

Pola Komunikasi Orang Tua *Grey Divorce* dalam Membangun Kualitas Relasi dengan Anak Dewasanya

<http://dx.doi.org/10.25008/wartaiski.v9i1.497>

Alvina Evelyn Dest¹, Tri Susanto¹, Tikka Muslimah¹

¹Universitas Singaperbangsa

Jln. HS. Ronggo Waluyo, Desa Puseurjaya, Telukjambe Timur, Karawang 41361 - Indonesia

*E-mail Korespondensi: 2210631190129@student.unsika.ac.id

Submitted: June 3, 2026, **Revised:** June 11, 2026, **Accepted:** June 12, 2026

Terakreditasi SINTA-4 SK Kemristekdikti No. 72/E/KPT/2024 sampai Vol 10(2) tahun 2027

Abstract

The increasing phenomenon of grey divorce reflects changes in family dynamics, especially in relationships between parents and adult children. This study aims to analyze family communication patterns among parents experiencing grey divorce in building relationship quality with adult children. The study uses a qualitative descriptive approach. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation involving divorced parents aged over 50 and their adult children. Data analysis used the interactive model of Miles, Huberman, and Saldaña through data condensation, data display, and conclusion drawing. The findings show four family communication patterns, namely consensual, pluralistic, protective, and laissez-faire. Pluralistic and consensual communication tend to create better relationship quality because they involve openness, two-way dialogue, emotional recognition, and conflict management. Protective and laissez-faire communication show weaker relationship quality because they limit participation, reduce emotional closeness, or leave important family changes undiscussed. This study confirms that open, participatory, and supportive communication is central to maintaining parent and adult child relationships after later-life divorce. The study also contributes to family communication studies by placing grey divorce in the Indonesian social context.

Keywords: Adult Children; Communication Patterns; Family Communication; Grey Divorce; Relationship Quality.

Abstrak

Fenomena *grey divorce* menunjukkan perubahan dinamika keluarga, khususnya relasi antara orang tua dan anak dewasa. Penelitian ini bertujuan menganalisis pola komunikasi keluarga pada orang tua yang mengalami *grey divorce* dalam membangun kualitas relasi dengan anak dewasa. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap orang tua berusia di atas 50 tahun yang telah bercerai serta anak dewasa mereka. Analisis data menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña melalui kondensasi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan empat pola komunikasi keluarga, yaitu konsensual, pluralistik, protektif, dan *laissez-faire*. Pola pluralistik dan konsensual cenderung membangun kualitas relasi yang lebih baik karena ditandai keterbukaan, komunikasi dua arah, pengakuan emosional, dan pengelolaan konflik. Sebaliknya, pola protektif dan

laissez-faire menunjukkan kualitas relasi yang lebih lemah karena membatasi partisipasi anak, mengurangi kedekatan emosional, atau membuat perubahan keluarga tidak dibicarakan secara mendalam. Penelitian ini menegaskan bahwa komunikasi yang terbuka, partisipatif, dan suportif menjadi kunci dalam menjaga relasi orang tua dan anak dewasa pascaperceraian usia lanjut.

Kata kunci: Anak Dewasa; Grey Divorce; Komunikasi Keluarga; Kualitas Relasi; Pola Komunikasi.

PENDAHULUAN

Perubahan masyarakat yang semakin dinamis serta meningkatnya angka harapan hidup telah melahirkan fenomena baru dalam struktur keluarga, yaitu *grey divorce*. Istilah ini merujuk pada perceraian yang terjadi pada pasangan berusia 50 tahun ke atas setelah menjalani pernikahan dalam jangka waktu yang panjang (Brown & Lin, 2022). Fenomena tersebut tidak hanya menunjukkan perubahan status perkawinan, tetapi juga memperlihatkan perubahan cara individu memaknai kebahagiaan, otonomi diri, dan relasi keluarga pada usia lanjut. Dalam konteks keluarga modern, perceraian pada usia lanjut tidak lagi dapat dipandang sebagai peristiwa privat antara suami dan istri saja. Perceraian juga menjadi peristiwa komunikasi yang mengubah pola interaksi, pembagian peran, dan kualitas hubungan antargenerasi.

Grey divorce berbeda dari perceraian pada usia muda karena relasi keluarga yang terlibat sudah terbentuk dalam waktu lama. Pasangan yang bercerai umumnya telah melalui fase membesarkan anak, membangun aset keluarga, menghadapi perubahan pekerjaan, dan memasuki masa ketika anak telah dewasa. Kondisi ini membuat perceraian tidak hanya berkaitan dengan pemisahan pasangan, tetapi juga menyentuh memori keluarga, loyalitas anak, pembagian dukungan emosional, dan cara anggota keluarga menata ulang hubungan. Anak dewasa sering dianggap lebih mampu menerima perceraian orang tua karena telah mandiri. Namun, kemandirian usia tidak selalu sama dengan kesiapan emosional. Anak dewasa tetap dapat mengalami kebingungan, rasa kehilangan, kemarahan, atau dilema ketika harus menjaga hubungan dengan kedua orang tua setelah perceraian.

Perceraian orang tua pada usia lanjut dapat menempatkan anak dewasa dalam posisi komunikasi yang rumit. Anak dewasa sering berusaha netral, tetapi pada saat yang sama mereka menerima cerita, keluhan, atau penjelasan dari salah satu pihak. Dalam beberapa keluarga, anak menjadi pendengar utama bagi orang tua yang mengalami kesepian setelah berpisah. Dalam keluarga lain, anak justru menjauh karena perceraian dianggap sebagai persoalan yang terlalu sensitif untuk dibicarakan. Situasi ini memperlihatkan bahwa dampak *grey divorce* tidak hanya terletak pada peristiwa hukumnya, tetapi juga pada cara keluarga membicarakan, menafsirkan, dan mengelola peristiwa tersebut melalui komunikasi sehari-hari.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *grey divorce* dapat membawa dampak yang berbeda bagi anggota keluarga. Di satu sisi, perceraian dapat memberi ruang bagi individu usia lanjut untuk membangun kehidupan yang lebih mandiri dan merasa lebih bebas dari relasi yang tidak sehat. Di sisi lain, perceraian juga dapat meningkatkan risiko kesepian, keterputusan sosial, tekanan emosional, dan penurunan kualitas relasi dengan anak dewasa (Benson et al., 2022; Lin et al., 2024). Buyukkececi dan Leopold (2024) menjelaskan bahwa perceraian pada usia lanjut dapat mengubah pola solidaritas antara orang tua dan anak dewasa, bahkan dapat menghasilkan kedekatan yang berbeda antara anak dengan ibu dan anak dengan ayah. Temuan tersebut menegaskan bahwa relasi orang tua dan anak dewasa setelah *grey divorce* perlu dikaji secara khusus, terutama dari sisi komunikasi keluarga.

Dalam konteks Indonesia, *grey divorce* menjadi isu yang relevan karena keluarga masih dipahami sebagai ruang penting bagi dukungan emosional, sosial, dan moral. Nilai kolektivitas, penghormatan kepada orang tua, serta harapan untuk menjaga keutuhan keluarga membuat perceraian pada usia lanjut sering dipandang sebagai peristiwa yang sensitif. Anak dewasa tidak hanya menghadapi perubahan hubungan dengan orang tua, tetapi juga tekanan sosial dari keluarga besar dan lingkungan sekitar. Kondisi ini membuat komunikasi keluarga menjadi semakin penting karena setiap anggota keluarga perlu menemukan cara untuk menjaga martabat, menghindari konflik terbuka, dan tetap mempertahankan relasi yang bermakna.

Data dan kajian tentang perceraian di Indonesia menunjukkan bahwa perceraian tidak lagi hanya terjadi pada pasangan muda, tetapi juga pada kelompok usia yang lebih matang (Badan Pusat Statistik, 2024; Firmannulloh, 2024). Meski demikian, kajian tentang *grey divorce* di Indonesia masih relatif

terbatas. Sebagian besar penelitian perceraian lebih banyak membahas hak asuh anak, dampak perceraian terhadap anak usia sekolah, konflik pasangan, atau komunikasi interpersonal setelah perceraian pada keluarga muda. Kajian yang secara khusus menempatkan anak dewasa sebagai pihak yang terdampak dalam perceraian orang tua usia lanjut belum banyak dilakukan. Padahal, anak dewasa memiliki posisi yang khas karena mereka tidak lagi menjadi tanggungan penuh orang tua, tetapi tetap terikat secara emosional, moral, dan sosial dengan keluarga asalnya.

Salah satu konsep utama yang dapat menjelaskan dinamika tersebut adalah pola komunikasi keluarga. Teori *Family Communication Patterns* menjelaskan bahwa komunikasi keluarga dapat dipahami melalui dua dimensi utama, yaitu *conversation orientation* dan *conformity orientation*. *Conversation orientation* menunjukkan sejauh mana keluarga mendorong percakapan terbuka, pertukaran pendapat, dan diskusi antaranggota keluarga. *Conformity orientation* menunjukkan sejauh mana keluarga menekankan keseragaman nilai, kepatuhan, dan otoritas dalam pengambilan keputusan (Koerner & Fitzpatrick, 2006). Perpaduan dua dimensi tersebut melahirkan empat pola komunikasi keluarga, yaitu konsensual, pluralistik, protektif, dan *laissez-faire*.

Dalam kasus *grey divorce*, pola komunikasi keluarga menentukan apakah perceraian dibicarakan secara terbuka atau disembunyikan, apakah anak dewasa dilibatkan atau dijauhkan, serta apakah orang tua mampu memberi ruang bagi anak untuk mengekspresikan perasaan. Pola komunikasi yang terbuka dapat membantu anak memahami alasan perceraian tanpa merasa harus memihak. Sebaliknya, pola komunikasi yang tertutup atau dominan dapat membuat anak dewasa menyimpan pertanyaan, merasa tidak dipercaya, atau menjaga jarak dari salah satu orang tua. Oleh karena itu, kualitas relasi pascaperceraian tidak hanya ditentukan oleh sejarah kedekatan sebelum perceraian, tetapi juga oleh cara keluarga berkomunikasi setelah perceraian terjadi.

Kesenjangan penelitian dalam artikel ini terletak pada terbatasnya kajian yang menghubungkan *grey divorce*, pola komunikasi keluarga, dan kualitas relasi orang tua dengan anak dewasa dalam konteks sosial Indonesia. Penelitian sebelumnya telah menjelaskan dampak perceraian terhadap anak, relasi orang tua anak setelah perceraian, serta pola komunikasi dalam keluarga *single parent*. Namun, kajian tersebut belum secara spesifik membahas bagaimana empat pola komunikasi keluarga bekerja pada keluarga yang mengalami perceraian usia lanjut. Penelitian ini berupaya mengisi ruang tersebut dengan menganalisis bagaimana pola konsensual, pluralistik, protektif, dan *laissez-faire* memengaruhi kedekatan emosional, keterbukaan, penyelesaian konflik, keterlibatan anak dalam pengambilan keputusan, dan kualitas interaksi antara orang tua yang mengalami *grey divorce* dengan anak dewasa.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pola komunikasi keluarga pada orang tua yang mengalami *grey divorce* dalam membangun kualitas relasi dengan anak dewasa. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis peran pola komunikasi keluarga dalam membentuk kualitas relasi antara orang tua dan anak dewasa pascaperceraian usia lanjut. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan memperkaya kajian komunikasi keluarga, khususnya dalam konteks perubahan struktur keluarga pada usia lanjut. Secara praktis, penelitian ini diharapkan memberi masukan bagi orang tua, anak dewasa, konselor keluarga, dan pihak terkait dalam membangun komunikasi yang lebih terbuka, suportif, dan sehat setelah perceraian.

KERANGKA TEORI

Penelitian ini menggunakan Teori Pola Komunikasi Keluarga atau *Family Communication Patterns Theory* sebagai kerangka utama. Teori ini memandang keluarga sebagai sistem komunikasi yang membentuk cara anggota keluarga berbagi makna, mengambil keputusan, dan mengelola perbedaan. Koerner dan Fitzpatrick (2006) menjelaskan bahwa pola komunikasi keluarga dibangun dari dua orientasi utama, yaitu *conversation orientation* dan *conformity orientation*. Kedua orientasi ini tidak berdiri sendiri, tetapi saling berhubungan dalam membentuk iklim komunikasi keluarga. Melalui kerangka ini, keluarga dapat dipahami bukan hanya sebagai ikatan biologis atau hukum, tetapi sebagai ruang komunikasi yang terus dinegosiasikan oleh anggotanya.

Conversation orientation merujuk pada tingkat keterbukaan keluarga dalam membahas berbagai topik. Keluarga dengan orientasi percakapan tinggi cenderung memberi ruang kepada anggota keluarga untuk menyampaikan pendapat, bertanya, berbeda pandangan, dan mendiskusikan pengalaman pribadi. Dalam konteks *grey divorce*, orientasi ini terlihat dari kesediaan orang tua menjelaskan perubahan keluarga kepada anak dewasa, mendengar respons anak, dan tidak menutup ruang pembicaraan tentang perceraian. Keluarga dengan *conversation orientation* rendah cenderung membatasi percakapan.

Perceraian dapat dianggap sebagai urusan orang tua semata, sehingga anak hanya menerima informasi singkat tanpa ruang untuk memahami peristiwa secara lebih utuh.

Conformity orientation merujuk pada tingkat penekanan keluarga terhadap kepatuhan, keseragaman nilai, dan hierarki. Keluarga dengan *conformity orientation* tinggi cenderung menempatkan orang tua sebagai pengambil keputusan utama. Anak diharapkan menerima keputusan keluarga dan menjaga harmoni. Dalam beberapa kondisi, orientasi ini dapat menjaga keteraturan keluarga. Namun, jika terlalu dominan, anak dewasa dapat merasa tidak dilibatkan dalam perubahan yang memengaruhi hubungan keluarga. Sebaliknya, *conformity orientation* rendah memberi ruang bagi perbedaan pendapat, tetapi jika tidak diimbangi dengan kedekatan dan tanggung jawab komunikasi, keluarga dapat kehilangan arah relasi.

Perpaduan antara *conversation orientation* dan *conformity orientation* menghasilkan empat pola komunikasi keluarga. Pola konsensual muncul ketika orientasi percakapan dan orientasi kepatuhan sama-sama tinggi. Keluarga dalam pola ini membuka ruang diskusi, tetapi keputusan akhir tetap mengikuti otoritas orang tua. Pola pluralistik muncul ketika orientasi percakapan tinggi dan orientasi kepatuhan rendah. Keluarga dalam pola ini menghargai dialog, kebebasan berpendapat, dan kesetaraan komunikasi. Pola protektif muncul ketika orientasi percakapan rendah dan orientasi kepatuhan tinggi. Keluarga dalam pola ini menekankan kepatuhan, tetapi kurang memberi ruang diskusi. Pola *laissez-faire* muncul ketika kedua orientasi sama-sama rendah, sehingga interaksi keluarga berjalan minim, tidak intensif, dan cenderung menghindari pembicaraan emosional.

Selain pola komunikasi keluarga, penelitian ini juga menggunakan konsep kualitas relasi. Kualitas relasi dalam keluarga dapat dilihat dari kedekatan emosional, keterbukaan, rasa percaya, dukungan, keterlibatan dalam keputusan, dan kemampuan mengelola konflik. Dalam relasi orang tua dan anak dewasa, kualitas hubungan tidak hanya diukur dari frekuensi kontak. Hubungan dapat sering terjadi, tetapi tetap terasa kaku jika tidak disertai keterbukaan dan pengakuan emosional. Sebaliknya, komunikasi yang tidak terlalu sering dapat tetap berkualitas jika berlangsung jujur, saling menghargai, dan memberi rasa aman bagi kedua pihak.

Konsep pemeliharaan hubungan juga relevan untuk membaca relasi keluarga setelah perceraian. Stafford dan Canary (1991) menjelaskan bahwa hubungan perlu dipelihara melalui perilaku komunikasi seperti keterbukaan, kepastian hubungan, sikap positif, pembagian peran, dan dukungan jaringan sosial. Dalam konteks orang tua dan anak dewasa, pemeliharaan hubungan dapat muncul melalui kebiasaan memberi kabar, mengajak berdiskusi, meminta pendapat, menunjukkan perhatian, dan tidak menjadikan anak sebagai alat konflik antarorang tua. Strategi tersebut penting karena perceraian dapat mengubah struktur keluarga, tetapi tidak harus memutus ikatan emosional antargenerasi.

Grey divorce juga dapat dipahami sebagai titik perubahan dalam siklus hidup keluarga. Ketika anak telah dewasa, orang tua dan anak biasanya sedang menata bentuk relasi yang lebih setara. Anak tidak lagi berada dalam posisi sebagai anak kecil yang harus selalu mengikuti keputusan orang tua. Pada saat yang sama, orang tua tetap memiliki posisi simbolik sebagai figur keluarga. Perceraian pada fase ini dapat mengganggu keseimbangan relasi tersebut karena anak dewasa perlu menafsirkan ulang peran kedua orang tua. Anak dapat merasa perlu melindungi salah satu pihak, menjaga jarak dari konflik, atau menegosiasikan ulang batas komunikasi agar tidak terseret dalam persoalan pasangan.

Berdasarkan kerangka tersebut, penelitian ini memandang bahwa pola komunikasi keluarga menjadi mekanisme penting yang menghubungkan peristiwa *grey divorce* dengan kualitas relasi orang tua dan anak dewasa. Pola komunikasi yang memberi ruang percakapan terbuka cenderung membantu keluarga mempertahankan kedekatan dan kepercayaan. Pola komunikasi yang terlalu menekankan kontrol atau justru menghindari percakapan cenderung melemahkan kualitas relasi. Dengan demikian, analisis penelitian ini diarahkan pada cara masing-masing pola komunikasi membentuk pengalaman anak dewasa dalam memahami perceraian orang tua, menjaga kedekatan, menyelesaikan konflik, dan mempertahankan relasi keluarga pascaperceraian.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengalaman, makna, dan proses komunikasi yang dialami oleh orang tua dan anak dewasa dalam keluarga yang mengalami *grey divorce*. Desain deskriptif digunakan untuk menggambarkan secara rinci pola komunikasi keluarga, bentuk interaksi, dan kualitas relasi yang muncul setelah perceraian. Pendekatan ini sesuai karena isu *grey divorce* tidak cukup

dipahami melalui angka, tetapi perlu dilihat dari cerita, pengalaman subjektif, dan cara informan menafsirkan perubahan relasi keluarga.

Subjek penelitian terdiri dari orang tua berusia 50 tahun ke atas yang telah mengalami perceraian dan anak dewasa mereka. Informan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan mempertimbangkan kesesuaian informan terhadap fokus penelitian. Kriteria informan orang tua meliputi pernah menikah dalam jangka waktu panjang, bercerai pada usia 50 tahun ke atas, dan masih memiliki hubungan komunikasi dengan anak dewasa. Kriteria informan anak meliputi berusia dewasa, mengetahui perceraian orang tua, dan bersedia menjelaskan pengalaman komunikasi dengan orang tua setelah perceraian. Pemilihan informan dilakukan untuk memperoleh data yang relevan dengan fenomena yang diteliti.

Sumber data penelitian terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Wawancara mendalam digunakan untuk menggali pengalaman informan tentang cara mereka membicarakan perceraian, menjaga hubungan, menyelesaikan konflik, dan membangun kedekatan emosional. Observasi digunakan untuk melihat bentuk interaksi yang dapat diamati, seperti cara informan merespons cerita keluarga, bahasa yang digunakan, dan ekspresi relasi yang muncul selama proses penelitian. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data, terutama catatan penelitian, dokumen pendukung, dan sumber tertulis yang berkaitan dengan fenomena perceraian dan komunikasi keluarga.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti. Peneliti berperan menyusun pedoman wawancara, melakukan pengumpulan data, membaca konteks komunikasi informan, dan menafsirkan makna dari data yang diperoleh. Pedoman wawancara disusun berdasarkan konsep *Family Communication Patterns* dan kualitas relasi. Pertanyaan penelitian diarahkan pada pengalaman informan dalam membicarakan perceraian, keterbukaan komunikasi, keterlibatan anak dalam keputusan keluarga, kedekatan emosional, serta bentuk dukungan yang muncul setelah perceraian. Dengan cara ini, data yang diperoleh tetap fokus pada persoalan penelitian.

Analisis data menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña (2014). Analisis dilakukan melalui tiga tahap utama, yaitu kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap kondensasi data, peneliti memilih dan menyederhanakan data yang relevan dengan pola komunikasi keluarga dan kualitas relasi. Pada tahap penyajian data, informasi dikelompokkan berdasarkan empat pola komunikasi, yaitu konsensual, pluralistik, protektif, dan *laissez-faire*. Pada tahap penarikan kesimpulan, peneliti menafsirkan hubungan antara pola komunikasi dengan kualitas relasi orang tua dan anak dewasa.

Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber, triangulasi metode, dan member check. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari orang tua dan anak dewasa. Triangulasi metode dilakukan dengan membandingkan data wawancara, observasi, dan dokumentasi. Member check dilakukan dengan memastikan kembali inti informasi kepada informan agar interpretasi peneliti tidak menyimpang dari pengalaman yang mereka sampaikan. Melalui langkah tersebut, data penelitian diharapkan memiliki tingkat kredibilitas yang memadai dan dapat menggambarkan fenomena secara lebih utuh.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *grey divorce* mengubah cara orang tua dan anak dewasa berkomunikasi. Perubahan tersebut tidak selalu terlihat dalam bentuk konflik terbuka. Dalam beberapa keluarga, perubahan justru terlihat melalui menurunnya intensitas percakapan, munculnya sikap hati-hati ketika membahas perceraian, atau kecenderungan anak untuk menjaga jarak agar tidak memihak salah satu orang tua. Data penelitian memperlihatkan bahwa kualitas relasi setelah perceraian sangat ditentukan oleh cara keluarga memberi ruang pada percakapan. Keluarga yang mampu membicarakan perceraian secara jujur dan terkendali cenderung memiliki relasi yang lebih stabil. Sebaliknya, keluarga yang menutup pembicaraan atau membiarkan komunikasi berjalan seperlunya cenderung mengalami jarak emosional.

Berdasarkan hasil wawancara mendalam terhadap informan yang terdiri dari orang tua yang mengalami *grey divorce* dan anak dewasa, ditemukan empat pola komunikasi keluarga, yaitu konsensual, pluralistik, protektif, dan *laissez-faire*. Keempat pola tersebut menunjukkan perbedaan dalam tingkat keterbukaan, kontrol, keterlibatan anak, dan kemampuan keluarga membangun kedekatan emosional. Pola komunikasi tidak hanya menentukan banyak atau sedikitnya komunikasi, tetapi juga

menentukan kualitas pesan, posisi anak dalam percakapan, dan rasa aman yang dirasakan anak ketika membicarakan perubahan keluarga.

Pada pola komunikasi konsensual, komunikasi berlangsung terbuka, tetapi tetap berada dalam kendali orang tua. Orang tua memberi ruang kepada anak dewasa untuk mengetahui kondisi keluarga, mendengar penjelasan, dan menyampaikan respons. Namun, keputusan akhir tetap ditempatkan sebagai hak orang tua. Pola ini memperlihatkan keseimbangan antara dialog dan otoritas. Anak dewasa tidak sepenuhnya menentukan keputusan keluarga, tetapi tetap merasa dihargai karena diberi penjelasan dan dilibatkan dalam percakapan.

“Saya tetap ngobrol sama anak soal keputusan keluarga, tapi ya sebagai orang tua tetap saya yang menentukan akhirnya.” (Bapak MA)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa orang tua tidak menutup informasi mengenai perubahan keluarga. Namun, orang tua tetap menjaga posisi sebagai pengambil keputusan. Dalam keluarga dengan pola konsensual, anak dewasa memahami bahwa perceraian merupakan keputusan orang tua, tetapi proses komunikasi membuat mereka merasa tidak diabaikan. Keterlibatan anak terjadi dalam bentuk diskusi, bukan dalam bentuk penentuan keputusan utama. Hal ini membuat relasi tetap memiliki batas yang jelas antara urusan pasangan dan hubungan orang tua anak.

“Aku ngerasa diajak diskusi, jadi ngerti kenapa orang tua ambil keputusan itu, walaupun bukan aku yang mutusin.” (DFK)

Kutipan dari anak dewasa tersebut memperlihatkan bahwa penjelasan dari orang tua dapat mengurangi kebingungan anak. Dalam konteks *grey divorce*, anak dewasa sering membutuhkan kejelasan agar tidak membangun asumsi sendiri. Ketika orang tua memberikan ruang diskusi, anak dapat memahami alasan perceraian secara lebih proporsional. Pola konsensual tidak selalu menghilangkan kesedihan anak, tetapi membantu anak menerima perubahan dengan pemahaman yang lebih baik. Oleh karena itu, pola ini cenderung menghasilkan kualitas relasi yang cukup positif.

Secara teoretis, pola konsensual memperlihatkan *conversation orientation* yang tinggi dan *conformity orientation* yang juga tinggi. Artinya, keluarga membuka ruang percakapan, tetapi tetap mempertahankan struktur otoritas. Dalam relasi orang tua dan anak dewasa, pola ini dapat berfungsi baik jika otoritas orang tua tidak digunakan untuk menekan anak. Kualitas relasi tetap terjaga karena anak memperoleh informasi, merasa didengar, dan tetap melihat orang tua sebagai pihak yang bertanggung jawab. Namun, pola ini dapat menjadi kurang sehat jika orang tua hanya memberi ruang komunikasi secara formal tanpa benar-benar menerima perasaan anak.

Pada pola komunikasi pluralistik, ditemukan tingkat keterbukaan yang paling tinggi. Orang tua dan anak dewasa membicarakan perceraian secara lebih setara. Anak diberi ruang untuk menyampaikan pendapat, bertanya, mengungkapkan rasa kecewa, dan menentukan batas relasi dengan masing-masing orang tua. Tidak ada tekanan kuat untuk selalu mengikuti pandangan salah satu pihak. Pola ini membuat anak dewasa merasa dihormati sebagai individu yang telah matang, bukan hanya sebagai anak yang harus menerima keputusan keluarga secara pasif.

“Kami bebas ngobrol apa saja, termasuk soal perceraian. Tidak ada yang ditutup-tutupi.” (Ibu RJ)

Keterbukaan dalam kutipan tersebut menunjukkan bahwa perceraian tidak diposisikan sebagai topik yang tabu. Orang tua berupaya menjelaskan perubahan keluarga tanpa menghilangkan hak anak untuk mengetahui situasi. Dalam pola pluralistik, komunikasi berjalan dalam bentuk dialog yang lebih setara. Orang tua tidak hanya menjelaskan, tetapi juga mendengar. Anak tidak hanya menerima, tetapi juga ikut menafsirkan dan menyampaikan perasaan. Kondisi ini membuat relasi lebih hangat karena setiap pihak merasa memiliki ruang dalam percakapan keluarga.

“Kalau ada masalah, kami diskusi bareng. Nggak ada yang maksa harus ikut pendapat siapa.” (DFK)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pola pluralistik mampu mencegah anak dewasa merasa terjebak dalam loyalitas kepada salah satu orang tua. Ketika keluarga memberi ruang diskusi, anak

dapat menjaga hubungan dengan kedua pihak tanpa tekanan berlebihan. Kualitas relasi yang muncul dalam pola ini ditandai oleh kedekatan emosional, kepercayaan, dan kemampuan menyelesaikan konflik secara lebih konstruktif. Anak dewasa merasa aman untuk bertanya, menyampaikan ketidaknyamanan, dan tetap menjaga hubungan tanpa harus menyembunyikan perasaan.

Pola pluralistik juga memperlihatkan pentingnya keterbukaan dalam pemeliharaan hubungan. Dalam teori pemeliharaan hubungan, keterbukaan dan sikap positif menjadi unsur penting untuk menjaga kualitas relasi (Stafford & Canary, 1991). Temuan penelitian ini memperkuat pandangan tersebut. Ketika orang tua bersedia menjelaskan kondisi, meminta pendapat, dan tidak menekan anak untuk memihak, hubungan setelah perceraian dapat tetap terpelihara. Perceraian memang mengubah struktur keluarga, tetapi komunikasi pluralistik membantu keluarga membangun struktur relasi baru yang lebih adaptif.

Pada pola komunikasi protektif, komunikasi cenderung berlangsung satu arah. Orang tua membatasi keterlibatan anak dewasa dalam pembahasan perceraian. Alasan yang muncul biasanya berkaitan dengan keinginan melindungi anak, menjaga wibawa orang tua, atau menganggap perceraian sebagai urusan pasangan yang tidak perlu dibahas terlalu jauh. Namun, pembatasan komunikasi tersebut tidak selalu menghasilkan rasa aman bagi anak. Dalam beberapa kasus, anak justru merasa tidak dipercaya dan tidak memiliki ruang untuk memahami perubahan keluarga.

“Saya tidak ingin anak ikut campur terlalu jauh, karena ini urusan orang tua.” (Bapak AR)

Pernyataan tersebut menunjukkan kuatnya *conformity orientation* dalam keluarga. Orang tua mengharapkan anak menerima batas yang telah ditentukan. Pada satu sisi, batas ini dapat mencegah anak terlalu jauh masuk dalam konflik pasangan. Pada sisi lain, komunikasi yang terlalu dibatasi dapat membuat anak dewasa merasa diabaikan. Anak dewasa tidak selalu ingin menentukan keputusan orang tua. Mereka sering hanya membutuhkan penjelasan yang jujur dan ruang untuk menyampaikan dampak perceraian terhadap dirinya.

“Saya jarang dilibatkan, jadi lebih memilih diam daripada salah bicara.” (Anak informan)

Kutipan tersebut memperlihatkan konsekuensi dari komunikasi protektif. Anak memilih diam bukan karena tidak memiliki perasaan, tetapi karena tidak menemukan ruang yang aman untuk berbicara. Diam menjadi strategi untuk menghindari konflik dan menjaga hubungan tetap formal. Namun, sikap diam dapat menurunkan kualitas relasi karena persoalan emosional tidak tersampaikan. Dalam jangka panjang, pola protektif dapat menghasilkan hubungan yang tampak baik di permukaan, tetapi menyimpan jarak dan ketidaknyamanan.

Dalam kerangka *Family Communication Patterns*, pola protektif memiliki *conversation orientation* rendah dan *conformity orientation* tinggi. Pola ini menekankan kepatuhan serta kontrol komunikasi. Pada konteks *grey divorce*, pola protektif dapat membuat perceraian dipahami secara sepihak. Anak dewasa mungkin mengetahui bahwa orang tua bercerai, tetapi tidak memahami perubahan emosi, kebutuhan dukungan, dan batas relasi yang perlu dibangun setelah perceraian. Akibatnya, hubungan orang tua dan anak dapat bergerak secara formal, tetapi tidak cukup kuat sebagai ruang dukungan emosional.

Sementara itu, pola komunikasi *laissez-faire* ditandai dengan rendahnya percakapan dan rendahnya kontrol. Orang tua dan anak dewasa tidak banyak membicarakan perceraian. Komunikasi hanya terjadi pada hal-hal praktis, seperti kabar sehari-hari, kebutuhan tertentu, atau komunikasi singkat melalui pesan. Tidak ada dominasi yang kuat, tetapi juga tidak ada usaha serius untuk membangun keterbukaan. Pola ini membuat hubungan tampak tidak bermasalah, tetapi sebenarnya memiliki kedalaman emosional yang rendah.

“Kami jarang ngobrol, paling hanya tanya kabar saja.” (Ibu SR)

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa komunikasi tetap ada, tetapi tidak menyentuh persoalan inti. Perceraian menjadi topik yang dihindari atau tidak dianggap perlu dibahas. Dalam keluarga dengan pola *laissez-faire*, anggota keluarga sering menjaga jarak emosional agar tidak memunculkan konflik. Namun, penghindaran tersebut membuat relasi tidak berkembang. Anak dewasa dapat mengetahui

kondisi orang tua secara umum, tetapi tidak memahami kebutuhan emosional orang tua. Orang tua juga tidak selalu mengetahui bagaimana anak memaknai perceraian tersebut.

“Hubungan kami biasa saja, tidak dekat tapi juga tidak konflik.” (Anak informan)

Pernyataan tersebut memperlihatkan bahwa ketiadaan konflik tidak selalu berarti relasi berkualitas. Relasi dapat terasa aman karena tidak ada pertengkaran, tetapi tetap lemah karena tidak ada keterbukaan dan kedekatan. Pola *laissez-faire* menunjukkan bahwa komunikasi yang terlalu minim dapat membuat keluarga kehilangan kesempatan untuk memperbaiki hubungan. Dalam konteks *grey divorce*, penghindaran komunikasi dapat membuat perceraian menjadi pengalaman yang tidak pernah selesai secara emosional. Anak dan orang tua tetap berhubungan, tetapi tidak membangun pemahaman yang lebih dalam.

Jika dibandingkan, pola pluralistik dan konsensual menunjukkan kualitas relasi yang lebih baik dibanding pola protektif dan *laissez-faire*. Perbedaannya terletak pada ruang percakapan. Dalam pola pluralistik dan konsensual, anak dewasa memperoleh kesempatan untuk bertanya, memahami, dan menyampaikan perasaan. Dalam pola protektif dan *laissez-faire*, anak cenderung tidak memperoleh ruang yang cukup. Pada pola protektif, ruang itu dibatasi oleh otoritas orang tua. Pada pola *laissez-faire*, ruang itu hilang karena minimnya inisiatif komunikasi dari kedua pihak.

Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas relasi setelah *grey divorce* tidak hanya dipengaruhi oleh status perceraian, tetapi oleh praktik komunikasi yang terjadi setelah perceraian. Perceraian dapat menjadi peristiwa yang menyakitkan, tetapi komunikasi yang terbuka dapat membantu keluarga menata ulang hubungan. Sebaliknya, keluarga yang tidak membangun komunikasi dapat mengalami penurunan kualitas relasi meskipun tidak selalu menunjukkan konflik yang nyata. Oleh karena itu, keterbukaan, pengakuan perasaan, dan kejelasan batas komunikasi menjadi unsur penting dalam menjaga hubungan orang tua dan anak dewasa.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa anak dewasa membutuhkan posisi yang seimbang. Anak tidak ingin dipaksa memihak, tetapi juga tidak ingin sepenuhnya dijauhkan dari perubahan keluarga. Anak membutuhkan penjelasan yang proporsional, tidak menyudutkan salah satu orang tua, dan tidak menjadikan anak sebagai tempat pelampiasan konflik. Orang tua perlu menjaga agar komunikasi dengan anak tidak berubah menjadi proses mencari dukungan untuk melawan mantan pasangan. Ketika batas tersebut dijaga, anak dapat tetap dekat dengan orang tua tanpa merasa terbebani oleh konflik pasangan.

Dalam konteks budaya Indonesia, temuan ini memiliki makna penting. Nilai hormat kepada orang tua dapat membuat anak dewasa menahan diri untuk bertanya atau menyampaikan keberatan. Anak dapat memilih diam agar tidak dianggap tidak sopan. Karena itu, orang tua perlu membuka ruang komunikasi secara aktif. Keterbukaan tidak berarti membongkar seluruh konflik rumah tangga, tetapi memberikan penjelasan yang cukup agar anak memahami perubahan keluarga. Dengan cara ini, nilai hormat tetap terjaga tanpa menghilangkan kebutuhan anak untuk memperoleh kejelasan emosional.

Pembahasan ini memperkuat relevansi *Family Communication Patterns Theory* dalam membaca keluarga pascaperceraian usia lanjut. Dua dimensi teori, yaitu keterbukaan percakapan dan orientasi kepatuhan, terbukti membantu menjelaskan mengapa sebagian keluarga mampu mempertahankan kualitas relasi, sementara keluarga lain mengalami jarak emosional. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga bersifat dinamis. Satu keluarga dapat menunjukkan pola konsensual dalam pembahasan keputusan besar, tetapi bergerak ke pola *laissez-faire* dalam komunikasi sehari-hari. Karena itu, pola komunikasi perlu dilihat sebagai kecenderungan dominan, bukan kategori yang selalu kaku.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penempatan *grey divorce* sebagai isu komunikasi keluarga dengan anak dewasa dalam konteks Indonesia. Penelitian ini tidak hanya melihat perceraian sebagai peristiwa hukum atau psikologis, tetapi sebagai proses komunikasi yang memengaruhi kualitas relasi antargenerasi. Melalui perspektif komunikasi, penelitian ini menunjukkan bahwa keluarga yang mengalami *grey divorce* tetap memiliki peluang untuk membangun hubungan yang sehat jika mampu mengembangkan komunikasi yang terbuka, dialogis, dan suportif. Temuan ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan edukasi komunikasi keluarga, konseling pascaperceraian, dan pendampingan bagi keluarga usia lanjut.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pola komunikasi keluarga menjadi faktor kunci dalam menentukan kualitas relasi antara orang tua yang mengalami *grey divorce* dengan anak dewasa. Keempat pola komunikasi yang ditemukan, yaitu konsensual, pluralistik, protektif, dan *laissez-faire*, menunjukkan variasi dalam tingkat keterbukaan, kontrol, keterlibatan anak, dan kedekatan emosional. Pola pluralistik menunjukkan kualitas relasi paling positif karena menekankan keterbukaan, kesetaraan, dan ruang dialog. Pola konsensual juga berkontribusi positif karena tetap memberi ruang diskusi meskipun keputusan akhir berada pada orang tua. Sebaliknya, pola protektif dan *laissez-faire* cenderung melemahkan kualitas relasi karena membatasi partisipasi anak atau membuat komunikasi berjalan tanpa kedalaman emosional.

Secara teoretis, penelitian ini memperkuat relevansi Teori Pola Komunikasi Keluarga dalam menjelaskan relasi orang tua dan anak dewasa setelah perceraian usia lanjut. Secara praktis, temuan ini menunjukkan bahwa orang tua perlu mengembangkan komunikasi yang terbuka, dialogis, dan suportif tanpa menjadikan anak sebagai pihak yang harus memihak dalam konflik. Penelitian ini juga merekomendasikan agar konselor keluarga memberi perhatian khusus pada pola komunikasi pascaperceraian, bukan hanya pada aspek hukum perceraian. Penelitian selanjutnya dapat melibatkan informan yang lebih beragam, membandingkan pengalaman anak laki-laki dan anak perempuan, serta menggunakan pendekatan *mixed methods* agar gambaran mengenai *grey divorce* dan relasi antargenerasi menjadi lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik Indonesia 2024*. Badan Pusat Statistik.
- Benson, J., Olivia, L., Donehower, A., & Sanner, A. C. (2022). *Relief, regrets, and reinvention: Life after gray divorce*. 6, 2022.
- Brown, S. L., & Lin, I. F. (2022). The graying of divorce: A half century of change. *Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences*, 77(9), 1710-1720. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbac057>
- Buyukkececi, Z., & Leopold, T. (2024). Parent-child relationships following gray divorce: Stronger ties with mothers, weaker ties with fathers. *The Journals of Gerontology: Series B*, 79(5), gbae004.
- Canary, D. J., Stafford, L., & Semic, B. A. (2002). A panel study of the associations between maintenance strategies and relational characteristics. *Journal of Marriage and Family*, 64(2), 395-406. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00395.x>
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Sage.
- Firmannulloh, A. (2024). *Analisis faktor penyebab terjadinya gray divorce di Pengadilan Agama Cilacap tahun 2024*. UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri.
- Hughes, C. R., & Fredenburg, B. R. (2024). Late-in-life parental divorce can upend adult children's lives. *Psychology Today*.
- Indriani, P., & Hendriani, W. (2022). Pengaruh pola komunikasi keluarga terhadap kecerdasan emosional remaja pada keluarga single parent akibat perceraian. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 512-518. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.34607>
- Koerner, A. F., & Fitzpatrick, M. A. (2006). Family communication patterns theory: A social cognitive approach. In D. O. Braithwaite & L. A. Baxter (Eds.), *Engaging theories in family communication: Multiple perspectives* (pp. 50-65). Sage.
- Lin, I. F., Brown, S. L., & Mellencamp, K. A. (2024). Gray divorce and parent-child disconnectedness: Implications for depressive symptoms. *Journal of Marriage and Family*, 86(1), 95-110.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Sage.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. Remaja Rosdakarya.
- Salwa, S., & Ghaisa, R. (2020). Komunikasi interpersonal antara orangtua dan anak pasca perceraian: Studi kasus di Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin. *Jurnal Muttakalimin*, 3(1), 28-35.
- Stafford, L., & Canary, D. J. (1991). Maintenance strategies and romantic relationship type, gender, and relational characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8(2), 217-242.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.