

## **Dampak Perseteruan Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Anak: Perspektif Hadis Nabi**

**Khaerul Ikhsan<sup>1</sup>, Al-Fikri<sup>2</sup>, Endad Musaddad<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Indonesia

Received : 6 Agustus 2025, Revised : 18 Agustus 2025, Published : 25 Agustus 2025

### **Corresponding Author**

Nama Penulis: Khaerul Ikhsan

E-mail: [231370010.khaerul@uinbanten.ac.id](mailto:231370010.khaerul@uinbanten.ac.id)

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak konflik antar orang tua terhadap kesehatan mental anak, ditinjau dari perspektif hadis Nabi Muhammad SAW. Dalam Islam, keluarga merupakan fondasi utama dalam pembentukan karakter dan spiritualitas anak. Ketika terjadi perseteruan yang berlarut-larut antara orang tua, kondisi emosional anak menjadi terganggu, yang dapat berdampak pada perkembangan psikologis, sosial, dan spiritualnya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi pustaka, yang melibatkan analisis terhadap hadis-hadis Nabi serta teori psikologi perkembangan dari tokoh-tokoh seperti Erik Erikson dan John Gottman. Hasil kajian menunjukkan bahwa konflik dalam keluarga berisiko menimbulkan kecemasan, ketakutan, bahkan trauma pada anak. Sebaliknya, penerapan nilai-nilai Islam seperti kasih sayang, kesabaran, dan komunikasi yang baik sebagaimana dicontohkan Nabi SAW, dapat menciptakan lingkungan keluarga yang kondusif bagi pertumbuhan mental anak. Dengan demikian, integrasi antara ajaran Islam dan prinsip psikologi dapat menjadi solusi preventif dalam menjaga kesehatan mental anak sejak dini.

**Kata kunci** - konflik keluarga, kesehatan mental anak, hadis Nabi, psikologi anak, keluarga Islami

### **Abstract**

This study aims to examine the impact of interparental conflict on children's mental health, viewed from the perspective of the hadith of the Prophet Muhammad (peace be upon him). In Islam, the family is the primary foundation in the formation of a child's character and spirituality. When protracted conflict occurs between parents, the child's emotional state becomes disturbed, which can impact their psychological, social, and spiritual development. This study uses a descriptive qualitative approach with a literature study method, involving analysis of the hadith of the Prophet and developmental psychology theories from figures such as Erik Erikson and John Gottman. The results of the study indicate that conflict in the family risks causing anxiety, fear, and even trauma in children. Conversely, the application of Islamic values such as compassion, patience, and good communication as exemplified by the Prophet (peace be upon him) can create a family environment conducive to children's mental growth. Thus, the integration of Islamic teachings and psychological principles can be a preventative solution in maintaining children's mental health from an early age.

**Keywords** - family conflict, children's mental health, Prophet's hadith, child psychology, Islamic family

**How to Cite** : Ikhsan, K., Al-Fikri, A.-F., & Musaddad, E. (2025). Dampak Perseteruan Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Anak: Perspektif Hadis Nabi. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 2(3), 685–690. <https://doi.org/10.59837/jpnmb.v2i3.556>

**Copyright** ©2025 Khaerul Ikhsan, Al-Fikri Al-Fikri, Endad Musaddad

## **PENDAHULUAN**

Dalam Islam, pendidikan anak adalah hal yang sangat mendasar, sejalan dengan ajaran Nabi Muhammad SAW yang menekankan pentingnya pembentukan karakter dan spiritualitas sejak usia dini (Kementerian Agama RI, 2007). Konsep pendidikan anak yang paling utama dan pertama dalam Islam berpusat pada keluarga, dengan landasan ajaran agama untuk membentuk individu yang beriman, bertakwa, dan berakhlak mulia (Al-Qaradawi, 1999).

Orang tua memegang peran sentral dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan anak. Oleh karena itu, kehadiran mereka sebagai teladan dan pendidik adalah fondasi utama dalam sistem pendidikan Islam. Prinsip-prinsip dasar yang lurus dan arahan yang benar harus ditanamkan sejak dini ke dalam jiwa dan perilaku anak-anak, karena masa kanak-kanak adalah periode yang paling subur, panjang, dan krusial untuk menanamkan nilai-nilai fundamental tersebut (Erikson, 1963). Sejalan dengan hal tersebut, perselisihan antara orang tua dapat menimbulkan dampak serius terhadap kesehatan mental anak, yang berpotensi menghambat perkembangan fitrah dasar mereka. Keluarga yang harmonis menjadi prasyarat penting bagi optimalisasi tumbuh kembang anak. Sebaliknya, konflik dan perselisihan di antara orang tua justru berisiko merusak fondasi psikologis dan emosional anak.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam bagaimana perseteruan orang tua, dilihat dari perspektif hadis Nabi, dapat memengaruhi kesehatan mental anak. Selain itu, penelitian ini juga akan mengidentifikasi solusi berbasis ajaran Islam untuk mitigasi dampak negatif tersebut.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Teori Kesehatan Mental Anak**

Kesehatan mental anak meliputi aspek emosional, psikologis, dan sosial yang memengaruhi cara anak berpikir, merasakan, serta berperilaku. Erik Erikson menyatakan bahwa masa kanak-kanak merupakan periode penting dalam pembentukan identitas dan rasa percaya diri Erikson (1963). Kondisi keluarga, terutama kestabilan emosional orang tua, sangat menentukan keseimbangan psikologis anak. Anak yang dibesarkan dalam lingkungan konflik memiliki risiko lebih tinggi mengalami kecemasan, depresi, serta gangguan dalam perkembangan sosial (UNICEF, 2021).

### **Konflik Orang Tua dalam Keluarga**

Pertengkaran antara orang tua, baik yang terlihat maupun yang tersembunyi, dapat memberikan dampak buruk bagi anak. J Gottman (1997) menyebutkan bahwa konflik yang tidak diselesaikan dengan cara yang sehat akan menciptakan suasana emosional yang merugikan bagi anak. Anak berpotensi mengalami tekanan psikologis, kehilangan rasa aman, bahkan meniru perilaku agresif (Bandura, 1977). Dalam konteks keluarga Muslim, kondisi ini juga bertentangan dengan nilai sakinah dan rahmah yang menjadi fondasi hubungan keluarga dalam Islam.

### **Nilai-nilai Keluarga dalam Hadis Nabi**

Hadis-hadis nabi menyoroti betapa pentingnya menjaga keharmonisan keluarga, mempererat kasih sayang antara suami dan istri, serta menekankan peran orang tua dalam membimbing anak secara spiritual dan emosional. Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Tirmidzi:

حَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِيهِ، وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي

"Sebaik-baik kalian adalah yang paling baik kepada keluarganya, dan aku adalah yang paling baik di antara kalian kepada keluargaku." (HR. Tirmidzi, no. 3895)

Pernyataan ini menegaskan pentingnya sikap lemah lembut, kesabaran, dan kasih sayang dalam hubungan keluarga. Nilai-nilai tersebut menjadi dasar psikologis yang kokoh bagi anak agar dapat tumbuh dan berkembang dengan baik.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yaitu dengan menggali informasi

dari berbagai sumber tertulis untuk memahami topik secara mendalam. Peneliti menggunakan studi pustaka sebagai metode utama, yaitu membaca dan menganalisis buku-buku, hadis-hadis Nabi tentang keluarga dan anak, serta teori dari para ahli psikologi seperti Erik Erikson dan John Gottman.

Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan metode analisis isi, yaitu dengan memahami isi teks secara menyeluruh, lalu menghubungkannya dengan persoalan kesehatan mental anak. Dari hasil analisis tersebut, peneliti berusaha menemukan bagaimana konflik orang tua bisa berdampak pada kondisi mental anak, sekaligus mencari solusi berdasarkan ajaran Islam.

## **PEMBAHASAN**

### **Makna Kesehatan Mental Anak**

Kesehatan mental anak adalah kondisi di mana anak mampu berpikir, merasakan, dan bertindak secara sesuai dengan tahap perkembangan usianya. Aspek ini mencakup kemampuan dalam mengelola emosi, menjalin hubungan sosial, serta menghadapi tekanan atau tantangan hidup sehari-hari (Berk, 2018).

Menurut Erik Erikson, masa kanak-kanak merupakan tahap penting dalam proses pembentukan identitas diri dan rasa percaya diri. Pada fase ini, anak mulai mengenal siapa dirinya, belajar mempercayai orang lain, dan mengembangkan cara dalam menghadapi berbagai situasi. Jika lingkungan keluarga tidak stabil seperti seringnya terjadi konflik antara orang tua perkembangan psikologis anak dapat terganggu (Erikson, 1963).

Anak yang tumbuh dalam keluarga yang harmonis dan penuh kasih sayang cenderung memiliki rasa aman, percaya diri, dan keterampilan sosial yang baik. Sebaliknya, anak yang tumbuh di tengah konflik keluarga berisiko mengalami gangguan emosi seperti kecemasan, ketakutan, bahkan depresi. Oleh karena itu, menciptakan lingkungan keluarga yang kondusif dan stabil menjadi tanggung jawab penting bagi orang tua dalam menjaga kesehatan mental anak sejak dini.

### **Konflik Orang Tua dalam Keluarga**

Pertengkar atau konflik antara orang tua adalah hal yang lumrah terjadi dalam kehidupan rumah tangga. Namun, cara konflik tersebut ditangani, serta apakah konflik itu terjadi di depan anak atau tidak, sangat memengaruhi dampaknya terhadap kondisi psikologis anak. Konflik bisa terjadi secara terbuka, misalnya pertengkar langsung di hadapan anak, atau secara tertutup, seperti sikap saling diam dan ketegangan yang terasa meskipun tidak diucapkan. Kedua bentuk konflik ini dapat menimbulkan ketidaknyamanan emosional bagi anak.

Menurut John Gottman, konflik yang tidak diselesaikan dengan cara yang sehat dapat menciptakan suasana emosional yang negatif di dalam rumah (Gottman & DeClaire, 1997). Anak yang terus-menerus menyaksikan atau merasakan ketegangan di antara orang tuanya bisa kehilangan rasa aman dan mengalami tekanan emosional. Dalam jangka panjang, hal ini bisa membuat anak menjadi mudah marah, cemas, menarik diri, bahkan meniru pola konflik tersebut dalam pergaulannya (Bowlby, 1988). Dalam ajaran Islam, keluarga yang ideal dibangun di atas nilai-nilai sakinah (ketenangan), mawaddah (kasih sayang), dan rahmah (kasih yang penuh pengertian). Konflik yang tidak terselesaikan dengan baik justru bertentangan dengan prinsip-prinsip tersebut, dan berpotensi merusak suasana keluarga yang seharusnya menjadi tempat paling aman dan nyaman bagi anak (Al-Qaradawi, 1999). Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk menyelesaikan perbedaan dengan cara yang dewasa dan saling menghargai. Dengan begitu, anak tidak hanya terhindar dari dampak negatif konflik, tetapi juga dapat belajar bagaimana menyelesaikan masalah secara sehat dan bijaksana.

### **Dampak Konflik Orang Tua terhadap Anak**

Konflik antara orang tua, khususnya yang terjadi secara terus-menerus dan di hadapan anak, memiliki dampak yang serius terhadap perkembangan mental dan emosional anak. Anak-anak yang menyaksikan pertengkar orang tuanya cenderung mengalami kecemasan, ketakutan, bahkan menyalahkan diri sendiri atas apa yang terjadi, meskipun mereka tidak memahami secara penuh konteksnya. Tekanan emosional ini dapat menyebabkan gangguan perilaku seperti menarik diri, mudah marah, atau sebaliknya, meniru pola konflik dalam interaksi sosial mereka (UNICEF, 2021).

---

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Dalam perspektif Islam, keluarga bukan hanya ikatan lahiriah, tetapi juga wadah untuk membentuk karakter yang sehat secara spiritual dan emosional. Nabi Muhammad SAW mengajarkan bahwa rumah tangga yang baik dibangun atas dasar cinta, kelembutan, dan saling menghormati. Dalam sebuah hadis, beliau bersabda:

حَيْرُكُمْ حَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ، وَأَنَا حَيْرُكُمْ لِأَهْلِي

"Sebaik-baik kalian adalah yang paling baik kepada keluarganya, dan aku adalah yang paling baik di antara kalian kepada keluargaku." (HR. Tirmidzi, no. 3895)

Hadis ini mengandung pesan bahwa akhlak terbaik seorang Muslim justru terlihat dari cara ia memperlakukan keluarganya. Rasulullah SAW sendiri dikenal sebagai teladan sempurna dalam membina rumah tangga. Beliau tidak pernah bersikap kasar terhadap istri atau anak-anaknya, bahkan dalam kondisi yang sulit sekalipun. Dengan sikap penuh kelembutan dan pengertian, Nabi menciptakan lingkungan rumah yang kondusif dan menenangkan. Ini menunjukkan bahwa menjaga suasana rumah yang harmonis adalah bagian dari tanggung jawab moral dalam Islam.

Apabila konflik tidak diselesaikan secara dewasa dan bijaksana, maka dampaknya bukan hanya merusak relasi suami-istri, tetapi juga menciptakan luka psikologis dalam diri anak. Anak bisa kehilangan rasa aman, mengembangkan pandangan negatif terhadap pernikahan, atau mengalami gangguan jangka panjang dalam kepercayaan diri dan hubungan sosial. Oleh karena itu, Nabi SAW melalui teladan dan sabdanya, mengingatkan umat Islam agar menjadikan rumah tangga sebagai tempat penuh rahmah dan bukan ladang pertengkaran yang merusak masa depan anak (At-Tirmidzi, n.d.; Al-Ghazali, 2016).

#### **Pandangan Hadis Nabi tentang Keluarga**

Dalam Islam, keluarga merupakan institusi penting yang dijadikan tempat pertama dalam mendidik, membimbing, dan menanamkan nilai-nilai moral dan spiritual kepada anak. Nabi Muhammad SAW memberikan perhatian besar terhadap pentingnya membangun rumah tangga yang penuh kasih sayang, ketenangan, dan saling menghargai. Nabi Muhammad SAW sendiri menjadi teladan sempurna dalam menjalani kehidupan rumah tangga. Beliau dikenal sangat lembut, penuh kasih, dan sabar terhadap istri maupun anak-anak. Dalam banyak riwayat, Rasulullah tidak pernah bersikap keras di dalam rumah, tidak berkata kasar, dan selalu menjaga perasaan keluarganya.

Prinsip-prinsip seperti sakinah (ketenangan), mawaddah (cinta), dan rahmah (kasih sayang) adalah nilai-nilai fundamental yang disebutkan dalam Al-Qur'an Surah Ar-Rum ayat 21, dan diperkuat oleh teladan Nabi dalam kehidupan sehari-hari. Ketiga nilai ini menjadi pondasi penting dalam menjaga kesehatan mental anak, karena lingkungan rumah yang stabil, hangat, dan penuh cinta akan membantu anak merasa aman dan dicintai (Al-Qaradawi, 1999).

#### **Integrasi Nilai Hadis dengan Psikologi Anak**

Nilai-nilai yang diajarkan dalam hadis Nabi Muhammad SAW memiliki keselarasan dengan prinsip-prinsip dasar dalam psikologi perkembangan anak. Dalam ajaran Islam, Nabi SAW mengedepankan sikap kasih sayang, kesabaran, kelembutan, dan tanggung jawab dalam membina rumah tangga. Prinsip-prinsip ini sangat relevan dalam menjaga kesehatan mental anak, sebagaimana ditegaskan dalam psikologi modern. Psikolog Erik Erikson menyatakan bahwa masa kanak-kanak merupakan fase penting dalam pembentukan identitas dan kepercayaan diri. Anak-anak belajar membentuk rasa aman dan percaya dari lingkungan terdekat mereka, terutama dari orang tua. Apabila rumah tangga dipenuhi dengan cinta, perhatian, dan komunikasi yang baik, anak akan tumbuh menjadi pribadi yang stabil secara emosional dan sosial (Bowlby, 1988; Erikson, 1963). Sebaliknya, rumah yang dipenuhi konflik dapat menghambat perkembangan psikologis anak dan berpotensi menimbulkan trauma jangka panjang.

#### **Upaya Pencegahan dan Penanganan**

Menghadapi dampak negatif dari konflik orang tua terhadap kesehatan mental anak, diperlukan upaya pencegahan dan penanganan yang bersifat menyeluruh. Islam dan psikologi sama-

sama menekankan pentingnya menciptakan lingkungan keluarga yang aman, stabil, dan penuh kasih sayang sebagai dasar utama pertumbuhan anak yang sehat secara mental dan emosional. Salah satu langkah pencegahan yang paling penting adalah menghindari pertengkaran di hadapan anak. Anak-anak menyerap informasi bukan hanya dari ucapan, tetapi juga dari ekspresi wajah, nada suara, dan suasana emosional di sekitar mereka (McGraw-Hill, 2008). Oleh karena itu, orang tua perlu menahan diri dan menyelesaikan konflik secara dewasa serta penuh tanggung jawab tanpa melibatkan anak secara emosional.

Dalam ajaran Islam, komunikasi yang baik, kesabaran, dan saling memahami merupakan kunci dalam menyelesaikan perbedaan dalam rumah tangga. Nabi Muhammad SAW memberikan contoh bagaimana menghadapi perbedaan dengan tenang dan tanpa kekerasan (HR. Muslim, no. 2328). Hadis-hadis beliau tidak hanya menekankan kewajiban mencintai keluarga, tetapi juga mengajarkan pentingnya menjaga lisan dan emosi di dalam rumah.

Pendidikan keluarga berbasis nilai-nilai Islam juga merupakan bentuk pencegahan jangka panjang. Ketika orang tua memahami peran dan tanggung jawabnya menurut ajaran agama, mereka akan lebih sadar dalam bersikap di depan anak-anak (Mizan, 2007). Selain itu, upaya penanganan dapat dilakukan melalui konseling keluarga, baik secara psikologis maupun melalui pendekatan keagamaan, agar pasangan suami istri mampu membangun komunikasi yang sehat dan memperbaiki relasi rumah tangga secara menyeluruh (Erlangga, 2002).

## **KESIMPULAN**

Konflik antara orang tua, apabila terjadi secara terus-menerus dan tidak diselesaikan dengan cara yang bijak, dapat memberikan dampak serius terhadap kesehatan mental anak. Anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang penuh pertengkaran cenderung mengalami gangguan emosional seperti kecemasan, ketakutan, serta kesulitan dalam membangun kepercayaan diri dan hubungan sosial.

Dari perspektif Islam, khususnya melalui hadis-hadis Nabi Muhammad SAW, dijelaskan bahwa keluarga seharusnya menjadi tempat yang aman, tenang, dan penuh kasih sayang. Nilai-nilai seperti sakinah (ketenangan), mawaddah (kasih sayang), dan rahmah (kasih yang penuh pengertian) merupakan fondasi penting dalam membangun keluarga yang harmonis. Hadis Nabi juga menekankan pentingnya perlakuan baik terhadap anggota keluarga, karena akhlak seseorang tercermin dari sikapnya di dalam rumah.

Integrasi antara nilai-nilai ajaran Islam dan prinsip-prinsip psikologi perkembangan menunjukkan bahwa menciptakan lingkungan keluarga yang sehat secara emosional merupakan tanggung jawab utama orang tua. Dengan menerapkan keteladanan Nabi dalam kehidupan rumah tangga, konflik dapat diminimalkan dan anak dapat tumbuh menjadi pribadi yang sehat secara mental, spiritual, dan sosial.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Al-Ghazali, A. H. (2016). *Ihya' 'Ulum al-Din (Vol. 2)*. Beirut, Lebanon: Dar al-Kotob al-Ilmiyah.
- Al-Qaradawi, Y. (1999). *Fiqh al-usrah fi al-Islam*. Cairo, Egypt: Dar al-Shuruq.
- At-Tirmidzi, I. (n.d.). Sunan at-Tirmidzi, hadis no. 3895. Beirut, Lebanon: Dar al-Kotob al-Ilmiyah.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Berk, L. E. (2018). *Development through the lifespan (7th ed.)*. Boston, MA: Pearson Education.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York, NY: Basic Books.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Gottman, J. M., & DeClaire, J. (1997). *The heart of parenting: Raising an emotionally intelligent child*. New York, NY: Simon & Schuster.

Kementerian Agama RI. (2007). *Al-Qur'an dan terjemahannya. Jakarta, Indonesia: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an.*

UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health. New York, NY: UNICEF.*