Psyche 165 Journal
https://jpsy165.org/ojs
2024 Vol. 17 No. 1 Hal: 27-32 p-ISSN: 2088-5326, e-ISSN: 2502-8766

Empati sebagai Mediator Hubungan Komunikasi Keluarga dan *Distress* Psikologis pada *Mother-Daughter Relationship*

Salsabila[1]✉, Fivi Nurwianti[2]
[1,2]Universitas Indonesia
salsabila12@ui.ac.id

Abstract

Psychological distress is a common mental health problem experienced by adult daughters, especially when relationship problems with their mothers occur. Previous research suggests that family communication and empathy play an important role in influencing levels of psychological distress in adult daughters. This study aims to explore the important role of empathy as a crucial link in the dynamics involving family communication and psychological distress in adult daughters, especially in the context of their relationship with their mothers. A total of 202 individuals were involved in the research process. The relevant aspects were measured using the Family Communication Scale (FCS) to assess the level of communication satisfaction in the family, the Basic Empathy Scale (BES) to measure the level of empathy, and the Indonesian version of the General Health Questionnaire-12 (GHQ-12) to assess the symptoms of psychological distress of participants. Results from linear regression analyses indicated that family communication had a significant role in predicting psychological distress ($c = -0.5592$, $p < 0.000$). The main findings also found an indirect effect of the family communication variable on psychological distress through empathy as a mediator. It can be concluded that empathy plays an important role in mediating the relationship between family communication and the level of psychological distress experienced. This finding leads to the conclusion that the level of satisfaction with family communication, especially with the mother, can be the key to the development of empathy in adult daughters. Thus, individuals can acquire the necessary skills to manage daily stressors more effectively.

Keywords: adult daughter, mother-daughter relationship, family communication, empathy, psychological distress

Abstrak

Distress psikologis merupakan masalah kesehatan mental yang umum dialami oleh anak perempuan dewasa terutama ketika terjadi masalah terkait relasi dengan ibunya. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa komunikasi keluarga dan empati memiliki peran penting dalam memengaruhi tingkat distress psikologis pada anak perempuan dewasa. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran penting empati sebagai penghubung krusial dalam dinamika yang melibatkan komunikasi keluarga dan *distress* psikologis pada anak perempuan dewasa, terutama dalam konteks relasi mereka dengan ibu. Sebanyak 202 individu terlibat dalam proses penelitian ini. Pengukuran aspek-aspek yang relevan dilakukan dengan menggunakan Skala Komunikasi Keluarga (FCS) untuk menilai tingkat kepuasan komunikasi dalam keluarga, Skala Empati Dasar (BES) untuk mengukur tingkat empati, dan Kuesioner Kesehatan Umum-12 (GHQ-12) versi Indonesia untuk menilai gejala *distress* psikologis yang dirasakan oleh partisipan. Hasil dari analisis regresi linier mengindikasikan bahwa komunikasi keluarga memiliki peran yang signifikan dalam memprediksi tekanan psikologis ($c = -0.5592$, $p < 0.000$). Selain itu, temuan utama mendapati pengaruh tidak langsung dari variabel komunikasi keluarga pada *distress* psikologis melalui empati sebagai mediator. Dari analisis ini, dapat disimpulkan bahwa empati memainkan peran penting dalam memediasi hubungan antara komunikasi dalam keluarga dengan tingkat *distress* psikologis yang dialami. Temuan ini mendorong kesimpulan bahwa tingkat kepuasan terhadap komunikasi dalam keluarga terutama dengan ibu, dapat menjadi kunci bagi tingkat empati pada anak perempuan dewasa. Dengan demikian, individu dapat memperoleh keterampilan yang diperlukan untuk mengelola stresor sehari-hari dengan lebih efektif. Penelitian ini mendukung pengembangan intervensi komunikasi empatik pada konteks ibu dan anak perempuan dewasa untuk mengatasi tekanan psikologis yang dirasakan anak perempuan dewasa.

Kata kunci: anak perempuan dewasa, relasi ibu-anak perempuan dewasa, komunikasi keluarga, empati, distres psikologis

Psyche 165 Journal is licensed under a Creative Commons 4.0 International License.

1. Pendahuluan

Keluarga adalah bagian penting dari kehidupan setiap orang dan merupakan institusi sosial yang paling bertahan lama dan paling mendasar bagi manusia. Hubungan keluarga yang baik memengaruhi kualitas hidup sebagian besar orang, dan cara keluarga berfungsi juga memengaruhi fungsi masyarakat secara keseluruhan [1]. Hubungan keluarga yang berkualitas tinggi telah terbukti menjadi faktor pelindung bagi kesehatan mental dan mencegah timbulnya pengalaman yang merugikan seperti stres dan depresi [2]. Selain itu, hubungan keluarga yang lebih baik dikaitkan dengan berkurangnya tekanan psikologis, peningkatan kepuasan hidup, dan ketahanan yang lebih kuat [3]. Meskipun dampak yang lebih luas dari dinamika keluarga terhadap individu telah diakui secara luas, namun eksplorasi dinamika yang lebih spesifik dalam

Diterima: 19-12-2023 | Revisi: 03-02-2024 | Diterbitkan: 31-03-2024 | doi: 10.35134/jpsy165.v17i1.323

hubungan tertentu, seperti ikatan yang kompleks antara ibu dan anak perempuannya, memiliki sisi menarik dari interaksi keluarga yang layak untuk diteliti lebih dalam.

Wanita adalah pihak yang lebih banyak terlibat dalam hubungan keluarga dibandingkan dengan laki-laki [4]. Terdapat penelitian yang menjelaskan bahwa ikatan intergenerasional yang dimiliki ibu dan anak perempuan cukup kuat dan memengaruhi perkembangan anak Perempuan [5]. Selain itu, anak perempuan juga lebih banyak memberikan dukungan emosional kepada ibu dibandingkan anak laki-laki [6], [7]. Kedekatan antara ibu yang berusia lanjut dan anak mereka ditularkan lebih kuat kepada anak perempuan mereka yang sudah dewasa daripada anak laki-laki, hal ini kemudian mampu berkontribusi pada kualitas hubungan antara anak perempuan yang sudah dewasa dan ibu mereka [8]. Terdapat juga penelitian yang mendukung bahwa anak perempuan memberikan lebih banyak perawatan kepada ibu mereka yang lebih tua dibandingkan dengan anak laki-laki [9].

Hal ini dapat dikarenakan peran yang dibagi sepanjang hidup oleh ibu dan anak perempuan. Sepanjang kehidupan, Ibu dan anak perempuan secara terus menerus berbagai ekspektasi dan peran dalam keluarga sehingga membuat mereka memiliki ikatan yang lebih dari ikatan kepatuhan semasa kecil [10]. Pembagian peran serta ikatan emosional ini yang membuat hubungan ibu dengan anak perempuan dianggap sebagai salah satu ikatan yang paling konfliktif, namun saling mengikat, dalam kehidupan Wanita [11], [12]. Hal ini juga yang membuat kualitas hubungan dari ibu dan anak perempuan dapat memengaruhi kondisi psikologis pada anak perempuan dalam keluarga [13].

Beralih dari tinjauan yang lebih luas mengenai dinamika keluarga dan kompleksitas hubungan ibu dan anak perempuan, terdapat komponen-komponen penting yang juga diperlukan pada hubungan ibu dan anak perempuan yaitu komunikasi keluarga dan empati. Komunikasi keluarga sendiri adalah tindakan berbagi ide, berpartisipasi dalam pengambilan keputusan, dan mengekspresikan perasaan di antara anggota sebagai sebuah unit keluarga [14].

Komunikasi keluarga memainkan peran penting dalam tekanan psikologis. Komunikasi positif dikaitkan dengan tingkat tekanan yang lebih rendah, sementara komunikasi negatif dapat memperburuk kondisi psikologis [15]. Komunikasi keluarga yang positif, yang ditandai dengan kohesi dan fleksibilitas yang seimbang, secara konsisten dikaitkan dengan tekanan psikologis yang lebih rendah [16]. Komunikasi ibu-anak secara positif berdampak pada ketahanan diri perempuan dewasa muda dari waktu ke waktu, yang berkontribusi pada komponen pembuatan nilai dari ketangguhan [17].

Selain komunikasi keluarga, empati juga aspek yang cukup penting dalam dinamika ibu dan anak perempuan dewasa. Ibu dan anak perempuan dewasa yang mengembangkan empati bersama dapat membantu mengeksplorasi berbagai makna kontekstual dan emosional yang kompleks pada hubungan mereka sehingga berpotensi mengurangi tekanan psikologis [18].

Meskipun begitu, eksplorasi peran empati sebagai mediator antara komunikasi keluarga dan tekanan psikologis dalam hubungan ibu dan anak perempuannya yang sudah dewasa masih menjadi area yang belum banyak diteliti. Memahami bagaimana empati memengaruhi tekanan dalam konteks ini sangatlah penting untuk memberikan wawasan tentang nuansa ikatan kekeluargaan dan implikasi untuk intervensi yang bertujuan untuk mengurangi tekanan psikologis di antara anak perempuan dewasa muda. Oleh karena itu, penelitian ini ditujukan untuk mendalami hal tersebut. Peneliti berhipotesis bahwa empati berperan sebagai perantara antara komunikasi keluarga dan tekanan psikologis pada anak perempuan dewasa dengan usia dewasa awal (18-40 tahun) di Indonesia.

2. Metodologi Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara komunikasi keluarga dan *distress* psikologis dengan menganalisis peran empati sebagai mediator pada anak perempuan berusia dewasa awal. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif non-eksperimental yang menggunakan desain *cross-sectional* dimana pengukuran hanya akan dilakukan satu kali dalam periode waktu penelitian [19]. Pengambilan data dilakukan dengan teknik *convenience sampling.* Penelitian ini sudah terlebih dahulu disetujui seluruh prosedur pelaksanaannya oleh Komisi Etik Bidang Sosial Humaniora BRIN.

Partisipan yang berpartisipasi pada penelitian ini adalah perempuan dengan rentang usia 18-40 tahun yang memiliki ibu kandung yang masih hidup. Pengambilan data dilakukan secara daring. Terkumpul sejumlah 202 data partisipan yang digunakan dalam analisis. Partisipan diminta untuk menjawab pertanyaan demografis (usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, status pernikahan, dan status tinggal saat ini masih bersama ibu atau sudah tinggal terpisah). Kemudian, pengukuran dilakukan dengan pengisian alat ukur *Family Communication Scale* (FCS), *Basic Empathy Scale* (BES), dan *General Health Questionnaire*-12 (GHQ-12).

Komunikasi pada keluarga diukur menggunakan alat ukur *Family Communication Scale* (FCS). FCS merupakan pengembangan dari alat ukur *Parent-Adolescent Scale* yang kemudian diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dan disesuaikan kembali oleh peneliti kepada konteks ibu dan anak perempuan. *Family Communication Scale* memiliki nilai reliabilitas yang baik (Cronbach α=0,90) [20]. Alat ukur ini terdiri dari 10 aitem dengan rentang jawaban 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju). Semakin tinggi skor tes, maka

semakin tinggi tingkat kepuasan terhadap aspek komunikasi pada keluarga.

Kemudian, gejala *distress* psikologis diukur melalui alat ukur *General Health Questionnaire*-12 (GHQ-12) versi Bahasa Indonesia. Instrumen ini memiliki tingkat reliabilitas yang memuaskan (Cronbach α=0,89). Lebih lanjut, instrumen ini terdiri dari 12 aitem. Setiap aitem memiliki 4 pilihan respon jawaban yang berbeda-beda. Skoring jawaban dari setiap aitem menggunakan skala Likert 0 sampai dengan 3. Titik potong dari instrument ini adalah 0-12 (Rendah), 13-24 (sedang), dan 25-36 (tinggi). Peserta yang memiliki skor sama dengan atau lebih besar dari titik potong dapat dikatakan memiliki indikasi mengalami *distress* psikologis [21].

Sementara itu, variabel empati diukur menggunakan instrument *Basic Empathy Scale (BES)*. *Basic Empathy Scale* yang digunakan adalah instrumen yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia [22], [23]. Instrumen ini memiliki tingkat reliabilitas yang memuaskan (Cronbach α=0,87). Instrumen ini terdiri dari 17 aitem dengan rentang jawaban 1 (sangat tidak sesuai) hingga 6 (sangat sesuai). Semakin tinggi skor tes, maka semakin tinggi empati dari partisipan.

Terdapat tiga analisis yang digunakan yaitu analisis deskriptif, regresi, dan mediasi. Analisis mediasi dilakukan menggunakan Process Macro v4.2 model 4 (simple mediation) pada perangkat lunak SPSS versi 26 dari IBM. Kerangka mediasi yang diuji adalah variabel komunikasi keluarga sebagai variabel independen, variabel *distress* psikologis sebagai variabel dependen, dan variabel empati sebagai variabel mediator. Analisis dilakukan dengan *bootrstrap samples* 5000, *confidence interval* (CI) 95%.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Analisis Hasil

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan sebanyak 202 partisipan sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan dalam penelitian ini. Berdasarkan data deskriptif, terdapat 202 partisipan wanita dengan usia rata-rata partisipan 24 tahun (M=24,75, SD=3,34). Mayoritas dari partisipan memiliki latar belakang pendidikan terakhir S1 atau D4 dan sederajat (54,5%), belum menikah (75,7%), dan tinggal bersama dengan ibu kandung (79,2%). Gambaran skor variabel penelitian dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Gambaran Skor Variabel Penelitian

Variabel	Min.	Max.	M	SD
Empati (BES)	31	102	75.46	12,31
Komunikasi Keluarga (FCS)	14	50	41,77	6,45
Distress Psikologis (GHQ-12)	0	32	13,13	7,57

Variabel empati yang diukur menggunakan instrument BES menghasilkan skor total yang memiliki rentang antara 7-102. Skor rata-rata untuk BES adalah 75,46 (SD=12,31), sedangkan skor terendah adalah 31 dan skor tertinggi adalah 102. Kemudian, variabel komunikasi keluarga diukur menggunakan instrumen FCS yang menghasilkan satu skor total dengan rentang antara nilai 10-50. Skor rata-rata untuk FCS adalah 41,77 (SD=6,445) dengan skor terendah 31 dan skor tertinggi 102. Sementara itu, *distress* psikologis diukur menggunakan instrument GHQ-12 yang menghasilkan satu skor total dengan rentang antara 0-36. Skor rata-rata untuk GHQ-12 adalah 13,13 (SD=7,57), dengan skor terendah 0 dan skor tertinggi 32. Korelasi antar variabel dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Korelasi Antar Variabel

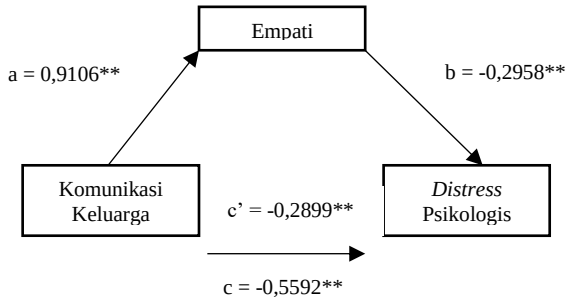
Variabel	1	2	3
Empati (BES)	-	-	-
Komunikasi Keluarga (FCS)	0,412	-	-
Distress Psikologis (GHQ-12)	-0,602	-0,437	-

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa seluruh variabel memiliki hubungan yang signifikan. Terdapat hubungan negatif signifikan antara variabel komunikasi keluarga dengan *distress* psikologis dan empati dengan *distress* psikologis. Hal ini menunjukkan ketika tingkat kepuasan komunikasi dalam keluarga meningkat maka tingkat *distress* psikologis akan menurun. Begitu pula ketika tingkat empati meningkat maka *distress* psikologis akan menurun. Terdapat pula korelasi positif signifikan antara variabel komunikasi keluarga dengan empati. Hal ini berarti ketika tingkat kepuasan akan komunikasi dalam keluarga meningkat, maka tingkat empati juga akan meningkat. Hasil analisis mediasi dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Mediasi

Jalur Proses Mediasi	B	SE	95% CI, LLCI, ULCI
Jalur A = Komunikasi Keluarga ke Empati	0,9106	0,1187	0,6766 ; 1,1446
Jalur B = Empati ke Distres Psikologis	-0,2958	0,0382	-0,3712 ; -0,2204
Jalur C' = Komunikasi Keluarga ke Distres Psikologis (langsung)	-0,2899	-0,0730	-0,4339 ; -0,1459
Jalur C = Komunikasi Keluarga ke *Distress* Psikologis (tidak langsung)	-0,5592	0,0730	-0,7032 ; -0,4152

Model dinamika mediasi empati pada hubungan komunikasi keluarga dengan *distress* psikologis digambarkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Model Mediasi

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh efek tidak langsung (*indirect effect*) dari variabel komunikasi keluarga yang memengaruhi *distress* psikologis melalui empati sebagai variabel mediator. Hasil analisis regresi linear menunjukkan komunikasi keluarga sebagai variabel yang signifikan untuk memprediksi empati sebagai mediator (F(1, 200) = 58,8671, p<0,05). Hubungan komunikasi keluarga dan empati menunjukkan arah yang positif (*a* = 0,9106, *p < 0,000).* Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi kepuasan akan komunikasi dalam keluarga semakin tinggi pula tingkat empati dari partisipan. Sebanyak 22,7% varians skor empati dapat dijelaskan oleh komunikasi keluarga (R_2= 0,227).

Empati sebagai variabel mediator juga dapat memprediksi secara signifikan memengaruhi *distress* psikologis sebagai variabel dependen (F(2, 199) = 67,8753, p<0,05). Hubungan empati dengan *distress* psikologis menunjukkan arah yang negatif (*b* = -0,2958, *p* < 0,000). Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat empati individu maka akan semakin rendah tingkat *distress* psikologis yang dirasakan. Sebanyak 40,5% varians skor *distress* psikologis dapat dijelaskan oleh empati (R_2= 0,405).

Penelitian ini juga menghasilkan efek langsung (*direct effect*), yaitu adanya pengaruh komunikasi keluarga terhadap *distress* psikologis. Analisis regresi linear menunjukkan komunikasi keluarga sebagai variabel independent signifikan dalam memprediksi *distress* psikologis individu sebagai variabel dependen (F(1, 200) = 58,6622, p < 0,05). Nilai koefisien regresi menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara komunikasi keluarga dengan *distress* psikologis (*c* = -0,5592, *p* < 0,000). Hal ini menandakan semakin tinggi kepuasan akan komunikasi pada keluarga, maka semakin rendah *distress* psikologis yang dirasakan individu. Sebanyak 22,6% varians skor *distress* psikologis dapat dijelaskan oleh komunikasi keluarga (R_2= 0,226).

Koefisien efek langsung (*direct effect* = c) pada penelitian ini lebih besar dari koefisien total efek tidak langsung (*total indirect effect* = c'), yaitu c = -0,5592 > -0,2958. Hal ini menunjukkan bahwa empati memiliki efek mediasi sebagian (partial mediator) dalam hubungan pengaruh komunikasi keluarga terhadap *distress* psikologis. Hubungan komunikasi keluarga dengan *distress* psikologis dapat terjadi secara langsung (*direct effect*) maupun tidak langsung (*indirect effect*) melalui peran empati.

Bootstrapping confidence interval (CI) pada efek tidak langsung (*indirect effect*) antara komunikasi keluarga dan *distress* psikologis digunakan untuk melihat efek mediasi pada variabel empati terhadap hubungan kedua variabel tersebut. Ditemukan hasil yang signifikan (*a*b* = -0,2693, 95% CI [-0,4339, -0,1459]) dengan *effect size* sebesar -0,2294. Maka dapat disimpulkan bahwa empati merupakan mediator yang signifikan dalam memediasi hubungan antara komunikasi keluarga dengan *distress* psikologis. Semakin tinggi tingkat kepuasan komunikasi dalam keluarga, semakin tinggi tingkat empati individu, sehingga *distress* psikologis semakin berkurang.

3.2 Pembahasan

Secara umum, temuan pada penelitian ini cukup sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya dimana komunikasi keluarga dapat memengaruhi kondisi *distress* psikologis. Ketika komunikasi keluarga semakin positif, maka *distress* psikologis akan semakin rendah [15], [16]. Pada penelitian pada anak-anak dan remaja, ditemukan bahwa komunikasi keluarga yang buruk dapat menyebabkan risiko masalah perilaku yang semakin tinggi [24], [25]. Bidang keilmuan psikologi perkembangan banyak mendokumentasikan pentingnya kualitas hubungan termasuk komunikasi keluarga terhadap perkembangan anak-anak atau remaja dalam keluarga, meskipun begitu, wawasan terkait hubungan antara kualitas hubungan dan kesejahteraan pada konteks yang lebih luas seperti pada orang dewasa masih sulit diketahui [2], [26], [27]. Pada ibu dan anak perempuan sendiri, ditemukan bahwa komunikasi antara ibu dan anak yang positif akan memengaruhi resiliensi anak perempuan ketika dewasa. Hal ini memungkinkan anak perempuan dewasa semakin resilien akan masalah kesehatan mental [17].

Adanya peran empati sebagai mediator dari hubungan komunikasi keluarga dengan tekanan psikologis juga sejalan dengan beberapa penelitian. Keluarga, sebagai sistem utama dalam kehidupan seorang anak, memilki pengaruh yang krusial dalam perkembangan empati, salah satunya melalui komunikasi keluarga [28]. Keluarga yang banyak mengekspresikan emosinya salah satunya dengan komunikasi akan memfasilitasi proses internalisasi moral pada anak. Sehingga, keluarga dengan ekspresivitas dan komunikasi yang tinggi akan memungkinkan munculnya tingkat empati yang lebih tinggi [29]. Selain itu, pada budaya kolektivis seperti Indonesia, sikap menghormati menghormati orang tua dan membentuk ikatan emosional dengan anggota keluarga lainnya melalui empati dipandang sebagai hal yang sangat penting. Hal ini kemudian akan berdampak sepanjang kehidupan dari seseorang [30].

Selain itu, dalam konteks model mediasi, teori dukungan sosial (*social support theory*) dapat memberikan wawasan penting tentang dinamika yang mendasarinya. Dukungan sosial mengacu pada bantuan atau dukungan yang diberikan kepada individu oleh anggota jaringan sosial, salah satunya keluarga atau pada konteks ini adalah ibu [31]. Lebih lanjut, teori dukungan sosial juga menekankan bahwa dukungan yang dirasakan seseorang memiliki arti penting yang mewakili perasaan subjektif seseorang untuk mendapat dukungan terlepas dari bantuan nyata yang diterima. Anggota keluarga, terutama ibu, sering kali dianggap sebagai sumber utama dari dukungan yang amat penting ini.

Komunikasi keluarga yang terbuka dan suportif dapat dianggap sebagai sumber dukungan sosial yang penting, yang menumbuhkan rasa kekeluargaan, rasa percaya, dan validasi emosional. Lingkungan yang positif ini dapat berkontribusi pada berkembangnya empati pada anak perempuan, sehingga mereka lebih memahami dan berbagi emosi dengan orang lain, termasuk emosi mereka sendiri. Empati yang lebih tinggi, pada akhirnya, dapat memfasilitasi anak perempuan dengan keterampilan regulasi emosi dan mekanisme koping, sehingga memungkinkan mereka untuk mengelola stres dan tekanan dengan lebih efektif, yang akhirnya dapat mengurangi tekanan psikologis [32].

Meskipun penelitian telah membuktikan adanya hubungan antara empati dan kesehatan mental, terdapat penelitian yang dilakukan oleh pada orang-orang berprofesi perawat dan pada anak-anak dengan kerentanan tertentu menunjukkan bahwa empati yang tinggi dapat meningkatkan tekanan psikologis dalam kondisi tertentu [33], [34]. Khususnya, penelitian-penelitian tersebut berbeda dengan penelitian ini karena berfokus pada populasi dan konteks yang berbeda (misalnya, stres kerja pada perawat dengan hubungan ibu-anak). Selain itu, penelitian kami menghindari potensi keterbatasan dengan berfokus pada anak perempuan tanpa adanya persyaratan pekerjaan khusus seperti empati yang tinggi atau pengalaman pengasuhan yang maladaptif pada masa kanak-kanak. Hal ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi peran spesifik komunikasi keluarga dalam menumbuhkan empati dan mengurangi tekanan psikologis dalam konteks yang lebih terkendali dan dapat digeneralisasi.

Pemilihan partisipan dengan kriteria khusus meningkatkan pemahaman kami tentang hubungan ibu dan anak perempuan dalam populasi ini, sehingga mengisi kesenjangan penelitian yang signifikan di Indonesia. Namun, penelitian ini tidak mempertimbangkan faktor stres tambahan seperti perbedaan sosioekonomi, kesenjangan usia dengan ibu, atau dinamika keluarga seperti status pernikahan atau penyakit kronis, yang berpotensi berkontribusi pada gambaran yang beragam dan tidak spesifik tentang tekanan yang dialami partisipan. Selain itu, pengukuran yang dilaporkan secara mandiri juga berpotensi menimbulkan bias [35]. Terlepas dari keterbatasan ini, penelitian ini menawarkan wawasan yang berharga ke dalam model mediasi dan membuka jalan bagi penelitian di masa depan untuk mengeksplorasi faktor-faktor tambahan ini secara lebih mendalam.

4. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran empati sebagai mediator dalam hubungan antara komunikasi keluarga dan *distress* psikologis dari anak perempuan dewasa terkait relasi dengan ibu. Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa empati adalah perantara dalam hubungan komunikasi keluarga dan *distress* psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa kepuasan akan komunikasi dalam keluarga akan membantu perkembangan tingkat empati pada anak perempuan dewasa sehingga ia mampu untuk mengelola tekanan psikologis dengan lebih efektif. Penelitian ini mendukung pengembangan intervensi komunikasi empatik pada konteks ibu dan anak perempuan dewasa untuk mengatasi tekanan psikologis yang dirasakan anak perempuan dewasa.

Daftar Rujukan

[1] Zhu, B. (2023). Study on the Influence of Family Relationship on Depression Tendency of College Students and Its Educational Guidance. *Advances in Educational Technology and Psychology*, *7*(3). Https://doi.org/10.23977/aetp.2023.070318.

[2] Block, V. J., Haller, E., Villanueva, J., Meyer, A., Benoy, C., Walter, M., Lang, U. E., & Gloster, A. T. (2022). Meaningful Relationships in Community and Clinical Samples: Their Importance for Mental Health. *Frontiers in Psychology*, *13*. Https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.832520.

[3] Grevenstein, D., Bluemke, M., Schweitzer, J., & Aguilar-Raab, C. (2019). Better Family Relationships—Higher Well-Being: The Connection between Relationship Quality and Health Related Resources. *Mental Health & Prevention*, *14*. Https://doi.org/10.1016/j.mph.2019.200160.

[4] Fingerman, K. L., Huo, M., & Birditt, K. S. (2020). Mothers, Fathers, Daughters, and Sons: Gender Differences in Adults' Intergenerational Ties. *Journal of Family Issues*, *41*(9), 1597–1625. Https://doi.org/10.1177/0192513x19894369.

[5] Dias, A. C., Santos, I. N., Ruela, G. de, & Gurgel, A. do. (2022). Intergenerational Similarities and Differences between Rural Working Mothers and Daughters: Socio-Demographic and Reproductive Characteristics. *Escola Anna Nery*, *26*. Https://doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2021-0334en.

[6] Suitor, J. J., Gilligan, M., Kincaid, R., Hou, Y., Stepniak, C., & Peng, S. (2021). How Widowhood and Gender Shape the Impact of Maternal Favoritism on Adult Children's Psychological Well-Being. *The Journals of Gerontology: Series B*, *77*(1), 224–236. Https://doi.org/10.1093/geronb/gbab120.

[7] Suitor, J. J., Gilligan, M., Rurka, M., & Hou, Y. (2019). Roles of Egos' and Siblings' Perceptions of Maternal Favoritism in Adult Children's Depressive Symptoms: A Within-Family Network Approach. *Network Science*, *8*(2), 271–289. Https://doi.org/10.1017/nws.2019.31.

[8] Hou, Y., Suitor, J. J., & Gilligan, M. (2022). Intergenerational Transmission of Relationship Quality in Later-Life Families. *Journal of Marriage and Family*, *85*(2), 539–555. Https://doi.org/10.1111/jomf.12884.

[9] Frase, R., Suitor, J. J., Gilligan, M., Kincaid, R., & Stepniak, C. (2022). The Power of Daughters: The Role of Sibship Gender

[10] Composition In Mother-Adult Child Relations. *Innovation in Aging*, *6*(Supplement_1), 630–630. Https://doi.org/10.1093/geroni/igac059.2338.

[11] Alford, A. M., & Harrigan, M. M. (2019). Role Expectations and Role Evaluations in Daughtering: Constructing the Good Daughter. *Journal of Family Communication*, *19*(4), 348–361. Https://doi.org/10.1080/15267431.2019.1643352.

[12] Barnes, A. T., Young, M. D., Murtagh, E. M., Collins, C. E., Plotnikoff, R. C., & Morgan, P. J. (2018). Effectiveness of Mother and Daughter Interventions Targeting Physical Activity, Fitness, Nutrition and Adiposity: A Systematic Review. *Preventive Medicine*, *111*, 55–66. Https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2017.12.033.

[13] DelPrete, D. L., & DiFelice Box, C. (2020). Navigating Mother-Adolescent Daughter (Dis)Harmonious Interactions. *Language Research in Multilingual Settings*, 125–155. Https://doi.org/10.1007/978-3-030-34671-3_6.

[14] Troshikhina, E., & Danilova, M. (2023). Mother and Adult Daughter: The Connection Between Their Psychological Well-Being and the Mother's Parental Attitudes. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, *13*(2), 199–213. Https://doi.org/10.21638/spbu16.2023.205.

[15] Staniewski, M. W., Awruk, K., & Leonardi, G. (2023). Entrepreneur's Family Communication Questionnaire — Psychometric Properties of the Tool. *Technological Forecasting and Social Change*, *190*, 122418. Https://doi.org/10.1016/j.techfore.2023.122418.

[16] Geçer, E., & Yıldırım, M. (2021). Family Communication and Psychological Distress in the Era of COVID-19 Pandemic: Mediating Role of Coping. *Journal of Family Issues*, *44*(1), 203–219. Https://doi.org/10.1177/0192513x211044489.

[17] Tramonti, F., Petrozzi, A., Burgalassi, A., Milanfranchi, A., Socci, C., Belviso, C., Mainardi, C., Albanesi, G., & Guglielmi, P. (2019). Family Functioning and Psychological Distress in a Sample of Mental Health Outpatients: Implications for Routine Examination and Screening. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, *26*(3), 1042–1047. Https://doi.org/10.1111/jep.13253.

[18] Horstman, H. K. (2018). Young Adult Women's Narrative Resilience in Relation to Mother-Daughter Communicated Narrative Sense-Making and Well-Being. *Journal of Social and Personal Relationships*, *36*(4), 1146–1167. Https://doi.org/10.1177/0265407518756543.

[19] Chen-Bouck, L., Patterson, M. M., Qiao, B., & Peng, A. (2021). Evaluation of the Effectiveness of an Empathy Training on Empathy Skills, Life Satisfaction, and Relationship Quality for Chinese Adolescents and Their Mothers: A Mixed Methods Study. *Journal of Adolescent Research*, *38*(4), 591–631. Https://doi.org/10.1177/07435584211064209.

[20] Wang, X., & Cheng, Z. (2020). Cross-Sectional Studies. *Chest*, *158*(1). Https://doi.org/10.1016/j.chest.2020.03.012.

[21] DeWall, D. A. B. (n.d.). *Family Relationships and College Adjustment of First-Generation College Students.* Https://doi.org/10.31274/rtd-180813-11370.

[22] Anjara, S. G., Bonetto, C., Van Bortel, T., & Brayne, C. (2020). Using The GHQ-12 to Screen for Mental Health Problems Among Primary Care Patients: Psychometrics and Practical Considerations. *International journal of mental health systems*, *14*, 62. Https://doi.org/10.1186/s13033-020-00397-0.

[23] Nair, T. K., Waslin, S. M., Rodrigues, G. A., Datta, S., Moore, M. T., & Brumariu, L. E. (2024). A Meta-Analytic Review of the Relations Between Anxiety and Empathy. *Journal of Anxiety Disorders*, *101*, 102795. Https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2023.102795.

[24] Diswantika, N., Suherman, U., Rusmana, N., Suryana, D., Qurbi, A., & Noor, A. M. (2023). *Analyzing the Construct Validity of the Indonesian Basic Empathy Scale Using the Rasch Model*. Https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-3364544/v1.

[25] Lee, Y.-T., Huang, Y.-H., Tsai, F.-J., Liu, H.-C., Sun, F.-J., Tsai, Y.-J., & Liu, S.-I. (2021). Prevalence and Psychosocial Risk Factors Associated with Current Cigarette Smoking and Hazardous Alcohol Drinking Among Adolescents in Taiwan. *Journal of the Formosan Medical Association*, *120*(1), 265–274. Https://doi.org/10.1016/j.jfma.2020.05.003.

[26] Schneider, L. A., King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2017). Family Factors in Adolescent Problematic Internet Gaming: A Systematic Review. *Journal of Behavioral Addictions*, *6*(3), 321–333. Https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.035.

[27] Delgado, E., Serna, C., Martínez, I., & Cruise, E. (2022). Parental Attachment and Peer Relationships in Adolescence: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(3), 1064. Https://doi.org/10.3390/ijerph19031064.

[28] Wang, T., Zhang, Y., Wang, J., Miao, H., & Guo, C. (2023). Career Decision Self-Efficacy Mediates Social Support and Career Adaptability and Stage Differences. *Journal of Career Assessment*. Https://doi.org/10.1177/10690727231189466.

[29] Abdullah, S. H., & Salim, R. M. A. (2020). Parenting Style and Empathy in Children: The Mediating Role of Family Communication Patterns. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, *17*(1), 34. Https://doi.org/10.26555/humanitas.v17i1.13126.

[30] Stone, S. A. (2015). *A Path to Empathy: Child and Family Communication*. [Doctoral dissertation, Brigham Young University]. Brigham Young University ScholarsArchive. https://scholarsarchive.byu.edu/etd/5650

[31] Lindsey, E. (2018). Cultural Values and Coparenting Quality in Families of Mexican Origin. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *49*(10), 1523–1538. Https://doi.org/10.1177/0022022118803182.

[32] Marzbani, B., Ayubi, E., Barati, M., & Sahrai, P. (2023). *The Relationship between Social Support and Dimensions of Elder Maltreatment: A Systematic Review and Meta-Analysis.* Https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-2911103/v1.

[33] Yichen, M., & Chuntian, L. (2024). Is Lifestyle a Bridge Between Perceived Social Support and Depression in Chinese University Students? *Children and Youth Services Review*, *156*, 107283. Https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.107283.

[34] Holik, D., Majnarić-Trtica, L., Javorček, H., Bajun, A., Rudan, S., Popić, B., & Milostić-Srb, A. (2022). The Level of Empathy and Psychological Distress in Nurses and Health Technicians. *Collegium Antropologicum*, *46*(1), 29–35. Https://doi.org/10.5671/ca.46.1.5.

[35] Cui, D., Liu, L., & Li, Y. (2022). Association between Children's Empathy and Depression: The Moderating Role Of Social Preference. *Child Psychiatry & Human Development*, *54*(3), 857–869. Https://doi.org/10.1007/s10578-021-01312-5.