan moderasi. Mereka tidak hanya mengajarkan ajaran agama sendiri, tetapi juga menanamkan sikap menghargai keberagaman sejak dini, dimulai dari hal-hal kecil seperti mengembangkan empati dan komunikasi efektif.

30. Igrisa & Yoenanto, (2021) BRPKM: Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental	Pengaruh Keberfungsian Keluarga Terhadap Penyesuaian Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama Selama Proses Pembelajaran Daring.	Kuantitatif	Keberfungsian keluarga memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri secara akademik. Semakin baik keberfungsian keluarga yang ditandai dengan komunikasi efektif, pemecahan masalah yang baik, dan pemenuhan peran, maka semakin tinggi pula kemampuan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian akademik di lingkungan perguruan tinggi.
---	---	-------------	---

### Peran keberfungsian keluarga terhadap perkembangan individu

Peran keberfungsian keluarga tidak dapat dilepaskan dari proses tumbuh kembang individu sejak dini hingga dewasa. Setiap tahap perkembangan memiliki kebutuhan yang berbeda, dan keluarga berfungsi sebagai fondasi utama dalam memenuhi kebutuhan tersebut secara emosional, sosial, dan psikologis.

- a. *Masa kanak-kanak* adalah periode penting dalam kehidupan individu yang mencakup rentang usia 2 hingga 12 tahun (Kanak-kanak awal hingga kanak-kanak akhir). Pada fase ini, anak-anak mulai membangun fondasi untuk perkembangan fisik, kognitif, dan emosional. Keberfungsian keluarga memainkan peran krusial dalam mendukung perkembangan ini. Keluarga yang berfungsi dengan baik mampu memberikan lingkungan yang stabil dan penuh kasih, di mana anak merasa aman dan diperhatikan (Hurlock, 2007). Interaksi dalam keluarga sangat mempengaruhi pembentukan perilaku dan nilai moral anak. Terciptanya suasana keluarga yang mendukung dan harmonis, serta keterlibatan orang tua dalam membantu anak, dapat mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang nilai-nilai moral dan etika (Qudsyi & Gusniarti, 2007). Menurut Mufida (2008), keluarga yang menjalankan fungsi-fungsi dasar, seperti ekspresi emosi yang sehat dan distribusi kekuasaan yang adil, dapat mencegah terjadinya konflik dan kecemburuan antar saudara. Anak-anak yang terlibat dalam persaingan ini cenderung kesulitan dalam memahami konsep keadilan dan empati, yang merupakan aspek penting dalam perkembangan moral. Ketika anak-anak merasa tertekan oleh perbandingan yang dilakukan orang tua, mereka mungkin mengembangkan sikap negatif yang menghambat kemampuan mereka untuk berinteraksi secara etis dengan orang lain. Oleh karena itu, keberfungsian keluarga yang optimal sangat penting untuk membentuk landasan moral yang kuat, mencegah masalah yang dapat berlanjut hingga remaja dan dewasa.
- b. *Masa remaja* merupakan fase perkembangan penting yang berlangsung antara usia 12 hingga 18 tahun. Pada tahap ini, remaja mulai mencari identitas diri dan merasakan kebutuhan untuk mandiri, meskipun mereka masih sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga dan sosial di sekitarnya (Hurlock, 2007). Proses pencarian identitas ini sering kali disertai dengan ketidakpastian dan tekanan, yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Oleh karena itu, keberfungsian keluarga menjadi sangat krusial dalam mendukung perkembangan positif remaja. Keberfungsian keluarga, yang mencakup komunikasi yang efektif, dukungan emosional, dan pemecahan masalah yang baik, dapat memberikan lingkungan yang kondusif bagi remaja. Sebuah studi oleh Wowor dan Risnawaty (2024) menemukan bahwa semakin tinggi tingkat keberfungsian keluarga, semakin baik status identitas ego bagi remaja. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga yang berfungsi dengan baik membantu remaja dalam mengembangkan kematangan emosional dan identitas yang stabil. Rachmah et al. (2023), Sari et al. (2022) dan Sari & Hijrianti (2025) juga menemukan bahwa remaja yang merasa didukung oleh keluarganya cenderung lebih mampu mengelola stres dan menghadapi tantangan kehidupan dengan lebih baik. Sebaliknya, remaja yang berasal dari keluarga dengan keberfungsian rendah seringkali menghadapi berbagai masalah, termasuk kesulitan dalam membentuk identitas dan keterlibatan dalam perilaku negatif seperti kenakalan atau bullying.



- c. *Masa dewasa* merupakan fase perkembangan dengan rentang usia 20 tahun ke atas dengan kategori dewasa awal, madya dan akhir. Pada fase ini individu berfokus pada membangun hubungan intim dan karier, mencapai kestabilan hidup, serta menghadapi masa pensiun dan refleksi diri (Hurlock, 2007). Dalam konteks dewasa awal, keluarga yang berfungsi dengan baik menyediakan dukungan emosional dan komunikasi yang terbuka, yang memungkinkan individu untuk mengenali dan menerima berbagai aspek dari diri mereka, baik yang positif maupun negatif. Dengan adanya dukungan ini, individu merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan dan keputusan yang harus diambil. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki pandangan positif terhadap keberfungsian keluarganya cenderung memiliki penerimaan diri yang lebih baik, yang merupakan kunci untuk mencapai kesejahteraan psikologis (Ridwan et al, 2023) kemampuan memahami dan mengungkapkan emosi yang dirasakan (Retnowati et al, 2003), menurunkan tingkat kesepian (Kuanca & Helsa, 2024).

### **Upaya menjaga kondisi keberfungsian keluarga**

Keluarga yang berfungsi dengan baik akan menjadi tempat perlindungan, pertumbuhan, dan pembentukan identitas yang sehat bagi setiap anggota keluarga. Mereka juga menjadi sumber kekuatan dan ketahanan dalam menghadapi berbagai krisis kehidupan. Terdapat lima upaya penting yang dapat dilakukan untuk menjaga dan meningkatkan kondisi keberfungsian keluarga, yaitu:

#### **1. Komunikasi Efektif dan Terbuka**

Komunikasi menjadi pondasi utama dalam membangun keberfungsian keluarga yang sehat. Keluarga yang berfungsi dengan baik mengembangkan pola komunikasi yang jelas, langsung, dan terbuka di mana setiap anggota merasa aman untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka. Hal ini mencakup kemampuan untuk mendengarkan secara aktif tanpa menghakimi, menggunakan bahasa yang mendukung dan menghindari kritik destruktif. Penting untuk menciptakan waktu khusus untuk berkomunikasi, seperti saat makan malam bersama atau pertemuan keluarga rutin, di mana setiap anggota keluarga diberi kesempatan untuk berbicara dan didengarkan. Keluarga yang menerapkan komunikasi efektif akan lebih mampu menyelesaikan konflik, membangun kepercayaan, dan menciptakan ikatan emosional yang kuat antar anggotanya.

#### **2. Dukungan Emosional dan Rasa Memiliki**

Keluarga berfungsi dengan baik ketika setiap anggotanya merasa didukung secara emosional dan memiliki rasa keterikatan yang kuat. Dukungan emosional ini ditunjukkan melalui empati, pengertian, dan penerimaan terhadap perasaan satu sama lain. Keluarga yang saling mendukung akan hadir bagi anggotanya saat menghadapi tantangan dan kesulitan, memberikan pujian atas pencapaian, dan mendorong pertumbuhan pribadi. Mereka menciptakan lingkungan di mana setiap orang merasa aman, dihargai, dan diterima apa adanya. Ketika seseorang mengalami kegagalan atau kesulitan, keluarga menjadi tempat perlindungan dan pemulihan yang aman, memberikan kekuatan untuk kembali bangkit dan menghadapi dunia luar dengan lebih percaya diri.

#### **3. Adaptasi Terhadap Perubahan dan Ketahanan Keluarga**

Kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan merupakan kunci bagi keberfungsian keluarga yang berkelanjutan. Keluarga akan menghadapi berbagai transisi dan krisis sepanjang siklus kehidupannya, mulai dari kelahiran anak, anak memasuki sekolah, masa remaja, pernikahan anak, hingga masa pensiun dan kehilangan anggota keluarga. Keluarga yang berfungsi dengan baik menunjukkan fleksibilitas dalam menghadapi perubahan ini, mampu menyesuaikan peran, aturan, dan harapan sesuai dengan kebutuhan yang berkembang. Mereka mengembangkan strategi koping yang efektif, mencari sumber daya yang diperlukan, dan kadang mencari bantuan profesional bila diperlukan. Ketahanan keluarga tidak berarti bebas dari masalah, tetapi kemampuan untuk bangkit kembali dan bahkan tumbuh lebih kuat dari tantangan yang dihadapi bersama.

#### **4. Keseimbangan Antara Kebersamaan dan Otonomi Individu**

Keluarga yang berfungsi dengan baik mampu menyeimbangkan kebutuhan untuk kebersamaan dan koneksi dengan penghargaan terhadap otonomi individu anggotanya. Mereka menciptakan ruang dan waktu untuk aktivitas bersama yang bermakna, seperti tradisi keluarga, liburan, atau kegiatan rekreasi

yang membangun ikatan emosional dan menciptakan kenangan bersama. Pada saat yang sama, mereka juga menghormati kebutuhan setiap anggota untuk privasi, ruang pribadi, dan pengembangan minat dan bakat individual. Keseimbangan ini mencegah munculnya dua ekstrem yang tidak sehat: keluarga yang terlalu terikat di mana individu kehilangan identitas pribadinya, atau keluarga yang terlalu lepas di mana anggotanya tidak memiliki koneksi emosional yang cukup. Dengan menghargai keunikan setiap anggota sambil tetap menjaga keterikatan keluarga, setiap individu dapat tumbuh dan berkembang dalam lingkungan yang mendukung.

#### 5. *Pengelolaan Konflik Secara Konstruktif*

Konflik merupakan bagian alami dari kehidupan keluarga, namun cara mengelolanya akan sangat menentukan keberfungsian keluarga tersebut. Keluarga yang sehat mengakui bahwa perbedaan pendapat dan konflik tidak terelakkan, tetapi mereka mengembangkan keterampilan untuk menanganinya secara konstruktif. Mereka menghadapi konflik secara langsung tanpa menghindari atau membiarkannya berlarut-larut, fokus pada masalah bukan menyerang pribadi, dan berusaha mencari solusi yang memenuhi kebutuhan semua pihak. Proses penyelesaian konflik yang efektif melibatkan mendengarkan dengan empati, mengkomunikasikan perasaan dan kebutuhan dengan jelas, dan bersedia berkompromi. Keluarga juga mengembangkan kemampuan untuk memaafkan dan melepaskan kekecewaan masa lalu. Pengelolaan konflik yang baik tidak hanya menyelesaikan masalah saat ini tetapi juga membangun fondasi kepercayaan dan rasa aman yang lebih kuat untuk menghadapi tantangan di masa depan.

### **KESIMPULAN**

Keberfungsian keluarga merupakan pondasi penting dalam perkembangan individu di berbagai tahap kehidupan. Berdasarkan hasil telaah dari 30 jurnal yang dianalisis, dapat disimpulkan bahwa keluarga yang berfungsi dengan baik mampu memberikan dukungan emosional, memenuhi kebutuhan dasar, dan membentuk nilai serta keterampilan sosial yang esensial bagi individu. Keberfungsian ini tidak hanya berdampak pada kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis anggota keluarga, tetapi juga berkorelasi dengan pencapaian akademik, perkembangan emosi dan moral, serta kemampuan adaptasi sosial. Dengan memahami peran keberfungsian keluarga secara menyeluruh, para praktisi, akademisi, dan pembuat kebijakan diharapkan dapat merancang program intervensi dan kebijakan yang mendukung kesejahteraan keluarga, sehingga menciptakan lingkungan yang aman, sehat, dan produktif bagi setiap individu di dalamnya.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Akbar, Z., & Kartika, K. (2016). Konflik peran ganda dan keberfungsian keluarga pada ibu yang bekerja. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 5(2), 64-69. <https://doi.org/10.21009/JPPP.052.02>
- Arya, L., & Syanti, W. R. (2022). Bullying pada remaja: Pentingkah keberfungsian keluarga, kebahagiaan di Sekolah, dan self-esteem. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 5(2), 193-207. <https://doi.org/10.25077/jip.5.2.193-207.2021>
- Epstein, N. B., Bishop, D. S., & Levin, S. (1978). The McMaster model of family functioning. *Journal of Marital and Family therapy*, 4(4), 19-31. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1978.tb00537.x>
- Gunawan, B. A., & Setianingrum, M. E. (2018). Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan self-regulated learning pada siswa yang tinggal di asrama. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(2), 161-176. <https://doi.org/10.30996/persona.v7i2.1574>
- Herawaty, Y., & Wulan, R. (2013). Hubungan antara keberfungsian keluarga dan daya juang dengan belajar berdasar regulasi diri pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 9(2), 138-147. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v9i2.176>
- Hurlock, E.B. 2007. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga
- Juliyanti, N., & Siswati, S. (2014). Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan pengungkapan diri remaja terhadap orangtua pada siswa SMA Krista Mitra Semarang. *Jurnal Empati*, 3(4), 422-431. <https://doi.org/10.14710/empati.2014.7604>
- Igrisa, S. F., & Yoenanto, N. H. (2021). Pengaruh keberfungsian keluarga terhadap penyesuaian akademik

- pada mahasiswa tahun pertama selama proses pembelajaran daring. *Brpkm: Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(2), 1435-1443. <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Kuanca, J. (2024). Keberfungsian Keluarga dan Kesepian pada Lansia di Jabodetabek. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 15(01), 76-89.
- Masykur, A. M., & Kustanti, E. R. (2019). Persepsi terhadap keberfungsian keluarga dan juvenile delinquency pada remaja siswa SMA. *Wacana*, 11(1), 13-31. <https://doi.org/10.13057/wacana.v11i1.133>
- Maulina, R. D., & Amalia, S. (2019). Keberfungsian keluarga bagi penyusain sosial mahasiswa baru. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 57-67. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v15i1.6886>
- Minasochah, M., Karmiyati, D., & Djudiyah, D. (2020). Hubungan Keberfungsian Keluarga Dengan Kontrol Diri Remaja Pada Siswa Sma Di Bawean. *Keluarga: Jurnal Ilmiah Pendidikan Kesejahteraan Keluarga*, 6(1), 16-24. <https://doi.org/10.30738/keluarga.v6i1.6895>
- Minuchin, S. (2018). *Families and family therapy* (2nd ed.). Harvard University Press.
- Mufidah, A. C. (2022). Keberfungsian Keluarga Dalam Menangani Sibling Rivalry (Persaingan Saudara Kandung) Pada Remaja. *Comprehensive Journal Of Islamic Social Studies*.
- Nabilah, J., & Hermaleni, T. (2021). Kontribusi keberfungsian keluarga terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja etnis Minang. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 9(2). [142-149. 10.22219/jipt.v9i2.14626](https://doi.org/10.22219/jipt.v9i2.14626)
- Nisa, H., & Sari, M. Y. (2019). Peran keberfungsian keluarga terhadap penerimaan diri remaja. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 4(1), 13-25. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22373/psikoislamedia.v4i1.6346>
- Nu'man, T. M. (2016). Keberfungsian keluarga dan kecanduan internet pada mahasiswa. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 21(2), 139-148. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol21.iss2.art4>
- Rachmah, R. A., Noviekayati, I. G. A. A., & Ananta, A. (2023). Kenakalan pada remaja madya: Bagaimana peran keberfungsian keluarga?. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(2), 293-300.
- Rahmi, I., & Zulamri, Z. (2019) pengaruh keberfungsian keluarga terhadap pengambilan keputusan perkawinan di kua kecamatan kundur kabupaten karimun. *Jurnal Riset Mahasiswa Dakwah dan Komunikasi*, 1(2), 104-116. <http://dx.doi.org/10.24014/jrmdk.v1i2.7321>
- Ramadhany, P. A., Soeharto, T. N. E. D., & Verasari, M. (2016). Hubungan antara persepsi remaja terhadap keberfungsian keluarga dengan kematangan emosi pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 1(1), 17-26.
- Retnowati, S., Widhiarso, W., & Rohmani, K. W. (2003). Peranan keberfungsian keluarga pada pemahaman dan pengungkapan emosi. *Jurnal Psikologi*, 30(2), 91-104. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7028>
- Ridwan, A. P., Hayati, S., & Gismin, S. S. (2023). Pengaruh Keberfungsian Keluarga Terhadap Penerimaan Diri Pada Dewasa Awal Di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 439-449. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.2352>
- Sari, I., Hasibuan, K. H., Munthe, M. R., Hasini, N. R. R., & Nasution, T. A. T. (2021). Keberfungsian Keluarga Sebagai Basis Penguatan Moderasi Beragama di Desa Londut Afdeling III Kecamatan Kualuh Hulu Kabupaten Labuhanbatu Utara. *Al Amin: Jurnal Kajian Ilmu dan Budaya Islam*, 4(02), 312-321. [doi.org/10.36670/alaman.v2i02.20](https://doi.org/10.36670/alaman.v2i02.20)
- Sari, S. W., & Hijrianti, U. R. (2025). Keberfungsian keluarga terhadap kenakalan remaja di smp x selorejo. *Jurnal EMPATI*, 13(4), 359-368. <https://doi.org/10.14710/empati.2024.47612>
- Sari, I. P., & Sitasari, N. W. (2022). Keterkaitan keberfungsian keluarga dan perilaku bullying pada remaja di Jakarta. *JCA of Psychology*, 3(01).
- Situmorang, J., Safira, R., Simamora, R., Ginting, E., Sitorus, A., & Marpaung, W. (2023). Psychological well-being ditinjau dari keberfungsian keluarga dan kualitas hidup orang tua yang memiliki anak autistic spectrum disorder. *AL-IRSYAD: JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING*, 12(2), 128-138. <http://dx.doi.org/10.30829/al-irsyad.v12i2.13526>
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of business research*, 104, 333-339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Todingrante, L. R., Purwasetiawatik, T. F., & Aditya, A. M. (2023). Keberfungsian Keluarga terhadap Perilaku Agresi Verbal pada Remaja Akhir di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 506-515. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.3279>
- Uci, I. R., & Savira, S. I. (2019). Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan regulasi emosi pada siswa di SMP X Surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(2), 1-7. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v6i2.28359>
- Qudsyi, H., & Gusniarti, U. (2007). Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan penalaran moral pada anak usia akhir. *Indigenous Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 9(1), 44-61.

- Viranda, C., Chandrika, A., & Karimah, S. T. M. (2023). Gambaran Makna Keberfungsian Keluarga Ditinjau dari Perspektif Jenis Kelamin, Urutan Kelahiran, dan Status dalam Keluarga. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(07), 544-553. <https://doi.org/10.58812/jmws.v2i07.495>
- Walsh, F. (2021). *Strengthening family resilience* (3rd ed.). Guilford Press.
- Wowor, A., & Risnawaty, W. (2024). Pengaruh Keberfungsian Keluarga Terhadap Status Identitas Ego Pada Emerging Adulthood. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 4(2), 1-9.
- Yasa, R. B., & Fatmawati, F. (2021). Analisis relasi keberfungsian keluarga dengan kematangan emosi anak dari keluarga single parent. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 5(2), 207-216. [10.22373/psikoislamedia.v5i2.8091](https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i2.8091)
- Yasa, R. B., & Fatmawati, F. (2018). Persepsi Keberfungsian Keluarga Bagi Anak Dari Keluarga Single Parent. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(2), 167-180. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/3802>