

Submitted: 9 September 2025	Accepted: 1 Desember 2025	Published: 16 Januari 2026
-----------------------------	---------------------------	----------------------------

Keluarga sebagai Basis Pendidikan Kristen: Fondasi Pembentukan Karakter Anak dan Relevansinya terhadap Kesehatan Mental

Jochbeth Dorkas Luturmas

Magister Psikologi, Universitas Semarang

okaluturmas8@gmail.com

Abstract

The family is the first and foremost environment that influences a child's development, including character formation and mental health. The role of parents in providing Christian religious education, affection, proper care, and emotional support is important factor in building a child's personality and psychological resilience. This study aims to analyze the role of the family as the basis of Christian education and the foundation for character building for children and its relevance to mental health. The research method used is a literature review by examining relevant books, articles, and scientific journals. The results of the study show that families who apply Christian educational values have positive synergy between internal communication, emotional support, and spiritual guidance, thus contributing significantly to children's mental health. In addition, it is found that cooperation between families, churches, schools, and communities is necessary to create a holistic educational ecosystem that supports children's psychological development. In conclusion, families play a major role as the foundation for character building and children's mental well-being through the consistent application of Christian values and education.

Keywords: *christian education; the role of the family; character building; children's mental health*

Abstrak

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama yang mempengaruhi perkembangan anak, termasuk pembentukan karakter dan kesehatan mentalnya. Peran orang tua dalam memberikan Pendidikan Agama Kristen, kasih sayang, pengasuhan yang tepat, serta dukungan emosional menjadi faktor penting dalam membangun kepribadian dan ketahanan psikologis anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran keluarga sebagai basis Pendidikan Kristen dan fondasi pembentukan karakter anak serta relevansinya terhadap kesehatan mental. Metode penelitian yang digunakan adalah tinjauan literatur dengan mengkaji berbagai buku, artikel, dan jurnal ilmiah yang relevan. Hasil kajian

ini menunjukkan bahwa keluarga yang menerapkan nilai-nilai Pendidikan Kristen memiliki sinergi positif antara komunikasi internal, dukungan emosional, dan pembinaan spiritual sehingga berkontribusi signifikan terhadap kesehatan mental anak. Selain itu, hal yang ditemukan yakni kerja sama antara keluarga, gereja, sekolah dan masyarakat yang diperlukan untuk menciptakan ekosistem pendidikan yang holistik dan mendukung perkembangan psikologis anak. Kesimpulannya adalah keluarga berperan sebagai fondasi utama dalam pembentukan karakter dan kesejahteraan mental anak melalui penerapan nilai-nilai iman dan Pendidikan Kristen secara konsisten.

Kata Kunci: *Pendidikan Kristen; peran keluarga; pembentukan karakter; kesehatan mental anak*

PENDAHULUAN

Secara etimologis istilah *keluarga* berasal dari bahasa Sansekerta yakni *kula* dan *warga*, yang berarti “kelompok kerabat atau anggota.” Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), keluarga didefinisikan sebagai unit kekerabatan dasar yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak-anak. Berbagai ahli juga telah memberikan definisi tentang keluarga. Naroko dan Suyanto mengacu pada definisi yakni keluarga sebagai institusi sosial paling dasar dan universal, yang menjadi pusat kehidupan individu.

Ki Hajar Dewantara memandang keluarga sebagai kesatuan yang utuh antara subjek dan warga negara yang menekankan rasa kebersamaan di antara anggotanya. Burgess dan Locke mendefinisikan keluarga sebagai kelompok individu yang terikat oleh pernikahan, darah, atau adopsi, yang berinteraksi dalam peran sosial masing-masing dan meneruskan budaya. Koerner dan Fitzpatrick menganalisis keluarga dari tiga perspektif, yakni: struktural (keberadaan anggota), fungsional (penyelesaian tugas dan fungsi psikososial), serta transaksional (pembentukan identitas keluarga adalah kelompok sosial yang bertahan lama, yang didasarkan pada hubungan darah dan pernikahan, serta merupakan lingkungan pertama yang memberikan rasa aman bagi anak).¹

Keluarga yang diaanggap sebagai unit sosial paling dasar dalam struktur masyarakat berfungsi sebagai agen utama sosialisasi, yaitu: wadah pertama dalam proses internalisasi berbagai nilai, norma, aturan, dan adat-istiadat. Sistem keluarga mencakup berbagai aspek, termasuk mekanisme perijodohan dan pernikahan, pembagian peran antara suami, istri, dan anak-anak, serta proses pendidikan, pengasuhan, perceraian, juga pengelolaan harta warisan. Pola sistem ini bersifat dinamis dan bervariasi sesuai dengan karakteristik masing-masing keluarga.²

Keluarga berperan sebagai tempat utama bagi setiap individu untuk mengekspresikan perasaan, menyampaikan keluhan, dan mencari dukungan emosional. Namun, apabila konflik atau perselisihan terjadi, keluarga berpotensi mengalami keretakan relasi bahkan krisis yang dapat mengganggu fungsi dasar lingkungan sosial pertama.³ Hal yang sangat dibutuhkan untuk menjadi dasar dalam keluarga adalah Pendidikan Kristen (PK), yang secara ideal dimulai dari keluarga sebagai landasan utama, yang kemudian membangun sinergi yang kuat dengan gereja dan sekolah.

¹ Wardah Nuroniyah, *Psikologi Keluarga* (CV. Zenius Publisher, 2023).

² Awaru Octamaya, *Sosiologi Keluarga* (CV. Media Sains Indonesia, 2021).

³ Joy Sigiuro, Fransisco Alexander, and Muhammad Al-Ghifari, *Dampak Keluarga “Broken Home” Pada Kondisi Mental Anak “Broken Home,”* 2022.

Pendidikan ini tidak terbatas pada pembelajaran formal atau kurikulum yang dirancang oleh pendidik, tetapi bersifat lebih holistik karena dapat dibangun secara bertahap dari lingkup keluarga hingga institusi yang lebih luas. Sekolah tidak dapat berfungsi secara optimal tanpa dukungan dari gereja, keluarga, dan masyarakat, karena ketiga elemen ini saling terkait erat dan berkontribusi pada kesuksesan satu sama lain. Sesuai dengan ajaran Tafonao tentang Allah sebagai Pencipta, pendidikan yang dimulai di rumah melalui keluarga menjadi dasar yang memperkuat integrasi PK.⁴

Karakter dan spiritualitas anak-anak merupakan aspek fundamental yang memerlukan perhatian serius dari orang tua sejak usia dini, karena keduanya memengaruhi hubungan anak dengan Tuhan dan orang lain. Pengembangan moral merupakan bagian integral dari proses pertumbuhan dan perkembangan anak yang tidak boleh diabaikan, terutama selama masa kanak-kanak. Istilah *moral*, yang berasal dari kata Latin yakni *mores*, yang berarti “adat-isitadat, kebiasaan, dan tradisi, mencerminkan perilaku yang sesuai dengan norma dan kode etik yang berlaku dalam satu kelompok sosial. Oleh karena itu, moralitas bukan bawaan sejak lahir, melainkan hasil dari proses internalisasi berbagai nilai dan pembelajaran yang berlangsung seiring waktu sehingga membentuk pola perilaku normatif yang diharapkan dalam kehidupan sosial.⁵

Adapun penelitian yang menjelaskan kaitannya dengan kesehatan mental anak adalah Erikson yang menjelaskan bahwa kondisi keluarga yang harmonis dan suportif mampu menjadi faktor protektif yang memperkuat resiliensi, menumbuhkan rasa aman, serta mendukung perkembangan emosi yang sehat. Sebaliknya, keluarga yang diliputi konflik berkepanjangan dapat berdampak negatif dengan meningkatkan risiko munculnya stres, kecemasan, depresi, dan perilaku maladaptif pada anak.⁶ Kesehatan mental memainkan peran yang sama pentingnya dengan kesehatan fisik dalam mendukung kualitas hidup seseorang. Kesehatan mental yang baik memungkinkan seseorang untuk berfungsi secara optimal dalam berbagai aspek kehidupan mereka. Kesehatan mental juga erat kaitannya dengan kesehatan fisik, karena individu yang bebas dari gangguan psikologis cenderung dapat berfungsi secara normal, termasuk dalam mengelola stres normal, termasuk dalam mengelola stres dan menghadapi tantangan sehari-hari.⁷

Menurut Djayadin dan Munastiwi, kesehatan mental yang baik tidak hanya ditandai oleh ketiadaan gangguan mental yang terdiagnosis, tetapi juga terkait dengan kesejahteraan individu.⁸ Konsep kesejahteraan mencakup aspek yang lebih luas daripada kesehatan mental, meskipun keduanya saling terkait erat. Gangguan kesehatan mental pada anak dapat memengaruhi kesejahteraan mereka secara keseluruhan, dan sebaliknya, kesejahteraan yang buruk dapat meningkatkan risiko gangguan mental. Kesehatan mental anak juga mencakup kemampuan mereka untuk berkembang secara optimal dalam berbagai aspek biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Oleh karena itu, memahami tahap-tahap perkembangan anak menjadi penting untuk mendeteksi masalah perkembangan sejak dini.

⁴ Iring Lalo, *Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Keluarga Terhadap Perilaku Generasi Muda*, 2021.

⁵ F.M. Boiliu and M. Poll, *Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Keluarga Di Era Digital Terhadap Pembentukan Spiritualitas Dan Moralitas Anak*, 2020, <https://doi.org/10.46305/im.v1i2.18>.

⁶ E.M. Cummings, *Security in the Family System as a Mediating Process: Implications for Adolescents' Anxiety, Depression, and Peer Problems*, 2015.

⁷ Exina Ida Harta Hutabalian et al., “Dampak Kekerasan Orang Tua Terhadap Kondisi Mental Anak Dalam Keluarga Dan Penanggulangan,” *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan* 2, no. 5 (2024): 191–199, <https://doi.org/10.62383/risoma.v2i5.339>.

⁸ C. Djayadin and E. Munastiwi, “Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Anak Di Tengah Pandemi Covid-19,” *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 2, no. 4 (2020), <https://openrecruitment.radenfatah.ac.id/index.php/raudhatulathfal/article/view/6454>.

Di sisi lain, Kumowal, dkk. menekankan bahwa kebahagiaan dan kenyamanan adalah kondisi yang diinginkan oleh setiap individu.⁹ Kebahagiaan dan kenyamanan tidak dapat dipisahkan dari kondisi mental yang sehat yaitu kondisi di mana individu bebas dari gejala gangguan psikologis. Remaja dengan kesehatan mental yang baik mampu berfungsi secara optimal dalam kehidupan mereka, terutama dalam beradaptasi dan mengelola stres saat menghadapi berbagai masalah yang muncul sepanjang hidup mereka.

Berdasarkan uraian tersebut, hal yang dapat dipahami yakni keluarga memiliki peran sentral dan strategis bukan hanya sebagai lingkungan sosial awal, tetapi juga sebagai fondasi utama dalam pembentukan karakter, spiritualitas, serta kesehatan mental anak. Dalam konteks PK, urgensi ini semakin sangat signifikan karena nilai-nilai iman, moralitas, dan kasih tidak hanya diajarkan dalam relasi dan praktik kehidupan keluarga sehari-hari. Namun, berbagai dinamika sosial, perubahan pola pengasuhan, serta meningkatnya kasus gangguan mental pada anak dan remaja menunjukkan bahwa fungsi keluarga sebagai basis pendidikan moral dan spiritual sering kali belum berjalan secara optimal.

Kondisi ini menegaskan perlunya kajian akademis yang lebih mendalam mengenai kontribusi keluarga sebagai basis PK dalam membentuk karakter anak serta menjelaskan relevansinya terhadap kesehatan mental anak. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis peranan keluarga sebagai basis PK dalam membentuk karakter anak, serta menjelaskan relevansinya terhadap kesehatan mental.

METODE PENELITIAN

Penulisan artikel ini menggunakan metode tinjauan literatur sebagaimana dijelaskan oleh Synder yang merupakan pendekatan penelitian sistematis, eksplisit, dan dapat direplikasi.¹⁰ Metode ini yang dilakukan melalui pencarian dan analisis berbagai sumber tertulis, seperti: buku, jurnal ilmiah, dan publikasi yang komprehensif tentang topik penelitian, menemukan pola, dan mengidentifikasi celah yang masih terbuka untuk penelitian lebih lanjut. Tinjauan literatur dipahami sebagai komponen integral dalam kegiatan penelitian dan berfungsi untuk melengkapi pelaksanaan metode kuantitatif, metode kualitatif, dan metode campuran (*mixed method*). Dalam praktik ilmiah, tinjauan literatur memiliki kontribusi signifikan karena berperan dalam membangun landasan pengetahuan melalui dokumentasi hasil penelitian terdahulu. Seiring dengan kemajuan pesat ilmu pengetahuan serta pendalaman metodologi riset, khususnya dalam konteks akademik, metode penelitian idealnya mampu menyesuaikan diri dengan perkembangan mutakhir guna menghasilkan temuan baru yang berbasis bukti ilmiah kolektif.¹¹

Berdasarkan perkembangan tersebut, tinjauan literatur dapat dipandang sebagai metode penelitian non-numerik yang mampu melengkapi sekaligus mendukung pengembangan ilmu pengetahuan melalui penyusunan hasil penelitian yang terkini. Namun, agar tinjauan literatur dapat difungsikan sebagai metodologi penelitian yang setara dengan metode lainnya. Peneliti perlu mengikuti prosedur dan tahapan kerja secara sistematis, konsisten, akurat, valid, dan dapat diandalkan karena karakteristik ini yang menjadi indikator kredibilitas suatu temuan akademik sehingga dapat dipertanggungjawabkan melalui laporan ilmiah akhir.¹²

⁹ R.L.K. Kumowal, H.K. Kalintabu, and P.O.A. Awuy, *Orangtua Dan Gereja Dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Remaja* (<https://doi.org/10.51667/jph.v3i2.1203>, 2022).

¹⁰ H. Synder, "Literature Review as a Research Methodology," *An Overview and Guidelines* (2019): 333–339, <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>.

¹¹ Synder, "Literature Review as a Research Methodology."

¹² D. Moher et al., "Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses," *The PRISMA Statement: Annals of Internal Medicine* (2009), <https://doi.org/10.7326/0003-4819-151-4-200908180> 00135.

Selain itu, legitimasi tinjauan literatur sebagai metode penelitian juga diperkuat oleh sifat prosesnya yang sistematis dan berbasis prinsip ilmiah, sehingga hasilnya dapat digunakan sebagai dasar dalam pengambilan keputusan dan praktik akademik.¹³ Pendekatan tinjauan literatur pada praktik ilmiah yang dijelaskan dalam tulisan Synder dan Pare umumnya dilakukan melalui tiga mode utama, yaitu:

a. Tinjauan Sistematis

Tinjauan sistematis merupakan pendekatan yang pertama kali berkembang dalam ilmu kedokteran untuk mensintesis hasil penelitian secara transparan, terstruktur, dan dapat direplikasi sebagai standar metodologis tingkat tinggi.¹⁴ Meskipun ini belum banyak diterapkan, dalam bidang bisnis penggunaannya menunjukkan tren peningkatan. Secara esensial, tinjauan sistematis menekankan proses identifikasi, seleksi, dan analisis kritis literatur yang relevan.¹⁵ Tujuan utamanya adalah menghimpun seluruh bukti empiris berdasarkan kriteria inklusi tertentu untuk menjawab pertanyaan atau hipotesis penelitian. Pendekatan ini bersifat kompherensif, berjangka waktu jelas, dan memungkinkan penyusunan meta-analisis dan meta-sintesis.

b. Tinjauan Semi Sistematis atau Naratif

Pendekatan ini digunakan untuk meninjau topik yang dikembangkan oleh berbagai disiplin ilmu atau kelompok peneliti yang beragam. Tinjauan naratif cenderung berfokus pada interpretasi kualitatif dari pengetahuan sebelumnya. Namun, pendekatan ini kerap dinilai kurang sistematis, karena pemilihan literatur bersifat subjektif, tidak memiliki kriteria inklusi yang ketat, serta berpotensi menimbulkan bias interpretatif. Meski demikian, tinjauan naratif memiliki fungsi penting dalam memetakan tema tertentu dan mengidentifikasi kesenjangan penelitian yang dapat dikembangkan pada studi berikutnya.

c. Tinjauan Terintegrasi

Tinjauan terintegrasi merupakan pendekatan evaluatif yang dilakukan melalui analisis komparatif lintas temuan penelitian dari berbagai disiplin ilmu dengan tujuan membangun perspektif teoretis baru. Model ini digunakan untuk mengkaji topik secara kritis, mengembangkan pemahaman konseptual, serta memperluas fondasi teoretis sejalan dengan perkembangan ilmu. Orientasi metode ini bukan sekadar menyajikan deskripsi umum topik, tetapi menghasilkan kontribusi konseptual atau teori baru. Dengan demikian, tinjauan terintegrasi berfungsi sebagai metodologi ilmiah yang memiliki struktur konseptual yang saling berkaitan. Namun, dalam praktiknya tinjauan integratif sering disalahpahami dan hanya diperlakukan sebagai ringkasan literatur sehingga kehilangan esensi integratifnya.

¹³ G. Paré et al., "Synthesizing Information Systems Knowledge: A Typology of Literature Reviews," *Information & Management* 52, no. 2 (2015): 183–199, <https://doi.org/10.1016/j.im.2014.08.008>.

¹⁴ J. Davis et al., "Viewing Systematic Reviews and Meta-Analysis in Social Research through Different Lenses," *Springer Plus* 511, no. 3 (2014), <https://doi.org/10.1186/2193-1801-3-511>.

¹⁵ Moher et al., "Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses."

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kajian yang dilakukan oleh Saba, Ezra Tari, dan Rita menegaskan bahwa PAK memainkan peran penting sebagai bagian dari pendidikan dalam keluarga. Ells, Saleky, Utami, dan Terok juga menekankan hal ini bahwa PAK merupakan aspek esensial yang perlu diajarkan tidak hanya dalam keluarga, tetapi juga kepada setiap individu. PAK dipahami sebagai proses pembelajaran yang erat kaitannya dengan aspek keagamaan, iman, spiritual, dan ilahi, terutama dalam membentuk pemahaman tentang hubungan antara manusia dan Tuhan sebagai Pencipta. Temuan ini sejalan dengan pandangan teologis dalam Ulangan 6:6-7, yang menegaskan bahwa Firman Tuhan harus diajarkan dengan setia kepada anak-anak dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam status masyarakat, keluarga adalah unit sosial terkecil yang terdiri dari dua orang atau lebih yang terikat oleh kaitan darah, perkawinan atau adopsi. Di dalam keluarga, individu pertama kali belajar tentang berbagai nilai, norma, dan budaya yang berlaku. Keluarga tidak hanya berfungsi sebagai tempat sosialisasi awal, tetapi juga memberikan rasa aman, kasih sayang, dan dukungan emosional kepada anggotanya, terutama ketika hubungan keluarga harmonis. Keberadaan keluarga yang kuat berkontribusi pada pembentukan masyarakat yang lebih baik.¹⁶ Secara hukum, Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 mengatur ketentuan perkawinan yang sah beserta hak dan kewajiban suami dan istri serta peraturan mengenai hak asuh anak. Sementara itu, Undang-Undang Perlindungan Anak Nomor 4 Tahun 1979 mendefinisikan keluarga sebagai unit komunitas terkecil yang terdiri dari: ayah, ibu, dan anak-anak.¹⁷

Menurut Jaja Suteja, anak-anak dipandang sebagai anugerah dan amanah dari Tuhan yang harus dirawat dan dilindungi. Anak-anak juga memiliki peran strategis sebagai generasi penerus bangsa, yang diharapkan dapat melanjutkan, mempertahankan, dan mengembangkan prestasi generasi sebelumnya. Pada dasarnya, anak-anak membutuhkan perawatan, perlindungan, pendidikan, dan kasih sayang dari orang tua mereka untuk memastikan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental mereka. Keharmonisan keluarga, yang ditandai dengan kebahagiaan, kasih sayang, dan saling pengertian, merupakan faktor fundamental dalam membentuk kepribadian anak secara holistik.¹⁸

PK memainkan peran penting dalam menangani krisis kesehatan mental dengan mengintegrasikan nilai-nilai keimanan dan ajaran Alkitab. Melalui pendidikan ini, generasi muda dilengkapi dengan landasan spiritual yang kokoh, sekaligus diajarkan nilai-nilai, seperti: harapan, kasih, pengampunan, dan strategi positif untuk menghadapi berbagai tantangan dalam hidup. Mengingat kesehatan mental merupakan aspek penting dalam membentuk generasi yang unggul, Pendidikan Agama Kristen (PAK) memiliki posisi sentral dalam memperkuat moral generasi muda, terutama di tengah tantangan moral yang semakin kompleks akibat pengaruh globalisasi, perkembangan teknologi dan pergeseran budaya.¹⁹

¹⁶ Hutabalian et al., "Dampak Kekerasan Orang Tua Terhadap Kondisi Mental Anak Dalam Keluarga Dan Penanggulangan."

¹⁷ S. Jaja, *Dampak Kekerasan Orang Tua Terhadap Kondisi Psikologis Anak Dalam Keluarga*, 2019.

¹⁸ Jaja, *Dampak Kekerasan Orang Tua Terhadap Kondisi Psikologis Anak Dalam Keluarga*.

¹⁹ Andrian Tony, *Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Pembentukan Nilai Moral Remaja Masa Kini*, 2024.

Dalam beberapa penelitian yang sudah ada, ada beberapa poin utama yang sangat membantu serta menjaga kesehatan mental anak:

1. *Dukungan Emosional dan Komunikasi Keluarga*

Kehidupan manusia tidak dapat dipisahkan dari komunikasi di dalam keluarga. Sayangnya, upaya untuk membangun komunikasi yang efektif sering kali diabaikan. Komunikasi dalam keluarga sangat bergantung dan kompleks mengingat keluarga merupakan lingkungan pertama bagi anak-anak untuk berinteraksi dan menerima pendidikan. Melalui komunikasi yang baik, berbagai masalah rumah tangga dapat diselesaikan bersama. Namun, dalam praktiknya komunikasi sering dipahami hanya sebagai sarana penyelesaian konflik. Faktanya adalah untuk mencapai kesehatan mental pada anak, komunikasi yang sehat memerlukan dukungan dari keluarga dan masyarakat dalam menumbuhkan kesejahteraan mental mereka.²⁰

Berdasarkan artikel yang berjudul: “Pengaruh Intensitas dalam Komunikasi Orang Tua-Anak terhadap Sikap Sosial Siswa,” keluarga merupakan landasan utama pendidikan bagi anak-anak di sekolah dan masyarakat. Orang tua memiliki tanggung jawab utama dalam memenuhi kebutuhan keluarga, termasuk mencari nafkah. Namun, tuntutan pekerjaan sering kali mengurangi waktu yang dihabiskan bersama anak-anak sehingga membatasi perhatian, kasih sayang, dan komunikasi antara orang tua dan anak.²¹ Hal ini menegaskan bahwa komunikasi keluarga yang efektif memainkan peran penting dalam mendukung kesehatan mental anak-anak. Pemahaman tentang kesehatan mental anak perlu disertai dengan identifikasi faktor-faktor yang berpotensi mengancam kesejahteraan mereka dan langkah-langkah pencegahan yang tepat.²²

2. *PK dalam Mendukung Mental Anak*

Kesehatan mental anak-anak merupakan isu penting di era modern mengingat mereka menghadapi tekanan dari berbagai aspek kehidupan mulai dari lingkungan sekolah hingga tuntutan sosial. Survei global menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam kasus gangguan kesehatan mental pada kelompok usia dini dalam beberapa dekade terakhir.²³ Gangguan kesehatan mental yang dialami sejak usia dini dapat memiliki dampak jangka panjang pada perkembangan emosional, prestasi akademik, dan interaksi sosial.

Dalam hal ini keluarga sebagai unit sosial terkecil memainkan peran sentral dalam mendukung dan membentuk kesehatan mental anak-anak. Sonatra menekankan bahwa dampak terhadap kesehatan mental anak sangat dipengaruhi oleh faktor kerentanan individu, seperti: usia dan kondisi kesehatan yang menunjukkan bahwa anak-anak lebih rentan mengalami gangguan mental selama krisis.²⁴ Pendidikan keluarga mencakup penanaman nilai-nilai, memberikan perawatan yang tepat, dan pembentukan pola pikir yang positif.

²⁰ L. Prabandani, *Hubungan Antara Intensitas Komunikasi Dalam Keluarga “Broken Home” Dan Interaksi “Peer Group” Dengan Konsep Diri Remaja*, 2017.

²¹ Reza et al., “Stress among Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic and the Determinant Factors,” *A Cross-Sectional Study* 31, no. 3 (2022): 148–154.

²² Amnia Apriliana et al., *Hubungan Intensitas Komunikasi Keluarga Terhadap Tingkat Kesehatan Mental Keluarga*, 2025.

²³ Muqtakdir Nurfalaq Syarif et al., *Peran Pendidikan Keluarga Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Anak Dan Remaja*, 2024.

²⁴ E. Sonatra, “Dampak Pandemi Covid 19 Terhadap Kesehatan Mental Anak Dan Remaja,” *Literatur Review* 17, no. 1 (2021).

Orang tua dan anggota keluarga lainnya memainkan peran penting sebagai teladan dalam mengelola stres konflik, dan emosi sehari-hari. Dukungan emosional dan lingkungan keluarga yang kondusif memberikan dasar yang kuat bagi anak-anak untuk mengembangkan kesehatan mental yang baik. Sebaliknya, kurangnya dukungan emosional dalam keluarga dapat berpotensi meningkatkan risiko gangguan mental, seperti: kecemasan, depresi, dan perilaku maladaptif. Selain itu, pendidikan spiritual dalam keluarga berperan untuk membentuk karakter yang kuat, serta memungkinkan anak-anak untuk menghadapi berbagai tantangan di era globalisasi.²⁵

3. Pentingnya PAK dalam Keluarga

Peran PAK dalam keluarga memiliki arti yang sangat penting, karena keluarga Kristen dianggap sebagai wadah utama untuk menumbuhkan iman dan membangun kesalehan di antara anggota keluarga. Melalui pendidikan ini, setiap individu diharapkan dapat hidup sesuai dengan Firman Allah, menerapkan ajaran dalam kehidupan sehari-hari, serta menjadi terang dan garam dunia, terutama bagi mereka yang belum mengenal Kristus. Oleh karena itu, keyakinan, ibadah, dan perilaku sehari-hari seharusnya mencerminkan nilai-nilai Alkitab. Dengan demikian, PAK dalam keluarga, sekolah, dan gereja saling terkait erat dengan keluarga yang memegang posisi sentral dalam membangun hubungan dan pengaruh di ketiga bidang tersebut.

Berdasarkan pembahasan di atas, ada 3 poin kunci yang dapat ditemukan:

1. PAK dalam keluarga merupakan fondasi moral, spiritual, dan mental anak.
2. Komunikasi yang penuh kasih dan lingkungan keluarga yang aman berperan sebagai proteksi terhadap gangguan mental.
3. Dasar spiritualitas Kristen memperkuat kemampuan anak dalam menghadapi tantangan psikologis dan sosial.

KESIMPULAN

Keluarga memainkan peran fundamental dalam membentuk karakter anak-anak dan merupakan landasan utama bagi perkembangan kesehatan mental anak. Melalui pengasuhan, teladan, dan komunikasi yang sehat, keluarga berkontribusi dalam menanamkan nilai-nilai moral, spiritual, dan etika yang membentuk perilaku positif anak-anak. PAK memperkuat proses ini dengan memberikan landasan iman, kasih, dan harapan yang berakar pada ajaran Alkitab, sehingga anak-anak tumbuh tidak hanya secara intelektual dan emosional, tetapi juga spiritual. Sinergi antara keluarga, sekolah, dan gereja diperlukan untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang holistik, di mana setiap aspek saling melengkapi dalam mendukung pertumbuhan karakter itu. Dengan demikian, PAK memiliki peran strategis dalam mendukung kesehatan mental anak karena mengajarkan nilai-nilai kasih, harapan, pengampunan, dan identitas diri yang kokoh di dalam Kristus. Kolaborasi antara keluarga, sekolah, dan gereja diperlukan untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang holistik dan berkesinambungan, agar anak dapat bertumbuh menjadi pribadi yang sehat secara mental, matang secara spiritual, dan berkarakter Kristiani.

²⁵ H. Ridwan and Y. Pambudi, *Peran Pendidikan Spiritual Dalam Perkembangan Masa Adolesan Di Era Globalisasi 4.0.*, 2021.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil kajian ini tampak bahwa komunikasi keluarga dan keluarga yang berdasar pada PK memiliki sinergi yang kuat, sehingga komunikasi keluarga, dukungan emosional, dukungan spiritual memainkan peran penting dalam menjaga kesehatan mental anak. Oleh karena itu, sinergi antara keluarga, gereja, sekolah, dan masyarakat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan psikologis dan spiritualitas anak.

1. Bagi Keluarga

Keluarga diharapkan dapat memperkuat perannya sebagai pusat pendidikan iman, moral, dan karakter. Hal ini dapat diwujudkan melalui pola komunikasi yang terbuka, pengasuhan yang penuh kasih, serta keteladanan yang selaras dengan prinsip Alkitab. Orang tua juga perlu meningkatkan pemahaman mengenai isu kesehatan mental anak agar mampu memberikan dukungan emosional dan spiritual secara tepat.

2. Bagi Gereja dan Sekolah

Gereja dan sekolah perlu membangun kolaborasi dalam menyusun program pendidikan iman dan karakter yang relevan dengan kebutuhan perkembangan anak. Lembaga PK juga perlu menyediakan ruang pendampingan pastoral, bimbingan konseling berbasis iman, serta literasi kesehatan mental yang selaras dengan nilai-nilai Kekristenan. Sinergi ini diharapkan mampu memperkuat peran lembaga pendidikan dalam membentuk kesehatan mental dan spiritualitas anak.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian lanjutan disarankan untuk mengembangkan kajian dengan variabel yang lebih beragam, termasuk dinamika sosial, budaya, dan perkembangan digital dengan data lapangan yang memberikan gambaran lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliana, Amnia, Tuti Bahfiarti, Jeanny Maria Fatimah, Muh Wahyuddin Hardi, and Universitas Hasanuddin. *Hubungan Intensitas Komunikasi Keluarga Terhadap Tingkat Kesehatan Mental Keluarga*, 2025.
- Boiliu, F.M., and M. Poll. *Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Keluarga Di Era Digital Terhadap Pembentukan Spiritualitas Dan Moralitas Anak*, 2020. <https://doi.org/10.46305/im.v1i2.18>.
- Cummings, E.M. *Security in the Family System as a Mediating Process: Implications for Adolescents' Anxiety, Depression, and Peer Problems*, 2015.
- Davis, J., K. Mengersen, S. Bennett, and L. Mazerolle. "Viewing Systematic Reviews and Meta-Analysis in Social Research through Different Lenses." *Springer Plus* 511, no. 3 (2014). <https://doi.org/10.1186/2193-1801-3-511>.
- Djayadin, C., and E. Munastiwi. "Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Anak Di Tengah Pandemi Covid-19." *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 2, no. 4 (2020). <https://openrecruitment.radenfatah.ac.id/index.php/raudhatulathfal/article/view/6454>.
- et al., Reza. "Stress among Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic and the Determinant Factors." *A Cross-Sectional Study* 31, no. 3 (2022): 148–154.
- Hutabalian, Exina Ida Harta, Amoli Ndraha, Kristian Sukatman, Korina Sanosa, and Piter Imanson Damanik. "Dampak Kekerasan Orang Tua Terhadap Kondisi Mental Anak Dalam Keluarga Dan Penanggulangan." *RISOMA : Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan* 2, no. 5 (2024): 191–199. <https://doi.org/10.62383/risoma.v2i5.339>.
- Jaja, S. *Dampak Kekerasan Orang Tua Terhadap Kondisi Psikologis Anak Dalam Keluarga*, 2019.
- Kumowal, R.LK., H.K. Kalintabu, and P.O.A. Awuy. *Orangtua Dan Gereja Dalam Menjaga Kesehatan Mental Anak Remaja*. <https://doi.org/10.51667/jph.v3i2.1203>, 2022.

- Lalo, Iring. *Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Keluarga Terhadap Perilaku Generasi Muda*, 2021.
- Moher, D., A. Liberarti, J. Tetzlaff, and D. Altman G. "Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses." *The PRISMA Statement: Annals of Internal Medicine* (2009). <https://doi.org/10.7326/0003-4819-151-4-200908180> 00135.
- Nuroniya, Wardah. *Psikologi Keluarga*. CV. Zenius Publisher, 2023.
- Octamaya, Awaru. *Sosiologi Keluarga*. CV. Media Sains Indonesia, 2021.
- Paré, G., M.C. Trudel, M. Jaana, and S. Kitsiou. "Synthesizing Information Systems Knowledge: A Typology of Literature Reviews." *Information & Management* 52, no. 2 (2015): 183–199. <https://doi.org/10.1016/j.im.2014.08.008>.
- Prabdani, L. *Hubungan Antara Intensitas Komunikasi Dalam Keluarga "Broken Home" Dan Interaksi "Peer Group" Dengan Konsep Diri Remaja*, 2017.
- Ridwan, H., and Y. Pambudi. *Peran Pendidikan Spiritual Dalam Perkembangan Masa Adolesan Di Era Globalisasi 4.0.*, 2021.
- Sigiro, Joy, Francisco Alexander, and Muhammad Al-Ghifari. *Dampak Keluarga "Broken Home" Pada Kondisi Mental Anak "Broken Home"*, 2022.
- Sonatra, E. "Dampak Pandemi Covid 19 Terhadap Kesehatan Mental Anak Dan Remaja." *Literatur Review* 17, no. 1 (2021).
- Syarif, Muqtakdir Nurfalaq, Ika Sastrawati, Poltjes Pattipeilohy, and Andi Fitriani Djollong. *Peran Pendidikan Keluarga Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Anak Dan Remaja*, 2024.
- Synder, H. "Literature Review as a Research Methodology." *An Overview and Guidelines* (2019): 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>.
- Tony, Andrian. *Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Pembentukan Nilai Moral Remaja Masa Kini*, 2024.