



Analisis Film Perayaan Mati Rasa dalam Studi Kasus Membangun Empati dan Mengelola Emosi pada Generasi Muda

Rahil Azka Izzati¹, Mutiara Nurlita Sari², Euis Qonita Amin³, Nayla Azka Aulida⁴, Ruth Vinita Siahaan⁵, Farras Arasya Anwar⁶, Rayhandra Daffa Setiawan⁷, dan Nanda Prima Agripina⁸

¹⁻⁵Tata Kecantikan, Universitas Negeri Semarang, ⁶⁻⁸Teknik Elektro, Universitas Negeri Semarang

rahilazkaiz@students.unnes.ac.id, nlita06@students.unnes.ac.id, euisqontaa25@students.unnes.ac.id,
naylaazkaaulida20@students.unnes.ac.id, ruthvinitasiahaan1@students.unnes.ac.id,
farrasanwar001@students.unnes.ac.id, rayhandradaffa01@students.unnes.ac.id,
nandaagripina@students.unnes.ac.id

Abstract

The film *Perayaan Mati Rasa* by Umay Shahab explores psychological and social issues that reflect the emotional condition of today's youth. This study is based on the phenomenon of decreasing empathy and increasing emotional instability among young people due to family pressure and complex social expectations. The aim of this research is to analyze how the film represents the development of empathy and emotional regulation among the younger generation through its characters, narrative, and visual symbols. The study employs a descriptive qualitative approach using content analysis of the film along with supporting literature on family psychology and film representation theory. The results show that the film depicts "emotional numbness" as a defense mechanism against loss and familial pressure. It also emphasizes the importance of communication and empathy within families to foster emotional harmony and resilience among adolescents. This study highlights how films can serve as educational tools to promote emotional awareness, strengthen family relationships, and build a more empathetic younger generation capable of managing psychological challenges in modern society.

Keywords: Empathy, *Perayaan Mati Rasa* film, emotion, family, youth.

Abstrak

Film *Perayaan Mati Rasa* karya Umay Shahab mengangkat isu psikologis dan sosial yang mencerminkan kondisi emosional generasi muda di era modern. Latar belakang penelitian ini berangkat dari fenomena menurunnya empati dan meningkatnya ketidakstabilan emosi akibat tekanan keluarga serta tuntutan sosial yang kompleks. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana film *Perayaan Mati Rasa* merepresentasikan proses pembentukan empati dan pengelolaan emosi pada generasi muda melalui karakter, narasi, serta simbol visual yang ditampilkan. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan analisis isi terhadap film dan literatur pendukung mengenai psikologi keluarga serta teori representasi film. Hasil penelitian menunjukkan bahwa film ini menggambarkan kondisi "mati rasa" sebagai bentuk pertahanan emosional akibat kehilangan dan tekanan ekspektasi keluarga. Film ini juga menunjukkan pentingnya komunikasi dua arah dan empati sebagai dasar keharmonisan keluarga dalam membantu remaja memahami dan menyalurkan emosinya secara sehat. Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan wawasan baru bahwa media film dapat menjadi sarana edukatif dalam menumbuhkan kesadaran emosional, memperkuat hubungan keluarga, serta membangun generasi muda yang lebih empatik dan resilien terhadap tantangan psikologis di masa kini.

Kata Kunci: Empati, film *Perayaan Mati Rasa*, emosi, keluarga, generasi muda.

1. PENDAHULUAN

Akhir-akhir ini, dunia perfilman Indonesia menunjukkan perkembangan yang sangat berarti (Sen & Hill, 2000), ditandai dengan penyelidikan yang lebih mendalam terhadap masalah-masalah rumit. Prioritas utama tidak lagi hanya sebagai hiburan, tetapi telah berpindah untuk menganalisis faktor psikologis, sosial, dan emosional yang berhubungan dengan kenyataan kehidupan masyarakat masa kini. Kecenderungan ini menggarisbawahi fungsi sinema sebagai

sarana reflektif yang efektif (Bordwell & Thompson, 2017), yang dapat mengungkap tabu-tabu sosial serta meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap masalah-masalah kesehatan mental.

Sebagai wujud dari kemajuan tersebut, salah satu karya terbaru yang mencuri perhatian adalah film besutan sutradara Umay Shahab berjudul "Perayaan Mati Rasa". Film ini telah menarik perhatian besar dengan penayangan perdananya di bioskop pada 29 Januari 2025, sebelum akhirnya menjangkau penonton internasional melalui platform streaming Netflix yang mulai hadir pada 12 Juni 2025. Kehadirannya di berbagai platform menjadikan film ini studi kasus yang sempurna untuk mengamati resonansi tema di kalangan penonton muda.

Inti dari film ini berkisar pada Ian Antono, seorang anak tertua yang tiba-tiba menghadapi kehilangan mendalam kedua orang tuanya. Kehilangan yang signifikan ini disertai dengan tuntutan sosial dan keluarga yang menekan, sehingga ia merasa terpaksa untuk tetap menunjukkan ketahanan di depan banyak orang dan menahan setiap emosi yang seharusnya dialaminya. Kondisi ini menunjukkan bagaimana beban tanggung jawab dapat menghalangi proses berduka yang sehat (Kübler-Ross, 1969).

Penahanan emosi dan kesedihan yang terpendam dalam diri Ian secara perlahan membawanya mencapai kondisi ekstrem yang disebut "mati rasa". Keadaan ini bukan hanya sekadar perumpamaan, tapi merupakan situasi psikologis di mana dirinya tidak bisa merasakan emosi secara utuh, termasuk kesedihan yang mendalam, duka yang belum tuntas, hingga harapan yang terpendam akibat trauma emosional yang parah. Kondisi mati rasa ini menjadi momen penting dalam alur cerita film.

Masalah universal seperti kehilangan, trauma emosional, dan proses yang panjang menuju kesembuhan bukan hanya sekadar elemen cerita dalam alur. Sebaliknya, simbol-simbol ini berperan sebagai alat refleksi yang efektif untuk mencerminkan cara individu – terutama generasi muda – dalam menghadapi berbagai tingkatan tekanan. Ini mencakup harapan tinggi dari keluarga, tekanan sosial untuk berhasil, dan usaha untuk menyeimbangkan keinginan pribadi di zaman modern yang cepat bergerak.

Fenomena ini sangat berkaitan dengan keadaan generasi muda saat ini, yang kerap terjebak di antara tekanan dari keluarga dan masyarakat serta keinginan dan identitas pribadi mereka sendiri (Erikson, 1968). Ketidakcocokan antara memenuhi harapan dari luar dan kebutuhan di dalam diri dapat menyebabkan konflik batin yang serius, beban mental yang besar, dan akhirnya, kesulitan mendasar dalam memahami serta mengelola gejolak emosi mereka sendiri.

Dengan mempertimbangkan kepentingan isu dan kedalaman narasinya, penelitian ini secara khusus bertujuan untuk menganalisis bagaimana film "Perayaan Mati Rasa" dapat dijadikan sebagai contoh studi yang sesuai dalam usaha meningkatkan empati dan keterampilan pengaturan emosi di kalangan generasi muda. Analisis yang dilakukan mencakup:

(1) Cara karakter dan alur cerita film menggambarkan kondisi emosional kompleks seperti kehilangan, ketidakberdayaan, dan proses penyembuhan. (2.) Cara empati disampaikan secara sinematik melalui dialog, visual, dan narasi, serta seberapa efektifnya dalam menyentuh penonton muda (Goleman, 1995). (3.) Dampak konkret penggambaran emosi dalam film terhadap kemampuan generasi muda untuk memahami, mengekspresikan, dan mengontrol emosi yang mereka rasakan.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif (Creswell & Poth, 2018), karena tujuannya adalah untuk memahami dan menggambarkan fenomena sosial dan psikologis yang tercermin dalam film "Perayaan Mati Rasa". Pendekatan ini menekankan pada interpretasi makna dan pesan daripada data numerik atau statistik, melalui unsur-unsur seperti narasi, karakter, dialog, dan simbol visual dalam film. Jenis penelitian ini merupakan analisis teks audiovisual (Rose, 2016), di mana film dianggap sebagai medium ekspresi budaya dan sosial yang dapat dieksplorasi secara mendalam untuk mengungkap perspektif tentang hubungan keluarga, terutama dalam konteks dinamika psikologis anak-anak dan peran orang tua.

Penelitian ini menyoroti tiga tema utama yang terdapat dalam film "Perayaan Mati Rasa": (1.) Sikap anak-anak terhadap orang tua mereka, termasuk bentuk-bentuk perlawanan, alienasi,

atau ketaatan yang ditunjukkan oleh karakter anak-anak dalam cerita. (2.) Peran keluarga dalam memahami dan membimbing kesehatan mental anak-anak, dengan mengamati pola komunikasi, pendekatan emosional, dan respons keluarga terhadap kondisi psikologis anak-anak. (3.) Upaya keluarga dalam membangun karakter dan kesehatan mental anak-anak pada masa remaja atau masa remaja, seperti menanamkan nilai-nilai, bimbingan, atau dukungan yang mungkin tidak terlihat dalam alur cerita film.

Objek utama penelitian ini adalah film "Perayaan Mati Rasa", yang dianalisis sebagai karya seni sekaligus refleksi sosial yang memuat dinamika hubungan antara anak-anak dan keluarga. Penelitian ini tidak berfokus pada aspek teknis pembuatan film, melainkan pada makna sosial dan psikologis yang muncul dari interaksi antara karakter dan alur cerita.

Dalam penelitian ini, sumber data terbagi menjadi 2, yaitu ; (1.) Data Primer: Film "Perayaan Mati Rasa" sebagai sumber utama yang diamati dan dianalisis berulang kali. (2.) Data Sekunder: Literatur ilmiah terkait psikologi keluarga (Bowen, 1978), pendidikan anak, teori film (Bordwell & Thompson, 2017), serta artikel atau wawancara yang membahas film tersebut atau isu-isu serupa.

Pengumpulan data dilakukan melalui: (1.) Observasi Teksual Para peneliti menonton film berulang kali untuk mengidentifikasi dialog, adegan, ekspresi karakter, dan elemen visual yang relevan dengan fokus penelitian. (2.) Pencatatan dan Dokumentasi Adegan penting, kutipan dialog, dan simbol visual yang terkait dengan tema utama dituliskan dan dikategorikan. (3.) Studi Literatur Peneliti mengumpulkan teori-teori pendukung seperti: Teori hubungan anak dan orang tua, teori psikologi perkembangan remaja (Erikson, 1968), teori representasi dalam film.

Data dianalisis menggunakan metode analisis isi kualitatif (Neuendorf, 2002) dengan langkah-langkah berikut: (1.) Identifikasi Tema Menentukan adegan dan dialog yang mencerminkan topik utama penelitian. (2.) Kategorisasi Mengelompokkan data ke dalam kategori: Sikap anak terhadap orang tua, respons dan peran keluarga terhadap kondisi mental anak, strategi atau kegagalan keluarga dalam membentuk karakter anak. (3.) Interpretasi Makna Menganalisis makna simbolik dan sosial dari perilaku, dialog, serta relasi antar tokoh dalam konteks kehidupan keluarga. (4.) Penarikan Kesimpulan Menyusun simpulan yang menggambarkan bagaimana film "Perayaan Mati Rasa" merepresentasikan dinamika keluarga, pendidikan mental, dan pembentukan karakter remaja.

Untuk menjaga validitas dan keandalan data, peneliti menggunakan: (1.) Triangulasi teori (Denzin, 1978), yaitu membandingkan temuan dari film dengan teori-teori psikologi keluarga dan pendidikan anak. (2.) Pencermatan ulang, yaitu menonton kembali film dan mengevaluasi data secara kritis agar tidak terjadi bias penafsiran.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Sikap Anak terhadap Orang Tua : Pentingnya Hubungan Harmonis dalam Keluarga

Dalam kehidupan bermasyarakat, hubungan antara anak dan orang tua merupakan fondasi utama pembentukan karakter dan nilai-nilai moral. Sikap anak terhadap orang tua mencerminkan bagaimana individu belajar menghargai, menghormati, dan mencintai orang-orang yang telah membesarkannya. Di Indonesia, yang kaya akan nilai-nilai budaya seperti gotong royong dan hormat kepada yang lebih tua, sikap ini sering kali dipengaruhi oleh tradisi, agama, dan norma sosial. Namun, di era modern dengan maraknya pengaruh teknologi dan globalisasi, sikap anak terhadap orang tua mengalami dinamika yang kompleks. Artikel ini akan membahas berbagai aspek sikap anak terhadap orang tua, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta implikasinya bagi perkembangan keluarga.

Aspek Sikap Anak terhadap Orang Tua

Sikap anak terhadap orang tua dapat dibagi menjadi beberapa dimensi utama, yaitu emosional, perilaku, dan kognitif. Secara emosional, anak yang memiliki sikap positif biasanya menunjukkan rasa cinta dan empati. Misalnya, anak yang dewasa akan merasa bersyukur atas pengorbanan orang tua dan berusaha membalasnya dengan perhatian sehari-hari, seperti menelepon secara rutin atau membantu pekerjaan rumah tangga. Dalam perspektif psikologi, ini

sejalan dengan teori attachment John Bowlby, di mana ikatan aman antara anak dan orang tua pada masa kecil akan menghasilkan hubungan dewasa yang harmonis.

Secara perilaku, sikap yang baik tercermin dalam ketaatan dan hormat. Di budaya Indonesia, konsep "berbakti" atau "berbakti kepada orang tua" sering kali dijunjung tinggi, terutama dalam ajaran Islam dan Hindu yang menekankan kewajiban anak untuk mematuhi perintah orang tua selama tidak bertentangan dengan nilai agama. Contohnya, anak yang menghindari membantah orang tua di depan umum atau memprioritaskan kebutuhan orang tua di atas keinginannya sendiri. Namun, sikap ini bukan berarti anak harus tunduk sepenuhnya; dalam pendidikan modern, dianjurkan agar anak belajar berkomunikasi secara terbuka untuk membangun hubungan yang sehat.

Seperti kata Uta (2025) dalam dialognya "Pa, skripsi Uta udah selesai. Bentar lagi jadi sarjana tapi nanti di foto wisuda Uta gak ada Papa". Dari sisi kognitif, anak dengan sikap positif memahami peran orang tua sebagai pembimbing hidup. Mereka melihat orang tua bukan hanya sebagai penyedia nafkah, tetapi juga sebagai sumber inspirasi. Penelitian menunjukkan bahwa anak yang menghormati orang tua cenderung memiliki harga diri yang lebih tinggi dan lebih sukses dalam karir, karena mereka belajar nilai disiplin dan tanggung jawab sejak dini.

Faktor yang Mempengaruhi Sikap Anak

"Di saat gue gak tahu harus ke mana, harusnya ada sosok bapak, yang bisa tuntun gue ke mana harus melangkah. Sampai akhirnya, gue jadi punya pertanyaan, emangnya setiap ketuluan harus dihadahi dengan perayaan mati rasa?" (Ian Antono/Iqbaal Ramadhan: 2025). Beberapa faktor utama memengaruhi pembentukan sikap anak terhadap orang tua. Pertama, pendidikan keluarga. Orang tua yang memberikan kasih sayang konsisten dan mendidik dengan teladan akan membentuk anak yang responsif. Sebaliknya, pola asuh otoriter atau permisif dapat menimbulkan sikap pemberontak atau acuh tak acuh. Kedua, pengaruh budaya dan agama. Di Indonesia, nilai-nilai seperti "anak saleh" dalam Islam (berdasarkan Al-Qur'an surah Al-Isra: 23-24) mendorong sikap hormat, sementara di masyarakat Jawa, konsep "nrimo ing pandum" (menerima apa adanya) memperkuat ketaatan.

Ketiga, faktor eksternal seperti media sosial dan teman sebaya. Generasi Z dan milenial sering kali terpapar konten yang mempromosikan individualisme, yang dapat mengurangi rasa hormat tradisional. Sebuah survei oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia (2020) menemukan bahwa 40% remaja urban mengaku jarang berkomunikasi mendalam dengan orang tua karena kesibukan online. Selain itu, pengalaman traumatis seperti perceraian orang tua dapat merusak sikap anak, menyebabkan kebencian atau jarak emosional.

Tantangan dan Solusi

Di tengah tantangan modern, sikap anak terhadap orang tua sering kali diuji. Banyak anak muda merasa orang tua tidak memahami perubahan zaman, sehingga muncul konflik generasi. Misalnya, perdebatan tentang pilihan karir atau gaya hidup. Hal ini dapat menyebabkan sikap negatif seperti ketidakpatuhan atau bahkan pengabaian di usia tua orang tua.

Untuk mengatasinya, diperlukan pendekatan kolaboratif. Orang tua harus belajar mendengarkan anak tanpa menghakimi, sementara anak diajarkan untuk menghargai perspektif orang tua. Program konseling keluarga dan workshop parenting dapat menjadi solusi efektif. Selain itu, sekolah dan komunitas dapat memasukkan pendidikan karakter yang menekankan nilai bakti.

3.2. Peran Keluarga dalam Memahami dan Mendidik Mental Sang Anak

Peran keluarga sangat penting dalam memahami dan mendidik mental anak karena keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama yang membentuk karakter, kepribadian, serta kesehatan mental anak. Keluarga berfungsi sebagai tempat anak belajar mengenal emosi, mengelola stres, dan mengembangkan sikap mental yang sehat melalui komunikasi yang baik, kasih sayang, serta pola asuh yang positif. Orang tua yang peka terhadap kebutuhan psikologis anak dapat memberikan dukungan emosional, membimbing anak dalam menghadapi tantangan,

serta menanamkan nilai-nilai moral dan etika yang kuat. Dengan demikian, keluarga menjadi fondasi utama dalam membentuk mental yang tangguh dan sehat pada anak.

Hal ini juga tergambar dalam film Perayaan Mati Rasa, ketika tokoh Ian yang diperankan oleh Iqbaal Ramadhan mengalami pergulatan batin akibat hubungan yang kurang hangat dengan keluarganya. Dalam salah satu adegan, Ian mengatakan,

“Selama ini Papa gak pernah ngajarin kamu untuk kayak gitu.”

Kutipan ini mencerminkan kekecewaan seorang anak terhadap kurangnya bimbingan emosional dari orang tua. Ia merasa kehilangan arah karena minimnya komunikasi dan dukungan yang seharusnya diberikan oleh keluarga.

Namun, di sisi lain, terdapat pula dialog ketika sang ayah berkata,

“Papa mau karier kamu sukses. Kamu kasih contoh yang baik sama orang-orang.”

Ucapan ini menggambarkan bahwa orang tua sebenarnya menginginkan yang terbaik bagi anak, meskipun terkadang cara penyampaiannya kurang tepat dan dapat menimbulkan jarak emosional.

Dari kedua kutipan tersebut, terlihat bahwa keluarga memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan mental anak. Kurangnya komunikasi dan kasih sayang dapat menimbulkan luka batin, sedangkan dukungan dan perhatian dapat menjadi sumber kekuatan. Seperti yang disampaikan Ian di akhir film,

“Menerima adalah bagian dari perjalanan ini. Dan ini saatnya gue untuk merayakan apa yang masih tersisa.”

Pernyataan ini menunjukkan proses penerimaan diri dan penyembuhan emosional yang berawal dari pengalaman dengan keluarganya.

Dengan demikian, film Perayaan Mati Rasa menggambarkan bahwa keluarga adalah faktor utama dalam membentuk dan menyembuhkan kondisi mental anak. Melalui kasih sayang, pemahaman, dan komunikasi yang baik, keluarga dapat menjadi tempat terbaik bagi anak untuk tumbuh menjadi pribadi yang kuat secara mental dan emosional.

3.3. Upaya Keluarga dalam Membangun Mental dan Karakter Anak Anak di Masa Muda atau Remaja

Masa remaja merupakan fase transisi penting dalam perkembangan individu, di mana identitas diri mulai terbentuk, kemandirian dicari, dan nilai-nilai hidup mulai diinternalisasi. Dalam proses yang penuh tantangan ini, peran keluarga menjadi sangat krusial sebagai fondasi utama dalam membangun kesehatan mental dan karakter yang kuat bagi anak. Keluarga bukan hanya tempat tinggal, tetapi juga lingkungan pertama dan utama tempat anak belajar dan berkembang.

Komunikasi Terbuka dan Empati sebagai Fondasi

Komunikasi yang terbuka dan jujur adalah pilar utama dalam mendukung kesehatan mental remaja. Banyak remaja menghadapi tekanan dari lingkungan sosial, akademik, dan media yang dapat memengaruhi psikis mereka. Orang tua perlu menciptakan ruang aman di mana remaja merasa nyaman untuk berbicara, berbagi perasaan, dan kekhawatiran tanpa takut dihakimi.

Menjadi pendengar yang baik: Dengarkan secara aktif tanpa memotong pembicaraan. Tunjukkan empati dengan mencoba memahami perspektif mereka, meskipun orang tua tidak sepenuhnya setuju.

Validasi perasaan: Akui dan hargai emosi yang mereka rasakan. Validasi sederhana seperti, "Ayah/Ibu mengerti kenapa kamu merasa kesal," dapat membuat remaja merasa dipahami dan tidak sendirian.

“Gue udah terlalu lama ngejar hal-hal yang besar dan terlalu jauh, sampai gue lupa sama apa yang ada di dekat gue.”

“Bang Ian, laki-laki boleh loh nangis. Asal apa yang Bang Ian rasain itu jujur.”

Dialog-di atas menunjukkan betapa pentingnya membuka komunikasi (Ian menyadari dia “lupa yang dekat”) dan juga empati (seseorang mengizinkan Ian untuk mengekspresikan kesedihannya dengan jujur).

Memberikan Teladan Positif

Karakter tidak dibentuk hanya melalui nasihat, tetapi juga melalui contoh nyata dari orang tua. Remaja sangat peka terhadap perilaku orang dewasa di sekitar mereka. Orang tua yang menunjukkan sikap positif, bertanggung jawab, dan mampu mengelola emosi dengan baik akan menjadi panutan yang efektif bagi anak.

Mengakui kesalahan: Tunjukkan bahwa orang tua juga manusia yang bisa berbuat salah. Mengakui kesalahan dan meminta maaf dapat mengajarkan anak tentang kerendahan hati dan tanggung jawab.

Mengelola stres: Tunjukkan cara-cara sehat untuk mengelola stres, seperti berolahraga, melakukan hobi, atau bermeditasi. Hal ini akan menjadi contoh praktis bagi anak untuk meniru strategi coping yang positif.

“Selama ini Papa gak pernah ngajarin kamu untuk kayak gitu.”

“Papa mau karier kamu sukses. Kamu kasih contoh yang baik sama orang-orang.”

Dialog ini menunjukkan tekanan dari orang tua agar anak menjadi contoh yang baik. Di sini kita bisa mengambil aspek teladan positif: bahwa orang tua atau figur dewasa harus menjadi teladan, bukan hanya menuntut anaknya.

Mendorong Kemandirian dan Tanggung Jawab

Masa remaja adalah waktu yang tepat untuk mendorong kemandirian. Memberikan tanggung jawab sesuai usia, seperti tugas rumah tangga atau mengelola uang saku, dapat membentuk karakter yang mandiri dan bertanggung jawab. Orang tua juga perlu memberikan ruang bagi anak untuk bereksperimen, mengeksplorasi minat, dan menemukan identitas mereka sendiri.

Menetapkan batasan yang jelas: Walaupun memberikan kebebasan, penting untuk menetapkan batasan yang jelas dan konsisten. Batasan ini berfungsi sebagai panduan, memberikan rasa aman, dan melatih disiplin.

Mendukung minat dan bakat: Dorong remaja untuk mengeksplorasi minat dan bakat mereka. Dukungan ini tidak hanya meningkatkan kepercayaan diri, tetapi juga membantu mereka menemukan jati diri yang otentik.

“Adek kamu juga sibuk, kok bisa tuh? Punya waktu buat keluarga.”

“Skripsi jangan ditinggalin. Karier boleh melejit tapi pendidikan jangan ditinggalin.”

Dialog-di sini menggambarkan bahwa ada harapan agar anak memiliki tanggung jawab (menyelesaikan skripsi), juga kemandirian (mengelola waktu, punya mimpi, sekaligus menjaga hubungan keluarga).

Menciptakan Lingkungan yang Aman dan Penuh Kasih Sayang

Lingkungan keluarga yang penuh kasih sayang, dukungan, dan rasa aman adalah fondasi kuat bagi perkembangan mental yang sehat. Anak yang merasa dicintai dan diterima tanpa syarat akan memiliki harga diri yang tinggi dan ketahanan mental yang lebih baik.

Waktu berkualitas: Luangkan waktu khusus untuk berinteraksi dengan anak, seperti makan malam bersama atau melakukan kegiatan keluarga. Hal ini memperkuat ikatan emosional dan menunjukkan bahwa anak adalah prioritas.

Apresiasi dan dukungan: Beri apresiasi atas usaha dan pencapaian mereka, sekecil apa pun. Dukungan emosional yang konsisten akan membuat remaja merasa dihargai dan termotivasi.

“Keluarga adalah tempat paling aman untuk meluapkan perasaan.”

“Gue juga pengen jadi kayak lo, Ta. Mama bangga sama lo, Papa apalagi.”

Dialog-dan kutipan ini menekankan bahwa di dalam keluarga (atau lingkungan dekat) anak harus merasa aman untuk ekspresikan diri, merasa dicintai, dan mendapat dukungan. Lingkungan yang aman dan penuh kasih sayang memungkinkan anak merasa dihargai dan terbuka.

Keterlibatan dalam Pendidikan dan Dunia Anak

Keterlibatan orang tua dalam kehidupan akademik dan sosial anak juga memiliki dampak besar. Dengan terlibat dalam kegiatan sekolah dan pergaulan anak, orang tua dapat memberikan bimbingan, dukungan, dan membantu anak mengatasi tantangan yang mungkin muncul.

Memantau pergaulan: Meskipun menghormati privasi, orang tua perlu tetap memantau pergaulan anak untuk memastikan mereka berada di lingkungan yang positif dan terhindar dari pengaruh buruk.

Bekerja sama dengan sekolah: Jalin komunikasi yang baik dengan pihak sekolah dan guru. Kerja sama ini penting untuk memantau perkembangan anak secara holistik.

“Skripsi jangan ditinggalin. Karir boleh melejit tapi pendidikan jangan ditinggalin.”

“Lo harus buktiin omongan lo ke bokap lo, Ian.”

Dialog ini menggarisbawahi bahwa pendidikan itu penting, dan bahwa orang tua/keluarga terlibat dalam mendukung pendidikan anak dan dunia mereka (mimpi, aktivitas, jalannya sendiri). Keterlibatan bukan hanya mengawasi tapi juga mendampingi dan memberi ruang agar anak punya dunia sendiri.

4. SIMPULAN DAN SARAN

4.1 Simpulan

Penelaahan terhadap film "Perayaan Mati Rasa" menunjukkan bahwa film ini secara efektif menggambarkan kompleksitas interaksi orang tua-anak saat ini. Ekspektasi orang tua yang tidak selaras dengan kebutuhan emosional anak dapat menyebabkan hilangnya kepekaan emosional, seperti yang dialami oleh tokoh utama akibat tekanan keluarga dan masyarakat. Situasi ini sejalan dengan konsep keterikatan Bowlby dan gaya pengasuhan otoriter, yang menyebabkan anak-anak merasa terpisah, diperparah oleh pengaruh media, teman sebaya, dan globalisasi. Film ini juga mencerminkan runtuhnya struktur keluarga, di mana ekspektasi orang tua yang tinggi terhadap pendidikan, karier, dan kehidupan pribadi anak memicu jarak emosional dan penolakan, yang mencerminkan konflik antargenerasi dalam rumah tangga Indonesia akibat perbedaan antara nilai-nilai tradisional dan modern. Sikap negatif pada anak-anak, seperti ketidakpedulian, pemberontakan, atau pengabaian, muncul sebagai mekanisme pertahanan diri terhadap stres dan frustrasi, sementara kesenjangan dalam dialog memperparah keterasingan. Oleh karena itu, film ini memenuhi tujuan penelitiannya untuk mengungkap hambatan nyata dalam keluarga masa kini, seperti melemahnya ikatan emosional dan ketidakmampuan menjembatani perbedaan generasi. Film ini juga menyoroti bahwa keseimbangan keluarga membutuhkan empati, komunikasi, dan keselarasan nilai dari kedua belah pihak, sebagaimana digambarkan secara artistik dalam film. Hal ini menjadi pengingat bahwa rasa hormat dan pengabdian dalam budaya Indonesia saat ini sedang diuji oleh transformasi sosial, dan hubungan yang harmonis bukanlah sesuatu yang spontan melainkan harus dikembangkan secara sadar.

4.1 Saran

Dari refleksi film "Perayaan Mati Rasa" dan artikel terkait, beberapa pedoman dapat diterapkan untuk meningkatkan interaksi yang harmonis antara anak dan orang tua. Pertama, orang tua harus menerapkan pendekatan pengasuhan yang demokratis melalui dialog timbal balik, yang memberikan kesempatan kepada anak untuk mengungkapkan pandangan, impian, dan kekhawatiran mereka tanpa takut dihakimi. Hal ini memungkinkan rasa hormat anak berkembang dari kasih sayang yang mendalam dan ikatan emosional, sekaligus menyelaraskan nilai-nilai tradisional seperti pengabdian dan kepatuhan dengan kebutuhan anak-anak modern. Kedua, kaum muda dianjurkan untuk menumbuhkan empati dan apresiasi atas dedikasi orang tua, menunjukkan rasa hormat melalui komunikasi yang santun dan tindakan nyata dalam kehidupan sehari-hari, serta mengendalikan emosi agar tidak memberontak atau mengabaikan, dengan pemahaman bahwa orang tua telah berupaya membesarkan mereka dengan semangat syukur dan tanggung jawab etis. Ketiga, kontribusi sekolah, masyarakat, dan lembaga sosial sangat penting dalam mendukung keharmonisan keluarga melalui inisiatif pendidikan karakter yang menekankan pengabdian, empati, dan komunikasi yang sehat, seperti lokakarya pengasuhan anak, konseling keluarga, dan forum diskusi film sebagai sarana refleksi untuk memahami dampak gaya pengasuhan dan membangun ikatan yang kuat. Pada akhirnya, penting untuk

menyadari bahwa hubungan keluarga yang harmonis merupakan fondasi masyarakat yang stabil secara psikologis dan sosial; jika anak-anak bersikap positif dan orang tua memahami kebutuhan mereka, keseimbangan yang saling menguntungkan akan tercipta. Oleh karena itu, dedikasi bersama untuk menumbuhkan empati, transparansi, dan apresiasi akan mencegah keretakan ikatan keluarga, sebagaimana digambarkan dalam film, sehingga generasi muda tidak kehilangan kehangatan yang menjadi fondasi kehidupan. Film ini memberikan peringatan keras bahwa tanpa dialog dan pengelolaan emosi, risiko keterasingan meningkat, dan masyarakat berisiko kehilangan keseimbangan emosional.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S. H., & Salim, R. M. A. Parenting Style and Empathy in Children: The Mediating Role of Family Communication Patterns. *HUMANITAS: Indonesian Psychological*
- Azizah, Y., Tejaningsih, O., & Annisa, Rully. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perkembangan Psikososial Anak Usia PraSekolah di PAUD Desa Kalibuntu Kecamatan Losari, Kabupaten Brebes. *Jurnal Ilmu Kesehatan*
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. Basic Books.
- Cahyanti, A. (2020). *Peran Keluarga Dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja*. Kelurahan Yosorejo.
- Darnis Syefriani. (2018). *Parenting Anak*. Repository Syekh Nurjati.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company.
- Fahmi, M. N. (n.d.). *Peran Keluarga Dalam Pendidikan Anak*. Repository PTIQ.
- Hurlock, E. B. (2013). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Nabila, Faza. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Menikah Dini Dengan Perkembangan Anak Usia 1-5 Tahun. *IJMT : Indonesian Journal of Midwifery Today*, 3(1).
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development*. Kencana Prenada Media.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Erlangga.