



Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Kristen Permisif Terhadap Kesehatan Mental Anak Generasi Alpha

Widhi Arief Nugroho

Sekolah Tinggi Teologi Tawangmangu

Email: jeremyarif18@gmail.com

INFO ARTIKEL

Sejarah artikel:

Dikirim: 1 April 2026

Direvisi: 15 Mei 2026

Diterima: 20 Mei 2026

Terbit: 31 Mei 2026

Kata kunci:

Generasi Alpha,
Kesehatan Mental,
Pola Asuh Permisif
Kristen, Regulasi
Emosi, Teologi
Pengasuhan.

ABSTRAK

Pola asuh permisif dalam keluarga Kristen modern sering kali menyalahartikan konsep kasih karunia (*grace*) sebagai kebebasan tanpa batas, yang berisiko memicu krisis kesehatan mental bagi Generasi Alpha selaku digital native. Penelitian kualitatif deskriptif ini bertujuan untuk mengeksplorasi motivasi teologis orang tua Kristen di balik penerapan pola asuh permisif serta menganalisis manifestasi dampaknya terhadap kesehatan mental anak Generasi Alpha. Melalui teknik purposive sampling, data dihimpun dari 15 keluarga Kristen urban yang memiliki anak usia sekolah (8-15 tahun) menggunakan metode wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Analisis data menerapkan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, yang diuji keabsahannya melalui triangulasi. Hasil penelitian mengungkap adanya distorsi teologis akut, di mana orang tua memisahkan aspek kasih dari pendisiplinan alkitabiah, serta menggunakan gawai sebagai penenang elektronik (*gadget as a pacifier*) untuk menghindari konflik. Dampaknya pada kesehatan mental anak menunjukkan ketiadaan kapasitas regulasi emosi, tingginya egosentrisme, dan rendahnya ketahanan mental (*resilience*). Anak-anak menjadi rentan mengalami gangguan kecemasan dan frustrasi ekstrem saat menghadapi tekanan di luar rumah karena tidak terbiasa dengan penundaan kepuasan (*delayed gratification*). Implikasi penelitian ini menegaskan perlunya reformasi pola asuh Kristen menuju model otoritatif yang mengintegrasikan secara seimbang antara *grace* (kasih karunia) dan *truth* (kebenaran) demi memulihkan kesehatan mental generasi digital.

Keywords:

Emotional Regulation,
Generation Alpha,
Mental Health,
Permissive Christian
Parenting, Theology of
Parenting.

ABSTRACT

Permissive parenting in modern Christian families often misinterprets the concept of grace as boundless freedom, which risks triggering a mental health crisis for Generation Alpha as digital natives. This descriptive qualitative study aims to explore the theological motivations of Christian parents behind permissive parenting and analyze its manifest impact on the mental health of Generation Alpha children. Using purposive sampling, data were gathered from 15 urban Christian families with school-aged children (8-15 years old) through in-depth interviews, observation, and documentation. Data analysis applied the interactive model of Miles and Huberman – comprising data reduction, data display, and conclusion drawing – validated through triangulation. The results reveal an acute theological distortion where parents separate love from biblical discipline and use screens as electronic pacifiers to

avoid conflict. The impact on children's mental health shows a lack of emotional regulation capacity, high egocentrism, and low resilience. Children become highly vulnerable to anxiety disorders and extreme frustration when facing external pressures due to being unaccustomed to delayed gratification. The implications of this study emphasize the urgent need for a reformation of Christian parenting toward an authoritative model that balancedly integrates grace and truth to restore the mental health of the digital generation.

PENDAHULUAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Pendekatan ini dipilih untuk mengeksplorasi secara mendalam, alami, dan kontekstual mengenai bagaimana pola asuh permisif diterapkan dalam keluarga Kristen urban, serta bagaimana dampaknya terhadap dinamika kesehatan mental anak Generasi Alpha. Penelitian dilakukan untuk mengungkap makna, motif teologis, dan realitas pengasuhan digital di lapangan tanpa melakukan intervensi statistik.

Informan penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling untuk mendapatkan data yang kaya dan spesifik. Subjek utama terdiri dari 15 keluarga Kristen urban yang memiliki anak Generasi Alpha (berusia 8–15 tahun). Kriteria pemilihan informan berfokus pada orang tua Kristen yang secara konsisten menunjukkan karakteristik pola asuh permisif—seperti melonggarkan aturan rumah tangga, meminimalkan hukuman, dan memberikan kebebasan gawai yang tinggi—serta anak-anak mereka yang terindikasi mengalami gejala kerapuhan emosional.

Pengumpulan data primer dilakukan melalui dua teknik utama, yaitu wawancara mendalam (in-depth interview) dan observasi partisipatif pasif. Wawancara semi-terstruktur dilakukan kepada orang tua untuk menggali pemahaman mereka mengenai konsep kasih karunia (grace) versus pendisiplinan alkitabiah. Wawancara terpisah juga dilakukan kepada anak untuk memahami persepsi mereka terhadap kebebasan yang diberikan, kapasitas regulasi emosi, serta tingkat kecemasan yang mereka rasakan saat menghadapi tekanan di luar rumah.

Analisis data menerapkan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi tiga tahapan linier: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Peneliti memilah data wawancara yang relevan, mengategorisasikannya ke dalam tema-tema spesifik (seperti distorsi teologis, pengawasan gawai, dan egosentrisme), lalu menyajikannya dalam bentuk narasi deskriptif. Keabsahan data diuji melalui teknik triangulasi sumber dan triangulasi metode guna menjamin objektivitas dan validitas temuan penelitian.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif.

Pendekatan ini dipilih untuk mengeksplorasi secara mendalam, alami, dan kontekstual mengenai bagaimana pola asuh permisif diterapkan dalam keluarga Kristen urban, serta bagaimana dampaknya terhadap dinamika kesehatan mental anak Generasi Alpha. Penelitian dilakukan untuk mengungkap makna, motif teologis, dan realitas pengasuhan digital di lapangan tanpa melakukan intervensi statistik.

Informan penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling untuk mendapatkan data yang kaya dan spesifik. Subjek utama terdiri dari 15 keluarga Kristen urban yang memiliki anak Generasi Alpha (berusia 8–15 tahun). Kriteria pemilihan informan berfokus pada orang tua Kristen yang secara konsisten menunjukkan karakteristik pola asuh permisif—seperti melonggarkan aturan rumah tangga, meminimalkan hukuman, dan memberikan kebebasan gawai yang tinggi—serta anak-anak mereka yang terindikasi mengalami gejala kerapuhan emosional.

Pengumpulan data primer dilakukan melalui dua teknik utama, yaitu wawancara mendalam (in-depth interview) dan observasi partisipatif pasif. Wawancara semi-terstruktur dilakukan kepada orang tua untuk menggali pemahaman mereka mengenai konsep kasih karunia (grace) versus pendisiplinan alkitabiah. Wawancara terpisah juga dilakukan kepada anak untuk memahami persepsi mereka terhadap kebebasan yang diberikan, kapasitas regulasi emosi, serta tingkat kecemasan yang mereka rasakan saat menghadapi tekanan di luar rumah.

Analisis data menerapkan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi tiga tahapan linier: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Peneliti memilah data wawancara yang relevan, mengategorisasikannya ke dalam tema-tema spesifik (seperti distorsi teologis, pengawasan gawai, dan egosentrisme), lalu menyajikannya dalam bentuk narasi deskriptif. Keabsahan data diuji melalui teknik triangulasi sumber dan triangulasi metode guna menjamin objektivitas dan validitas temuan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis terhadap fenomena pengasuhan dalam artikel ini dibangun di atas dua pilar teoretis utama, yaitu teori pola asuh Baumrind dan perspektif teologi pengasuhan Kristen mengenai keseimbangan hukum dan kasih. Pola asuh permisif (permissive parenting style), sebagaimana dirumuskan dalam teori psikologi perkembangan Diana Baumrind, dicirikan oleh tingkat kehangatan (responsiveness) yang sangat tinggi namun dikombinasikan dengan tingkat tuntutan atau kendali (demandingness) yang sangat rendah. Dalam model ini, orang tua berperan lebih sebagai teman ketimbang figur otoritas; mereka cenderung menghindari konfrontasi, meminimalkan aturan, tidak menuntut perilaku matang dari anak, dan membiarkan anak mengatur diri mereka sendiri secara mandiri sebelum waktunya. Dalam perkembangannya, ketika pola asuh ini diterapkan pada Generasi Alpha—generasi yang lahir seluruhnya di abad ke-21 (2010–2025) dengan ketergantungan mutlak pada ekosistem digital—rendahnya kendali tersebut mewujudkan dalam longgarnya pengawasan teknologi.

Akibatnya, anak kehilangan kesempatan untuk mempelajari delayed gratification (penundaan kepuasan) dan regulasi emosi, yang menjadi fondasi utama ketahanan kesehatan mental (mental resilience).

Secara teologis, pola asuh permisif ini mengalami benturan dengan konsep teologi praktis pastoral mengenai keluarga. Iman Kristen memandang keluarga sebagai institusi pertama tempat transfer nilai iman dan karakter ilahi terjadi. Pengasuhan yang alkitabiah tidak pernah menegakkan kasih dengan mengorbankan ketertiban.¹ Konstruksi teologis pengasuhan berakar pada keteladanan sifat Allah yang memiliki keseimbangan sempurna antara Grace (kasih karunia/penerimaan) dan Truth (kebenaran/pendisiplinan). Kasih karunia tanpa kebenaran melahirkan legalisme moral yang longgar (antinomianisme domestik), sedangkan kebenaran tanpa kasih karunia melahirkan otoritarianisme yang legalistik. Pola asuh permisif Kristen merupakan bentuk distorsi di mana orang tua memutus elemen kebenaran dan pendisiplinan (chastisement) demi kenyamanan emosional sesaat, yang pada gilirannya mencabut perlindungan psikologis dan spiritual dari jiwa anak.

Kontradiksi Teologis: Kasih Tanpa Kedisiplinan

Menelaah fenomena pola asuh permisif dalam keluarga Kristen modern memunculkan sebuah kontradiksi yang mendasar antara pemahaman teologis dan praktik pengasuhan sehari-hari. Berdasarkan data lapangan, mayoritas orang tua Kristen yang menerapkan pola asuh ini berdalih bahwa kebebasan yang mereka berikan merupakan cerminan dari kasih tanpa syarat (unconditional love). Mereka mengidentifikasi pemberian ruang tanpa batas sebagai bentuk anugerah (grace) yang meniru kasih Allah kepada manusia. Namun, jika dibedah secara teologis, pemikiran ini merupakan sebuah distorsi yang keliru.

Menurut Situmorang, kasih dalam iman Kristen tidak pernah bisa dipisahkan dari kedisiplinan, ketertiban, dan kebenaran.² Mengasihi anak bukan berarti membiarkan mereka berjalan tanpa arah atau menuruti setiap keinginan mereka tanpa filter moral. Ketika orang tua menyerahkan kontrol sepenuhnya kepada anak demi menghindari konflik atau agar dianggap sebagai "orang tua yang asyik", mereka sebenarnya sedang mengabaikan amanat alkitabiah. Pranoto dan Wijaya dalam studinya mengenai teologi pengasuhan mengingatkan kembali pentingnya mandat untuk "mendidik orang muda menurut jalan yang patut baginya".³ Kata "mendidik" di sini mengandung unsur bimbingan aktif, koreksi, dan batasan yang tegas, bukan pembiaran yang pasif.

Dampak dari pengaburan batasan ini membuat anak-anak Generasi Alpha tumbuh tanpa kompas moral yang kokoh di dalam rumah mereka sendiri. Simanjuntak menegaskan bahwa struktur aturan yang jelas di dalam keluarga Kristen bukanlah instrumen untuk

¹ R Triposa, D Upe, and S Sarah, "Analisis Teologis-Psikologis Terhadap Pola Asuh Permisif Orang Tua Kristen Di Era Disrupsi Digital," *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani* 5, no. 2 (2021): 115–28.

² J Situmorang, "Menyeimbangkan Kasih Karunia Dan Keadilan Dalam Pendidikan Anak Secara Kristiani," *Jurnal Pendidikan Kristen* 3, no. 2 (2021): 67–80.

³ S Pranoto and M Wijaya, "Reinterpretasi Amsal 22:6 Dalam Konteks Pengasuhan Anak Generasi Alpha," *Jurnal Teologi Praktis* 11, no. 2 (2023): 76–88.

mengekang kebebasan anak, melainkan sebuah fondasi psikologis yang memberikan rasa aman.⁴ Ketika anak tahu apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan, serta memahami konsekuensi dari tindakan mereka, mereka justru merasa dilindungi.

Sebaliknya, ketiadaan aturan yang konsisten dalam pola asuh permisif membuat anak berada dalam kondisi ketidakpastian yang konstan. Mereka harus menentukan batasan mereka sendiri di usia yang belum matang, yang pada akhirnya memicu kebingungan eksistensial. Kehilangan arah spiritual dan moral di dalam rumah inilah yang diidentifikasi sebagai akar awal munculnya kecemasan emosional kronis pada anak. Orang tua yang bermaksud memberikan "kasih" justru secara tidak sengaja menanam benih ketidakamanan emosional dalam jiwa anak mereka.

Kerapuhan Mental Generasi Alpha yang "Digital Native"

Generasi Alpha lahir di era di mana teknologi digital bukan lagi alat bantu, melainkan ekosistem utama tempat mereka bertumbuh. Karakteristik utama dari generasi ini adalah keterbiasaan mereka terhadap stimulasi visual yang cepat dan kepuasan instan (instant gratification).⁵ Segala sesuatu dalam dunia digital mereka dapat diakses hanya dengan satu ketukan jari. Ketika karakteristik bawaan generasi digital ini bertemu dengan pola asuh permisif orang tua yang selalu menuruti keinginan anak tanpa adanya regulasi, benturan psikologis yang dihasilkan menjadi sangat berlapis dan merusak kesehatan mental anak.

Anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan permisif terbiasa hidup dalam "gelembung" di mana ego mereka menjadi pusat dari segalanya. Sutoyo dan Gunawan (2022) menemukan bahwa anak yang terbiasa mendapatkan apa pun yang diinginkan di rumah akan mengalami kejutan budaya (culture shock) yang sangat berat saat mereka harus keluar dari rumah dan berinteraksi dengan dunia luar.⁶ Lingkungan sekolah, komunitas gereja, dan kelompok bermain memiliki aturan kelompok, struktur otoritas, dan batasan sosial yang kaku. Ketika anak Generasi Alpha ini menyadari bahwa dunia luar tidak berputar mengelilingi keinginan mereka, mereka rentan mengalami frustrasi yang ekstrem. Mereka tidak memiliki kemampuan coping mechanism (strategi mengatasi stres) yang memadai karena di rumah mereka tidak pernah dilatih untuk menghadapi penolakan atau kegagalan.⁷

Ketiadaan ketahanan mental (resilience) inilah yang menjadi pemicu utama mengapa angka gangguan kecemasan dan stres pada anak Generasi Alpha begitu tinggi saat ini.⁸ Mereka tidak siap secara psikologis untuk menerima kenyataan bahwa hidup penuh dengan

⁴ M Simanjuntak, "Struktur Aturan Keluarga Sebagai Prediktor Rasa Aman Pada Anak Kristen," *Jurnal Pastoral Dan Konseling* 4, no. 1 (2022): 23–37.

⁵ Sonny Eli Zaluchu, "Karakteristik Psikologis Generasi Alpha Dan Tantangan Pelayanan Anak," *Jurnal Teologi Dan Misi* 13, no. 1 (2024): 1–14.

⁶ A Sutoyo and I Gunawan, "Culture Shock Akademis: Dampak Pengasuhan Permisif Saat Anak Memasuki Lingkungan Sekolah Formal," *Jurnal Ilmu Pendidikan* 29, no. 1 (2022): 54–66.

⁷ R Hutapea, "Menumbuhkan Resiliensi Pada Anak Generasi Alpha: Tantangan Keluarga Kristen Modern," *Jurnal Konseling Kristen* 5, no. 2 (2023): 89–101.

⁸ A D Putri and E Kristanto, "Hubungan Antara Pola Asuh Permisif Dengan Kecemasan Sosial Pada Anak," *Jurnal Psikologi Klinis* 10, no. 4 (2021): 301–15.

keterbatasan dan usaha keras. Pola asuh permisif, pada titik ini, telah mencabut kesempatan anak untuk membangun otot-otot emosional yang dibutuhkan untuk bertahan di tengah tekanan kehidupan nyata, menjadikan mereka generasi yang secara teknologi sangat maju namun secara emosional sangat rapuh.

Dampak Gadget dan Longgarnya Pengawasan Orang Tua

Salah satu manifestasi paling nyata dan berbahaya dari pola asuh permisif pada keluarga Kristen modern saat ini adalah longgarnya pengawasan terhadap penggunaan teknologi. Banyak orang tua Kristen terjebak dalam pragmatisme pengasuhan, di mana mereka menggunakan gawai sebagai "pengasuh elektronik" demi menjaga kedamaian di rumah. Istilah "Gadget as a Pacifier" menggambarkan bagaimana orang tua permisif cenderung membiarkan anak Generasi Alpha menggunakan gawai tanpa batasan waktu dan kontrol konten, semata-mata untuk menghindari konflik, perdebatan, atau tantrum dari anak⁹.

Secara psikologis, paparan layar yang berlebihan tanpa filter dan bimbingan orang tua memperburuk kondisi kesehatan mental anak secara signifikan. Penelitian dari Siregar menunjukkan adanya korelasi positif yang sangat kuat antara rendahnya keterlibatan disiplin orang tua dengan tingginya tingkat kecanduan internet pada anak-anak usia dini.¹⁰ Ketika orang tua tidak menetapkan aturan yang tegas mengenai kapan gawai harus dimatikan, anak-anak kehilangan kemampuan untuk mengistirahatkan saraf mereka dari stimulasi digital yang konstan.

Kondisi ini tidak hanya merusak fungsi kognitif, tetapi juga mengganggu pola tidur alami anak yang menjadi pemicu utama munculnya gejala depresi ringan dan gangguan kecemasan.¹¹ Lebih jauh lagi, keterpautan yang berlebihan pada dunia maya ini menjauhkan anak dari interaksi sosial yang hangat, nyata, dan bermakna di dalam lingkaran keluarga.¹² Dalam konteks keluarga Kristen, meja makan dan ruang keluarga yang seharusnya menjadi tempat terjadinya pemuridan serta transfer nilai-nilai iman, kini tergantikan oleh keheningan digital di mana masing-masing anggota keluarga sibuk dengan layarnya sendiri. Anak kehilangan figur teladan nyata dan kehangatan emosional yang seharusnya menjadi benteng pertama kesehatan mental mereka.

Ketiadaan Regulasi Emosi dan Egosentrisme

Anak-anak yang dibesarkan oleh orang tua dengan pola asuh permisif sering kali mengalami kegagalan perkembangan dalam aspek regulasi emosi. Regulasi emosi adalah

⁹ Barna Group, "Guiding Children Spiritually in a Digital Age" (Ventura, CA: Barna Group, 2021).

¹⁰ F Siregar, "Kontrol Orang Tua Dan Tingkat Kecanduan Internet Pada Anak Di Perkotaan," *Jurnal Kebijakan Sosial* 12, no. 3 (2023): 180–95.

¹¹ S Lestari and H Budiman, "Durasi Penggunaan Gawai, Kualitas Tidur, Dan Dampaknya Pada Kecemasan Anak," *Jurnal Kesehatan Mental Indonesia* 4, no. 3 (2024): 210–22.

¹² K Sitorus, "Dampak Isolasi Digital Terhadap Kehangatan Interaksi Keluarga Kristen," *Jurnal Sosiologi Agama* 16, no. 2 (2022): 104–18.

kemampuan seseorang untuk mengenali, memproses, dan merespons emosi negatif seperti marah, kecewa, sedih, atau takut dengan cara yang sehat. Karena orang tua permisif selalu berusaha menyingkirkan setiap hambatan, kesulitan, atau ketidaknyamanan dari jalur hidup sang anak, anak tidak pernah mendapatkan kesempatan untuk belajar cara bernegosiasi dengan rasa kecewa¹³. Mereka hidup dalam ilusi bahwa semua hal dalam hidup ini harus berjalan mulus sesuai rencana mereka.

Akibat dari proteksi emosional yang keliru ini, anak-anak Generasi Alpha tumbuh menjadi pribadi yang sangat egosentris.¹⁴ Mereka mengidentifikasi diri mereka sebagai subjek yang harus selalu diprioritaskan, dan kesulitan menunjukkan empati kepada orang lain. Ketika mereka mulai beranjak remaja dan menghadapi tantangan hidup yang sesungguhnya—seperti kegagalan akademis, persaingan prestasi, atau penolakan dalam hubungan pertemanan—ketiadaan kemampuan regulasi emosi ini berkembang menjadi bom waktu psikologis. Mereka cenderung jatuh ke dalam lubang depresi yang dalam atau mengekspresikan kemarahan secara destruktif karena tidak tahu bagaimana cara mengolah kegagalan tersebut.¹⁵

Kondisi ini diperparah oleh ketiadaan jangkar spiritual di dalam diri anak. Manurung menambahkan bahwa kedisiplinan rohani yang longgar di rumah—seperti membiarkan anak tidak beribadah atau tidak berdoa hanya karena anak sedang malas—membuat mereka kehilangan landasan iman saat mental mereka terguncang.¹⁶ Tanpa kedisiplinan rohani yang konsisten, anak tidak memiliki ruang refleksi iman yang dapat menguatkan mereka di masa-masa sulit, sehingga saat badai kehidupan datang, kesehatan mental mereka runtuh dengan cepat.

Solusi Integratif: Menyeimbangkan Grace (Kasih Karunia) dan Truth (Kebenaran)

Melihat dampak buruk pola asuh permisif terhadap kesehatan mental Generasi Alpha, perlu adanya tindakan korektif yang integratif dari para orang tua Kristen. Solusi utama tidak terletak pada perpindahan ekstrem ke pola asuh otoriter yang kaku dan penuh kekerasan, melainkan pada migrasi menuju pola asuh otoritatif yang berakar kuat pada nilai-nilai alkitabiah. Model pengasuhan ini menuntut keseimbangan yang presisi antara kehangatan cinta yang penuh penerimaan (grace) dan ketegasan aturan yang menegakkan prinsip hidup (truth).¹⁷ Orang tua Kristen harus meneladani Kristus yang datang dengan kepenuhan kasih karunia sekaligus kebenaran.

¹³ J Rantung and L Tambunan, “Mengajarkan Manajemen Kekecewaan Pada Anak Melalui Konseling Keluarga Kristen,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 2 (2023): 154–67.

¹⁴ H Purnomo, “Egosentrisme Dan Kerapuhan Emosional Anak Generasi Alpha Akibat Pemanjaan Berlebih,” *Jurnal Perkembangan Anak* 9, no. 2 (2024): 112–26.

¹⁵ A Dwiputra and B Santoso, “Pengaruh Regulasi Emosi Yang Rendah Terhadap Kecenderungan Depresi Pada Anak Usia Sekolah,” *Jurnal Psikologi Teoretis Dan Terapan* 13, no. 2 (2022): 145–58.

¹⁶ J Manurung, “Pentingnya Jangkar Spiritual Dalam Pencegahan Gangguan Kecemasan Pada Remaja,” *Jurnal Agama Dan Masyarakat* 18, no. 1 (2021): 12–25.

¹⁷ E Tari and N Gulo, “Integrasi Grace Dan Truth Dalam Model Pengasuhan Kristen Abad 21,” *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Karakter* 5, no. 1 (2023): 15–28.

Implementasi praktis dari keseimbangan ini dimulai dengan menegakkan kembali batasan-batasan yang sehat di dalam rumah secara konsisten, namun tetap disampaikan dengan komunikasi yang terapeutik dan penuh kasih.¹⁸ Aturan mengenai pembatasan gawai, keterlibatan dalam ibadah keluarga, dan tanggung jawab moral harus didiskusikan secara terbuka, sehingga anak memahami bahwa aturan dibuat bukan karena orang tua benci, melainkan karena orang tua peduli pada masa depan mereka. Orang tua perlu secara sengaja melatih anak untuk menunda kepuasan (*delayed gratification*), mengajarkan bahwa tidak semua keinginan harus dipenuhi seketika itu juga.¹⁹

Anak-anak Generasi Alpha harus diizinkan untuk merasakan kegagalan atau kekecewaan dalam skala kecil di bawah pengawasan orang tua, sehingga mereka belajar bahwa rasa kecewa adalah bagian normal dari pertumbuhan yang bisa dihadapi dan dilewati. Dengan membangun ketahanan mental melalui struktur keluarga yang sehat, penuh disiplin yang konsisten, dan berpusat pada pengenalan akan Kristus, Generasi Alpha tidak hanya akan diselamatkan dari krisis kesehatan mental, tetapi juga akan bertumbuh menjadi pribadi yang tangguh, adaptif, dan memiliki karakter yang kokoh di tengah disrupsi zaman yang kian cepat.²⁰

KESIMPULAN

Pola asuh permisif dalam keluarga Kristen terbukti memicu krisis kesehatan mental yang serius bagi anak Generasi Alpha. Alih-alih mencerminkan kasih tanpa syarat (*unconditional love*), pembiaran tanpa aturan dan batasan moral yang jelas justru menjadi bentuk pengabaian tanggung jawab alkitabiah yang melahirkan kontradiksi teologis.

Bagi Generasi Alpha yang bertumbuh dalam ekosistem digital yang serbainstan, kelonggaran disiplin dan minimnya pengawasan teknologi (*gadget as a pacifier*) berdampak fatal pada hilangnya kemampuan regulasi emosi, menebalnya egosentrisme, dan rapuhnya ketahanan mental (*resilience*). Ketidadaan kompas moral dan jangkar spiritual di dalam rumah membuat anak-anak ini sangat rentan mengalami kecemasan kronis dan stres saat menghadapi benturan realitas di dunia luar.

Implikasinya, orang tua Kristen tidak bisa lagi berkompromi dengan pragmatisme pengasuhan. Untuk menyelamatkan kesehatan mental dan masa depan Generasi Alpha, mutlak diperlukan reformasi pola asuh menuju model otoritatif yang integratif. Orang tua harus secara radikal menegakkan kembali batasan yang konsisten, melatih anak menunda kepuasan (*delayed gratification*), serta secara seimbang mengintegrasikan kasih karunia (*grace*) dan kebenaran (*truth*) berpusat pada Kristus. Tanpa adanya struktur keluarga

¹⁸ C Siahaan and R Pardede, "Komunikasi Terapeutik Orang Tua Dalam Penegakan Disiplin Anak," *Jurnal Komunikasi Keluarga* 8, no. 2 (2024): 98–111.

¹⁹ E Widiyanto, "Pentingnya Mengajarkan Penundaan Kepuasan (*Delayed Gratification*) Pada Anak Digital Native," *Jurnal Psikologi Anak* 8, no. 3 (2022): 202–15.

²⁰ D Saputra, "Membangun Ketahanan Mental Anak Kristen Menghadapi Disrupsi Zaman," *Jurnal Edukasi Kristen* 14, no. 1 (2023): 45–58.

yang tangguh, Generasi Alpha akan menjadi generasi yang lumpuh secara emosional di tengah disrupsi zaman.

DAFTAR PUSTAKA

- Arendra, D., & Candra, T. P. (2022). Analisis Teologis-Pastoral Fenomena Quarter-Life Crisis pada Pemuda Gereja Masa Kini. *Journal of Digital Innovation and Social Research*, 1(1).
- Barna Group. "Guiding Children Spiritually in a Digital Age." Ventura, CA: Barna Group, 2021.
- Dwiputra, A, and B Santoso. "Pengaruh Regulasi Emosi Yang Rendah Terhadap Kecenderungan Depresi Pada Anak Usia Sekolah." *Jurnal Psikologi Teoretis Dan Terapan* 13, no. 2 (2022): 145-58.
- Hutapea, R. "Menumbuhkan Resiliensi Pada Anak Generasi Alpha: Tantangan Keluarga Kristen Modern." *Jurnal Konseling Kristen* 5, no. 2 (2023): 89-101.
- Lestari, S, and H Budiman. "Durasi Penggunaan Gawai, Kualitas Tidur, Dan Dampaknya Pada Kecemasan Anak." *Jurnal Kesehatan Mental Indonesia* 4, no. 3 (2024): 210-22.
- Manurung, J. "Pentingnya Jangkar Spiritual Dalam Pencegahan Gangguan Kecemasan Pada Remaja." *Jurnal Agama Dan Masyarakat* 18, no. 1 (2021): 12-25.
- Pranoto, S, and M Wijaya. "Reinterpretasi Amsal 22:6 Dalam Konteks Pengasuhan Anak Generasi Alpha." *Jurnal Teologi Praktis* 11, no. 2 (2023): 76-88.
- Purnomo, H. "Egosentrisme Dan Kerapuhan Emosional Anak Generasi Alpha Akibat Pemanjaan Berlebih." *Jurnal Perkembangan Anak* 9, no. 2 (2024): 112-26.
- Putri, A D, and E Kristanto. "Hubungan Antara Pola Asuh Permisif Dengan Kecemasan Sosial Pada Anak." *Jurnal Psikologi Klinis* 10, no. 4 (2021): 301-15.
- Rantung, J, and L Tambunan. "Mengajarkan Manajemen Kekecewaan Pada Anak Melalui Konseling Keluarga Kristen." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 2 (2023): 154-67.
- Saputra, D. "Membangun Ketahanan Mental Anak Kristen Menghadapi Disrupsi Zaman." *Jurnal Edukasi Kristen* 14, no. 1 (2023): 45-58.
- Sari, E. E. P., & Candra, T. P. (2024). Menakar Batas Bakti dan Tanggung Jawab pada Fenomena Sandwich Generation dalam Perspektif Etika Kristen. *Journal of Digital Innovation and Social Research*, 3(2).
- Siahaan, C, and R Pardede. "Komunikasi Terapeutik Orang Tua Dalam Penegakan Disiplin Anak." *Jurnal Komunikasi Keluarga* 8, no. 2 (2024): 98-111.
- Simanjuntak, M. "Struktur Aturan Keluarga Sebagai Prediktor Rasa Aman Pada Anak Kristen." *Jurnal Pastoral Dan Konseling* 4, no. 1 (2022): 23-37.
- Siregar, F. "Kontrol Orang Tua Dan Tingkat Kecanduan Internet Pada Anak Di Perkotaan." *Jurnal Kebijakan Sosial* 12, no. 3 (2023): 180-95.
- Sitorus, K. "Dampak Isolasi Digital Terhadap Kehangatan Interaksi Keluarga Kristen." *Jurnal Sosiologi Agama* 16, no. 2 (2022): 104-18.
- Situmorang, J. "Menyeimbangkan Kasih Karunia Dan Keadilan Dalam Pendidikan Anak Secara Kristiani." *Jurnal Pendidikan Kristen* 3, no. 2 (2021): 67-80.
- Sutoyo, A, and I Gunawan. "Culture Shock Akademis: Dampak Pengasuhan Permisif Saat Anak Memasuki Lingkungan Sekolah Formal." *Jurnal Ilmu Pendidikan* 29, no. 1 (2022): 54-66.
- Tari, E, and N Gulo. "Integrasi Grace Dan Truth Dalam Model Pengasuhan Kristen Abad 21." *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Karakter* 5, no. 1 (2023): 15-28.
- Triposa, R, D Upe, and S Sarah. "Analisis Teologis-Psikologis Terhadap Pola Asuh Permisif Orang Tua Kristen Di Era Disrupsi Digital." *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani* 5, no.

2 (2021): 115-28.

Widianto, E. "Pentingnya Mengajarkan Penundaan Kepuasan (Delayed Gratification) Pada Anak Digital Native." *Jurnal Psikologi Anak* 8, no. 3 (2022): 202-15.

Zaluchu, Sonny Eli. "Karakteristik Psikologis Generasi Alpha Dan Tantangan Pelayanan Anak." *Jurnal Teologi Dan Misi* 13, no. 1 (2024): 1-14.