

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pola komunikasi interpersonal antara orang tua dan anak dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa FISIP Universitas Pasundan di era dewasa awal. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan menggunakan *Family Communication Patterns Theory* (FCPT) yang berfokus pada dua dimensi utama, yaitu *conversation orientation* (orientasi percakapan) dan *conformity orientation* (orientasi kepatuhan). Data dalam penelitian ini diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap informan yang terdiri dari mahasiswa FISIP Universitas Pasundan, orang tua mahasiswa, serta didukung oleh pandangan informan ahli dari bidang psikologi. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, yang kemudian dianalisis secara kualitatif untuk memahami dinamika dukungan kesehatan mental yang terbentuk. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada dimensi *conversation orientation*, mahasiswa dan orang tua cenderung membangun keterbukaan yang tinggi melalui dialog dua arah yang rutin, di mana validasi emosional dari orang tua berperan sebagai stimulus utama dalam menciptakan rasa aman (*secure attachment*). Pada dimensi *conformity orientation*, perhatian keluarga lebih terfokus pada pemberian otonomi psikologis yang moderat, di mana aturan tetap dijaga namun tidak bersifat mengekang, sehingga mencegah timbulnya kemarahan terpendam (*repressed anger*). Penelitian ini menemukan bahwa pola komunikasi yang paling dominan adalah Pola Konsensual, yang berperan dalam membentuk ketahanan mental mahasiswa menjadi lebih stabil dan tangguh dalam menghadapi tekanan akademik. Dengan demikian, pola komunikasi interpersonal yang *supportif* di dalam keluarga berfungsi sebagai penyangga (*buffer*) yang krusial bagi kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Kata Kunci : Pola Komunikasi Interpersonal, Keluarga, Kesehatan Mental, Mahasiswa, FCPT.

ABSTRACT

This study aims to determine how interpersonal communication patterns between parents and children support the mental health of FISIP Universitas Pasundan students in the early adulthood phase. This study uses a qualitative descriptive approach applying the Family Communication Patterns Theory (FCPT), which focuses on two main dimensions: conversation orientation and conformity orientation. Data for this study were obtained through in-depth interviews with informants consisting of FISIP UNPAS Batch 2022 students, their parents, and supported by insights from an expert informant in the field of psychology. Data collection techniques were carried out through interviews, observation, and documentation, which were then analyzed qualitatively to understand the dynamics of mental health support that are formed. The results showed that in the conversation orientation dimension, students and parents tend to build high openness through routine two-way dialogue, where emotional validation from parents acts as the main stimulus in creating a secure attachment. In the conformity orientation dimension, family attention is more focused on providing moderate psychological autonomy, where rules are maintained but are not restrictive, thus preventing the emergence of repressed anger. This study found that the most dominant communication pattern is the Consensual Pattern, which plays a role in shaping student mental resilience to be more stable and tough in facing academic pressure. Thus, supportive interpersonal communication patterns within the family serve as a crucial buffer for the psychological well-being of students.

Keywords: *Interpersonal Communication Patterns, Family, Mental Health, Students, FCPT.*

RINGKESAN

Ieu panalungtikan téh boga tujuan pikeun mikanyaho kumaha pola komunikasi interpersonal antara kolot jeung anak dina ngawangun rojongan pikeun kaséhatan méntal mahasiswa FISIP Universitas Pasundan di era sawawa awal. Ieu panalungtikan ngagunakeun pamarekan deskriptif kualitatif kalawan ngagunakeun tiori Family Communication Patterns Theory (FCPT) anu museur kana dua diménsi utama, nyaéta conversation orientation (oriéntasi obrolan) jeung conformity orientation (oriéntasi kasaluyuan). Data dina ieu panalungtikan dimeunangkeun ngaliwatan wawancara mendalam ka para informan anu diwangun ku mahasiswa FISIP Universitas Pasundan, kolot mahasiswa, sarta dirojong ku pamadegan ti informan ahli widang psikologi. Téhnik ngumpulkeun data dilaksanakeun ngaliwatan wawancara, observasi, jeung dokuméntasi, anu saterusna dianalisis sacara kualitatif pikeun mikanyaho dinamika rojongan kaséhatan méntal anu kabentuk. Hasil panalungtikan nunjukkeun yén dina diménsi conversation orientation, mahasiswa jeung kolot condong ngawangun katerbukaan anu luhur ngaliwatan dialog dua arah anu rutin, dimana validasi émosional ti kolot boga peran salaku rangsangan utama dina nyiptakeun rasa aman (secure attachment). Dina diménsi conformity orientation, perhatian kulawarga leuwih museur kana méré kabébasan psikologis anu mérényé, dimana aturan tetep dijaga tapi henteu boga sipat mokeun atawa maksa, sahingga bisa nyegah timbulna amarah anu kapepet (repressed anger). Ieu panalungtikan mendakan yén pola komunikasi anu paling dominan nyaéta Pola Konsensual, anu boga peran dina ngawangun kakuatan méntal mahasiswa sangkan leuwih stabil sarta tangguh dina nyanghareupan teundeut akademik. Ku kituna, pola komunikasi interpersonal anu suportif di jero kulawarga boga fungsi salaku panyangga (buffer) anu kacida pentingna pikeun karahayuan psikologis mahasiswa.

Kecap Konci: *Pola Komunikasi Interpersonal, Kulawarga, Kaséhatan Méntal, Mahasiswa, FCPT.*