

Gambaran Emosional dalam *Sibling Relationship* pada Keluarga dengan Sembilan Anak Berdasarkan Nilai-Nilai Islam

Nadia Nafisah Fauziah^{1*}, Zein Permana^{2*}

¹ International Open University, ² Universitas Pendidikan Indonesia

*Corresponding Author: nadianafisah.fauziah@student.iou.edu.gm, zeinpermana@upi.edu

Abstrak

Kata Kunci:
Sibling Relationship; Emosi;
Nilai-Nilai Islam; Fenomenologi
Deskriptif

Penelitian ini bertujuan memahami dinamika emosional dan internalisasi nilai-nilai Islam dalam relasi saudara kandung pada keluarga besar dengan sembilan anak. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi deskriptif. Partisipan penelitian terdiri dari empat orang yang merupakan anak dari sembilan bersaudara di Garut, Jawa Barat. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis menggunakan analisis fenomenologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa relasi saudara kandung membentuk ekosistem emosional yang dinamis, ditandai dengan munculnya emosi positif dan negatif yang dipengaruhi urutan kelahiran dan peran keluarga. Nilai-nilai Islam seperti kasih sayang, kesabaran, dan saling menolong berperan dalam membentuk pola relasi serta membantu regulasi emosi dalam keluarga.

Abstract

Keywords:
Sibling Relationship; Emotion;
Islamic Values; Descriptive
Phenomenology

This study aims to explore emotional dynamics and the internalization of Islamic values in sibling relationships within a large family of nine children. The research employed a qualitative approach using descriptive phenomenology. The research participants consisted of four individuals, each of whom was one of nine siblings from a different family in Garut, West Java. Data were collected through in-depth interviews and analyzed using phenomenological analysis. The findings reveal that sibling relationships create a dynamic emotional ecosystem characterized by both positive and negative emotions influenced by birth order and family roles. Islamic values such as compassion, patience, and mutual assistance contribute to shaping relational patterns and supporting emotional regulation within the family.

How to Cite: Fauziah, N. N. & Permana, Z. (2026). Gambaran Emosional dalam *Sibling Relationship* pada Keluarga dengan Sembilan Anak Berdasarkan Nilai-Nilai Islam. *IRSYADA: Journal of Counseling for Islamic Education*, 2(2). 1-11.

PENDAHULUAN

Sebelum individu berinteraksi dengan masyarakat luas, mereka terlebih dahulu mengalami proses sosialisasi dalam keluarga sebagai lingkungan sosial primer. Keluarga tidak hanya berfungsi sebagai tempat pemenuhan kebutuhan dasar, tetapi juga sebagai ruang utama pembentukan pengalaman emosional dan sosial individu melalui berbagai bentuk relasi interpersonal yang terjadi di dalamnya (Barros-Contreras et al., 2022). Dalam dinamika keluarga, hubungan interpersonal dapat terbentuk dalam berbagai bentuk, seperti relasi orang tua-anak, suami-istri, mertua-menantu, maupun hubungan antar saudara kandung. Di antara berbagai

relasi tersebut, hubungan antar saudara kandung (*sibling relationship*) merupakan salah satu hubungan yang paling panjang dan memiliki kedalaman emosional yang kuat dalam kehidupan individu (Milevsky, 2011). Kedekatan usia serta intensitas interaksi sejak masa kanak-kanak memungkinkan terbentuknya ikatan emosional yang kuat dan relatif bertahan hingga masa dewasa.

Hubungan antar saudara kandung memainkan peran penting dalam pembentukan konsep diri, kestabilan emosi, serta perkembangan kemampuan sosial individu. Saudara kandung tidak hanya menjadi teman bermain pada masa kanak-kanak, tetapi juga berfungsi sebagai cermin emosional yang membantu individu memahami dirinya sendiri (Peleg, 2025). Ketika hubungan ini berkembang secara hangat dan suportif, saudara kandung dapat menjadi sumber kenyamanan serta dukungan emosional yang melindungi individu dari berbagai risiko psikologis (Khansa & Paramita, 2025). Sebaliknya, konflik yang terjadi dalam hubungan tersebut dapat memunculkan tekanan emosional yang signifikan, seperti kecemburuan, rivalitas, dan perebutan perhatian orang tua (Pramesti & Valentina, 2019; Tschan et al., 2019). Ketimpangan dalam pengasuhan bahkan dapat memperkuat rivalitas antar saudara dan memicu konflik yang berlangsung hingga masa dewasa (Merianti & Nuine, 2022). Namun demikian, konflik tidak selalu berdampak negatif. Konflik yang dikelola secara konstruktif justru dapat menjadi sarana pembelajaran sosial yang penting, seperti mengembangkan empati, kemampuan bernegosiasi, serta keterampilan menyelesaikan masalah interpersonal (Geerts-Perry et al., 2021). Dengan demikian, relasi antar saudara kandung dapat dipahami sebagai ruang sosial-emosional yang memungkinkan individu belajar memahami emosi, mengelola konflik, serta membangun kelekatan interpersonal secara alami.

Dalam perspektif psikologi, emosi dipahami sebagai pengalaman neurofisiologis dan kognitif yang memengaruhi perilaku serta kesejahteraan individu (Sabni, 2025; Jannah, 2024). Emosi memainkan peran penting dalam membentuk kualitas hubungan interpersonal, termasuk hubungan dalam keluarga. Namun, dalam perspektif Islam, emosi tidak hanya dipahami sebagai fenomena psikologis, melainkan juga sebagai bagian dari dimensi spiritual manusia. Islam memandang emosi sebagai karunia Allah SWT yang perlu dikelola melalui kesadaran ruhaniyah dan keseimbangan antara *qalb* (hati), *'aql* (akal), dan *nafs* (dorongan) (Diana, 2015; Sumarno, 2017). Keseimbangan ketiga unsur tersebut menjadi landasan penting dalam mencapai kematangan emosional sekaligus spiritual dalam kehidupan manusia. Dalam konteks keluarga, kemampuan mengelola emosi secara selaras dengan nilai-nilai Islam dapat berkontribusi pada terciptanya hubungan interpersonal yang harmonis (Musthofa & Lutfiah, 2024).

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa emosi merupakan dimensi sentral dalam membentuk kualitas hubungan antar saudara kandung di berbagai rentang usia dan konteks keluarga. Studi longitudinal dan kuantitatif menunjukkan bahwa kehangatan, empati, serta dukungan emosional dalam relasi saudara kandung berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis, perilaku prososial, serta penyesuaian sosial pada remaja. Sebaliknya, konflik, rivalitas, dan dominansi dalam hubungan saudara kandung berkaitan dengan meningkatnya distres emosional, gejala depresi, serta berbagai perilaku bermasalah (Buist et al., 2019; Whiteman et al., 2015; Holmes et al., 2024). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa dinamika emosional dalam relasi saudara kandung dapat menjadi lebih kompleks dalam keluarga dengan kondisi tertentu, seperti keberadaan anggota keluarga dengan kebutuhan khusus. Dalam konteks tersebut, hubungan saudara kandung dapat memunculkan berbagai pengalaman emosional yang beragam, mulai dari frustrasi dan kecemburuan hingga berkembangnya empati serta kedewasaan emosional (Chu et al., 2023; Longobardi et al., 2019; Barath et al., 2023; Plessis et al., 2020). Selain itu, berbagai faktor seperti gaya pengasuhan, empati disposisional, kepribadian, jarak usia antar saudara, serta tahapan perkembangan individu juga terbukti memengaruhi kualitas hubungan emosional antar saudara kandung (Krejčová et al., 2023; Gözü & Newman, 2019; Aldrich et al., 2022; Ye et al., 2025). Secara keseluruhan, temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa relasi saudara kandung merupakan ruang sosial-emosional yang

dinamis yang dapat berfungsi sebagai faktor protektif maupun faktor risiko dalam perkembangan psikologis individu.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian mengenai hubungan saudara kandung lebih menekankan pada aspek psikologis dan sosial, sementara integrasi nilai-nilai religius dalam memahami pengalaman emosional dalam relasi tersebut masih relatif terbatas. Padahal, dalam konteks masyarakat Muslim, nilai-nilai Islam seperti kesabaran, syukur, dan pemaafan memiliki peran penting dalam membentuk pengalaman emosional individu dalam kehidupan sehari-hari (Kistoro, 2014). Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan teoretis (*theoretical gap*), yaitu belum adanya pendekatan yang secara eksplisit mengintegrasikan nilai-nilai Islam dalam memahami potret emosional hubungan saudara kandung. *Theoretical gap* merujuk pada kekosongan atau keterbatasan dalam teori yang ada sehingga diperlukan pengembangan atau adaptasi pendekatan teoretis untuk menjelaskan fenomena yang belum ter jelaskan secara memadai (Müller-Bloch & Kranz, 2015).

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini menawarkan perspektif baru dengan mengeksplorasi bagaimana nilai-nilai Islam dimaknai dan terinternalisasi dalam pengalaman emosional hubungan antar saudara kandung. Secara khusus, penelitian ini mengkaji dinamika tersebut dalam konteks keluarga dengan sembilan anak, yang memiliki kompleksitas relasi interpersonal lebih tinggi dibandingkan keluarga dengan jumlah anak yang lebih sedikit.

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: bagaimana gambaran emosional dan internalisasi nilai-nilai Islam dalam relasi antar saudara kandung pada keluarga dengan sembilan anak?. Sejalan dengan rumusan masalah tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk memahami gambaran emosional serta proses internalisasi nilai-nilai Islam dalam relasi antar saudara kandung pada keluarga dengan sembilan anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi deskriptif untuk memahami pengalaman emosional dalam relasi antar saudara kandung pada keluarga dengan sembilan anak serta bagaimana nilai-nilai Islam terinternalisasi dalam dinamika hubungan tersebut. Pendekatan fenomenologi dipilih karena memungkinkan peneliti mengeksplorasi secara mendalam pengalaman hidup partisipan dan bagaimana mereka memaknai peristiwa yang dialami secara subjektif (Waruwu, 2024). Melalui pendekatan ini, penelitian berupaya menangkap makna pengalaman emosional partisipan dalam interaksi sehari-hari dengan saudara kandung, sekaligus memahami bagaimana nilai-nilai religius memengaruhi cara mereka mengelola dan memaknai emosi tersebut.

Subjek penelitian terdiri dari empat partisipan yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan pengalaman hidup mereka sebagai anak dari keluarga dengan sembilan bersaudara. Rekrutmen partisipan dilakukan hingga mencapai saturasi data, yaitu ketika wawancara tambahan tidak lagi menghasilkan informasi substantif baru. Keempat partisipan memiliki variasi urutan kelahiran, yaitu anak pertama, anak ketiga, anak keempat, dan anak kesembilan (bungsu). Seluruh partisipan beragama Islam, memiliki hubungan aktif dengan saudara kandung, serta mampu merefleksikan pengalaman emosionalnya secara verbal.

Tabel 1. Daftar Partisipan

Partisipan	Jenis Kelamin	Usia	Urutan Kelahiran
IK	Perempuan	49	Anak ke-3
NKA	Perempuan	26	Anak ke-4
TCRH	Laki-Laki	40	Anak ke-9
UA	Laki-Laki	32	Anak ke-1

Daftar Partisipan (Fauziah & Permana, 2026).

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri dengan bantuan pedoman wawancara semi-terstruktur yang disusun berdasarkan kajian teori mengenai hubungan saudara

kandung, dinamika emosi dalam relasi keluarga, serta konsep emosi dalam perspektif nilai-nilai Islam. Pedoman wawancara dirancang untuk mengeksplorasi pengalaman emosional partisipan dalam relasi saudara kandung, termasuk bentuk kehangatan, konflik, peran dalam keluarga, serta jenis emosi yang muncul dalam interaksi sehari-hari. Selain itu, wawancara juga menggali bagaimana nilai-nilai Islam seperti kesabaran, syukur, dan pemaafan berperan dalam mengelola emosi serta menjaga keharmonisan hubungan keluarga.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (in-depth interview) secara semi-terstruktur. Teknik ini memungkinkan partisipan untuk menceritakan pengalaman mereka secara reflektif dan naratif sesuai dengan perspektif pribadi. Wawancara dilakukan secara tatap muka maupun melalui media daring sesuai dengan preferensi partisipan, dengan durasi yang disesuaikan dengan kebutuhan eksplorasi data. Seluruh proses wawancara direkam dengan persetujuan partisipan, kemudian ditranskripsikan secara verbatim sebagai bahan analisis. Selain wawancara, peneliti juga melakukan observasi terbatas terhadap ekspresi verbal dan nonverbal partisipan selama proses wawancara serta mencatat refleksi lapangan yang relevan dengan konteks penelitian.

Analisis data dilakukan menggunakan analisis fenomenologi deskriptif. Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahapan yang merupakan hasil adaptasi dari tahapan studi fenomenologis dari Mahbubi (2012) yang diawali dengan membaca ulang seluruh transkrip wawancara untuk memperoleh pemahaman menyeluruh terhadap narasi partisipan. Selanjutnya dilakukan proses reduksi data melalui identifikasi bagian-bagian yang relevan dengan fokus penelitian dan pemberian kode awal. Kode-kode yang memiliki kesamaan makna kemudian dikelompokkan menjadi kategori dan subtema yang merepresentasikan pola pengalaman emosional dalam relasi saudara kandung. Tahap berikutnya adalah penyusunan deskripsi fenomenologis yang menggambarkan pengalaman emosional partisipan secara mendalam dengan mempertahankan perspektif subjektif mereka. Pada tahap akhir, peneliti menyintesis berbagai tema yang muncul untuk merumuskan esensi pengalaman emosional dalam relasi saudara kandung serta bagaimana nilai-nilai Islam muncul sebagai mekanisme regulasi emosi dalam dinamika hubungan tersebut.

Untuk meningkatkan kredibilitas temuan, penelitian ini menekankan penyajian deskripsi kontekstual yang mendalam (thick description) mengenai latar sosial, budaya, dan religius partisipan sehingga memungkinkan pembaca menilai transferabilitas temuan pada konteks serupa (Polit & Beck, 2010; Younas & Durante, 2023). Dengan demikian, analisis dalam penelitian ini tidak hanya menghasilkan pemahaman kontekstual mengenai pengalaman subjektif partisipan, tetapi juga memberikan kontribusi konseptual terhadap pemahaman mengenai dinamika emosional dalam relasi saudara kandung dengan memasukkan dimensi nilai-nilai Islam sebagai bagian dari struktur makna pengalaman keluarga

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini mengkaji pengalaman emosional dalam relasi saudara kandung pada keluarga dengan sembilan anak melalui pendekatan fenomenologis. Empat partisipan dengan latar belakang berbeda dilibatkan dalam penelitian ini, yaitu dua perempuan dan dua laki-laki dengan rentang usia 26–49 tahun serta urutan kelahiran yang bervariasi. Analisis fenomenologis deskriptif menghasilkan tiga struktur utama pengalaman emosional, yaitu: (1) emosi positif sebagai fondasi kelekatan, (2) emosi negatif sebagai dinamika relasional, dan (3) regulasi emosi sebagai mekanisme menjaga keberlanjutan hubungan.

Emosi Positif dalam Relasi Saudara Kandung

Emosi positif muncul sebagai fondasi utama dalam relasi saudara kandung pada keluarga besar. Emosi tersebut berkembang dari pengalaman kebersamaan sejak masa kanak-kanak hingga dewasa, serta diperkuat oleh peran dan tanggung jawab dalam keluarga.

Partisipan pertama menggambarkan bahwa rasa aman dan keterikatan terbentuk melalui keterlibatan kakak dalam pengasuhan adik sejak kecil. Tanggung jawab tersebut menumbuhkan rasa memiliki serta fungsi protektif antar saudara. Pada fase dewasa, dukungan saudara dalam situasi krisis memperkuat pengalaman emosional bahwa keberadaan saudara menjadi sumber kekuatan dan rasa tidak sendirian.

Pengalaman serupa juga muncul pada partisipan ketiga yang merupakan anak bungsu. Ia memaknai masa kecil yang penuh kebersamaan sebagai sumber kehangatan emosional dan rasa disayangi. Pengalaman tersebut berkembang menjadi rasa syukur serta dorongan untuk membalas kebaikan saudara. Dalam menghadapi konflik, ia cenderung menetralkan emosi negatif dengan mengingat kebaikan saudara.

Pada partisipan kedua, emosi positif muncul terutama dalam konteks kebutuhan akan koneksi emosional. Kehadiran saudara pada saat mengalami tekanan dapat secara signifikan mengubah suasana hati. Dukungan dan pembelaan dari saudara juga menimbulkan pengalaman emosional yang mendalam berupa rasa dihargai dan dibersamai.

Sementara itu, partisipan keempat menggambarkan bahwa emosi positif berkembang melalui proses refleksi diri. Setelah melalui dinamika relasi pada masa kecil, ia pada masa dewasa lebih banyak merasakan kebanggaan dan kepedulian terhadap adik-adik. Perasaan bangga tersebut berkaitan dengan kesadaran akan identitas sebagai bagian dari keluarga besar serta pertumbuhan bersama antar saudara.

Secara keseluruhan, emosi positif yang dominan dalam relasi sembilan bersaudara meliputi rasa aman, kehangatan, kasih sayang, syukur, empati, serta kerinduan untuk berkumpul. Emosi-emosi tersebut terbentuk melalui intensitas kebersamaan, dukungan timbal balik, serta pemaknaan spiritual terhadap relasi keluarga.

Emosi Negatif dalam Relasi Saudara Kandung

Meskipun didominasi oleh emosi positif, relasi saudara kandung dalam keluarga besar juga diwarnai oleh emosi negatif. Emosi tersebut muncul sebagai bagian dari dinamika interaksi yang intens, seperti kecemburuan, iri hati, kemarahan, dan kekecewaan.

Pada partisipan pertama, emosi negatif muncul dalam konteks keterbatasan sumber daya dan perbandingan perlakuan orang tua. Namun emosi tersebut tidak berkembang menjadi konflik berkepanjangan karena partisipan cenderung menjauh sementara atau menyalurkannya melalui aktivitas fisik hingga emosinya mereda.

Partisipan kedua mengalami emosi negatif yang lebih intens pada masa kanak-kanak, terutama akibat pengalaman dibandingkan dengan saudara yang berusia dekat. Pengalaman tersebut memunculkan perasaan iri dan kehilangan identitas diri. Pada fase tersebut, regulasi emosi dilakukan melalui pemendaman, tangisan diam-diam, atau pelampiasan simbolik. Seiring bertambahnya usia, bentuk emosi negatif bergeser menjadi kekecewaan yang lebih reflektif dan diikuti dengan upaya klarifikasi langsung kepada saudara.

Pada partisipan ketiga, emosi negatif seperti iri atau kesal muncul secara situasional namun jarang bertahan lama. Ia cenderung menetralkan emosi tersebut dengan mengingat kembali kebaikan saudara atau memilih menjaga jarak sementara agar konflik tidak berkembang lebih jauh.

Sementara itu, partisipan keempat mengakui bahwa pada masa kecil ia sering melampiaskan kemarahan kepada adik-adik dalam bentuk dominasi. Namun pengalaman tersebut kemudian menjadi sumber refleksi dan penyesalan pada masa dewasa. Konflik yang

muncul saat ini lebih banyak dikelola melalui pengendalian diri dan penghindaran konfrontasi langsung.

Temuan ini menunjukkan bahwa emosi negatif dalam relasi sembilan bersaudara terutama dipicu oleh perbandingan, persaingan identitas, tuntutan peran, dan pelanggaran nilai keluarga. Namun emosi tersebut jarang berkembang menjadi konflik berkepanjangan karena adanya mekanisme regulasi emosional yang berkembang dalam relasi.

Regulasi Emosi dalam Relasi Saudara Kandung

Proses regulasi emosi pada keempat partisipan menunjukkan perkembangan dari strategi sederhana menuju pengelolaan yang lebih reflektif dan spiritual. Pada tahap awal, regulasi emosi dilakukan melalui strategi eksternal seperti menjauh sementara, menangis, atau melakukan aktivitas fisik sebagai bentuk pelepasan emosi.

Seiring bertambahnya usia, regulasi emosi berkembang menjadi lebih reflektif dan komunikatif. Beberapa partisipan mulai melakukan klarifikasi langsung, introspeksi diri, serta reinterpretasi kognitif terhadap perilaku saudara. Strategi ini membantu meredakan konflik dan menjaga keberlanjutan relasi.

Selain itu, nilai-nilai religius juga menjadi sumber penting dalam proses regulasi emosi. Praktik seperti berzikir, salat, membaca Al-Qur'an, dan berwudu digunakan sebagai sarana menenangkan diri ketika emosi meningkat. Internalisasi ajaran Islam seperti kesabaran, pemaafan, serta larangan marah turut berperan sebagai kontrol internal dalam menjaga hubungan antar saudara.

Secara keseluruhan, regulasi emosi dalam relasi saudara kandung pada keluarga dengan sembilan anak berkembang sebagai proses pembelajaran emosional yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup, kesadaran diri, serta internalisasi nilai keluarga dan nilai keagamaan.

Struktur Esensial Pengalaman Relasi Saudara Kandung

Berdasarkan keseluruhan temuan, pengalaman emosional dalam relasi saudara kandung pada keluarga dengan sembilan anak menunjukkan tiga struktur esensial. Pertama, kelekatan emosional dan rasa aman menjadi fondasi utama relasi. Kedua, konflik dan emosi negatif merupakan dinamika yang tidak terpisahkan dari kedekatan antar saudara. Ketiga, regulasi emosi berfungsi sebagai mekanisme penting dalam menjaga keberlanjutan hubungan.

Dengan demikian, relasi saudara kandung dalam keluarga besar dapat dipahami sebagai ruang pembelajaran emosional yang kompleks, di mana kehangatan dan konflik hadir secara bersamaan namun tetap dipertahankan melalui regulasi emosi serta pemaknaan spiritual terhadap nilai-nilai keluarga.

PEMBAHASAN DAN DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman emosional dalam relasi saudara kandung pada keluarga dengan sembilan anak membentuk dinamika yang kompleks dan berkembang sepanjang kehidupan. Emosi dalam relasi tersebut tidak hanya muncul sebagai respons individual, tetapi terbentuk melalui interaksi sosial yang berulang dalam kehidupan keluarga. Secara konseptual, emosi merupakan keadaan psikologis kompleks yang melibatkan pengalaman subjektif, perubahan fisiologis, serta kecenderungan perilaku (Mayer & Salovey, 1993). Dalam penelitian ini, kompleksitas tersebut tampak melalui berbagai pengalaman

emosional yang dialami partisipan, seperti rasa aman, kehangatan, bangga, cemburu, marah, dan kecewa.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa emosi positif seperti kehangatan, rasa aman, empati, dan dukungan emosional menjadi fondasi utama dalam relasi saudara kandung. Emosi tersebut berkembang melalui pengalaman kebersamaan sejak masa kanak-kanak, keterlibatan dalam pengasuhan antar saudara, serta dukungan emosional pada saat menghadapi situasi krisis. Kehadiran saudara memberikan rasa tidak sendirian dan memperkuat identitas sebagai bagian dari keluarga. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kehangatan, empati, serta dukungan emosional dalam relasi saudara kandung berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis, perilaku prososial, serta penyesuaian sosial individu (Buist et al., 2019; Whiteman et al., 2015; Holmes et al., 2024).

Namun demikian, relasi saudara kandung juga diwarnai oleh emosi negatif seperti kecemburuan, iri hati, kemarahan, dan kekecewaan. Emosi tersebut muncul terutama dalam situasi perbandingan antar saudara, persaingan identitas, serta ketimpangan perhatian orang tua. Spektrum emosi yang muncul mencerminkan emosi dasar sebagaimana dikemukakan oleh Ekman (dalam Choirudin & Setyabudi, 2023), yaitu kebahagiaan, kesedihan, kemarahan, ketakutan, dan keterkejutan. Dalam konteks ini, emosi positif dan negatif tidak dapat dipisahkan secara dikotomis karena keduanya merupakan bagian dari sistem relasional yang sama. Emosi negatif berfungsi sebagai sinyal protektif terhadap ancaman relasional sehingga tidak selalu berdampak destruktif (Amanullah, 2022; Wardah & Gojali, 2021). Temuan ini juga mendukung penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa konflik dan rivalitas dalam relasi saudara kandung dapat menjadi sumber distress emosional apabila tidak dikelola dengan baik, namun juga dapat berkontribusi pada perkembangan empati dan kedewasaan emosional (Chu et al., 2023; Longobardi et al., 2019; Barath et al., 2023; Plessis et al., 2020).

Selain itu, penelitian ini menemukan adanya fenomena penularan emosi dalam relasi saudara kandung. Suasana emosional satu anggota keluarga dapat memengaruhi anggota lainnya melalui interaksi sehari-hari. Fenomena ini sejalan dengan konsep emotional contagion yang menjelaskan bahwa emosi dapat menyebar melalui hubungan sosial yang dekat (Strongman, 2003) serta penelitian longitudinal yang menunjukkan bahwa dinamika emosional antar saudara dapat saling memengaruhi dalam jangka panjang (Buist et al., 2019). Dalam keluarga dengan sembilan anak, intensitas interaksi yang tinggi memperbesar kemungkinan terjadinya penularan emosi, baik dalam bentuk dukungan emosional maupun ketegangan relasional.

Fenomena *sibling rivalry* juga muncul sebagai bagian dari dinamika relasi saudara. Rivalitas terutama berkaitan dengan perbandingan dan ketimpangan perhatian dalam keluarga, sebagaimana dijelaskan dalam berbagai penelitian sebelumnya (Merianti & Nuine, 2022; Artanti & Wulandari, 2022). Namun dalam penelitian ini, konflik yang muncul jarang berkembang menjadi pertentangan berkepanjangan karena adanya proses regulasi emosi yang berkembang seiring waktu.

Regulasi emosi menjadi mekanisme penting dalam menjaga keberlanjutan relasi saudara kandung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi regulasi emosi berkembang dari strategi sederhana menuju pengelolaan yang lebih reflektif. Pada masa awal kehidupan, regulasi dilakukan melalui strategi eksternal seperti menjauh dari konflik atau distraksi aktivitas. Seiring bertambahnya usia, regulasi berkembang melalui refleksi diri, klarifikasi relasional, serta reinterpretasi pengalaman emosional. Proses ini sejalan dengan konsep perkembangan regulasi

emosi yang menekankan pentingnya evaluasi kognitif terhadap pengalaman emosional (Aini, 2025).

Selain aspek kognitif dan interpersonal, regulasi emosi dalam penelitian ini juga dipengaruhi oleh internalisasi nilai-nilai religius dalam keluarga. Partisipan menyebutkan praktik spiritual seperti zikir, salat, doa, serta tawakal sebagai cara untuk menenangkan emosi dan menjaga stabilitas hubungan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman emosional dalam relasi saudara kandung tidak hanya dapat dipahami melalui perspektif psikologi Barat, tetapi juga memiliki resonansi dengan perspektif psikologi Islam yang memandang emosi sebagai bagian dari dinamika antara nafs, qalb, ruh, dan 'aql (Rehman, 2025; Hamidah et al., 2025).

Nilai-nilai Islam seperti ukhuwah, ta'awun, kesabaran, serta pemaafan juga tampak dalam pengalaman partisipan dalam menjaga relasi saudara kandung. Dukungan emosional antar saudara mencerminkan nilai ta'awun atau saling membantu dalam kehidupan keluarga (Maghrobi et al., 2024). Sementara itu, refleksi diri setelah konflik menunjukkan adanya proses muhasabah yang mendorong individu untuk memperbaiki hubungan dan melakukan rekonsiliasi (Ahmad, 2018; Diana, 2015). Pengendalian amarah melalui kesabaran juga sejalan dengan prinsip la taghdhab dalam ajaran Islam yang menekankan pentingnya pengendalian emosi dalam relasi sosial (Rohmah & Fardani, 2025).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa relasi saudara kandung dalam keluarga dengan sembilan anak merupakan ruang sosial-emosional yang dinamis. Kehangatan dan konflik hadir secara bersamaan dalam interaksi keluarga, namun keberlanjutan relasi dipertahankan melalui proses regulasi emosi serta pemaknaan nilai keluarga dan nilai religius. Dengan demikian, relasi saudara kandung tidak hanya menjadi sumber dukungan emosional, tetapi juga menjadi ruang pembelajaran emosional yang membentuk kedewasaan psikologis dan moral individu.

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran emosional dalam relasi saudara kandung pada keluarga dengan sembilan anak bersifat dinamis dan mencakup emosi positif seperti kehangatan, rasa aman, empati, dan dukungan emosional, serta emosi negatif seperti kecemburuan, kemarahan, dan kekecewaan yang muncul dalam dinamika interaksi keluarga. Meskipun konflik terjadi, hubungan tetap terjaga melalui proses regulasi emosi yang berkembang melalui refleksi diri, komunikasi, serta internalisasi nilai-nilai Islam seperti kesabaran, pemaafan, ukhuwah, dan ta'awun. Praktik spiritual seperti salat, zikir, dan doa berperan sebagai mekanisme penting dalam menenangkan emosi dan menjaga keharmonisan relasi saudara. Dengan demikian, relasi saudara kandung dalam keluarga besar tidak hanya menjadi sumber dukungan emosional tetapi juga ruang pembelajaran emosional dan moral. Penelitian ini masih memiliki keterbatasan pada pendekatan kualitatif dengan jumlah partisipan terbatas, sehingga penelitian selanjutnya disarankan menggunakan metode kuantitatif dengan sampel lebih besar, melakukan studi komparasi budaya dan struktur keluarga, penelitian longitudinal untuk melihat perubahan dinamika emosi sepanjang kehidupan, serta mengeksplorasi perbedaan gender dalam ekspresi emosi dan penerapan nilai Islam dalam relasi saudara kandung.

REFERENSI

Ahmad, J. (2018). Muhasabah Sebagai Upaya Mencapai Kesehatan Mental. *Islamic Studies*, December, 1-16.

- Aini, R. (2025). Pengaruh media sosial terhadap regulasi emosi pada anak usia dini: Tinjauan sistematis. *At-Tarbiyah: Jurnal Penelitian dan Pendidikan Agama Islam*, 3(1), 74-79.
- Aldrich, L., Nomaguchi, K., & Fetto, M. N. (2022). Life course statuses and sibling relationship quality during emerging adulthood. *Journal of Family Issues*, 43(5), 1235-1262. <https://doi.org/10.1177/0192513X211022401>
- Amanullah, A. S. R. (2022). Mekanisme pengendalian emosi dalam bimbingan dan konseling. *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(1), 1-13.
- Artanti, M. D., & Wulandari, P. Y. (2022). Gambaran sibling relationship pada remaja awal yang memiliki saudara dengan Gangguan Spektrum Autisme (GSA). *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(2), 65-72. <https://doi.org/10.54443/sikontan.v1i2.361>
- Barath, S., Hongwane, S. N., Madala, M., Mranywa, S. L., & Paken, J. (2023). Influence of hearing loss on sibling relationships: Perspectives of the normal hearing sibling. *South African Journal of Communication Disorders*, 70(1), a939. <https://doi.org/10.4102/sajcd.v70i1.939>
- Barros-Contreras, I., Pérez-Fernández, H., Martín-Cruz, N., & B., J. H. (2022). Can we make family social capital flourish? the moderating role of generational involvement. *Journal of Family and Economic Issues*, 44(3), 655-673. <https://doi.org/10.1007/s10834-022-09855-y>
- Buist, K. L., van Tergouw, M. S., Koot, H. M., & Branje, S. (2019). Longitudinal linkages between older and younger sibling depressive symptoms and perceived sibling relationship quality. *Journal of Youth and Adolescence*, 48, 1190-1202.
- Chu, S. Y., Kassim, S. N. Z. B., Gan, C. H., Fierro, V., Chan, C. M. H., & Hersh, D. (2023). "Sometimes I feel grateful...": Experiences of the adolescent siblings of children with autism spectrum disorder in Malaysia. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 53(3), 795-807. <https://doi.org/10.1007/s10803-021-05184-5>
- Diana, R. R. (2015). Pengendalian emosi menurut psikologi Islam. *Unisia*, 37(82), 41-47. Retrieved from <https://journal.uui.ac.id/Unisia/article/view/10495>
- Geerts-Perry, A. T., Riggs, S. A., Kaminski, P. L., & Murrell, A. R. (2021). Psychological well-being and family functioning in middle childhood: the unique role of sibling relational dynamics. *Journal of Family Issues*, 42(12), 2965-2985. <https://doi.org/10.1177/0192513x21993191>
- Gözü, H., & Newman, J. (2019). Associations between personality traits and the quality of sibling relationships. *International Journal of Human and Behavioral Science*, 4(2), 22-31.
- Hamidah, H., Mu'alimin, M., & Mukffan, M. (2025). Integrasi Psikologi Barat dan Islam: Sebuah Literature Review tentang Epistemologi, Pendidikan, dan Konseling. *Jurnal Cakrawala Pendidikan Dan Biologi*, 2(3), 232-241. <https://doi.org/10.61132/jucapenbi.v2i3.681>
- Holmes, M. R., Bender, A. E., O'Donnell, K., Miller, E. K., & Conard, I. T. (2024). Illuminating the landscape of sibling relationship quality: an evidence and gap map. *Child Development*, 95(4), 1425-1440. <https://doi.org/10.1111/cdev.14065>

- Jannah, M. (2024). Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam dan Barat. *Tadabbur Jurnal Peradaban Islam*, 6(2), 120-135. <https://doi.org/10.22373/tadabbur.v6i2.705>
- Khansa, S. T., & Paramita, P. P. (2025). The Relationship Between Sibling Relationships and Mental Health Issues in Adolescence: Scoping Review. *Universitas Airlangga Repository*, 1-13.
- Kistoro, H. C. A. (2014). Kecerdasan Emosional Dalam Pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 11(1), 1-18.
- Krejčová, K., Chýlová, H., & Rymešová, P. (2023). Analysis of siblings' relationship and parenting style using structure modelling approach. *Plos One*, 18(2), e0281266. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281266>
- Longobardi, C., Prino, L., Gastaldi, F., & Jungert, T. (2019). Sibling relationships, personality traits, emotional, and behavioral difficulties in autism spectrum disorders. *Child Development Research*, 2019, 1-9. <https://doi.org/10.1155/2019/9576484>
- Mahbubi. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif: Paradigma, Teknik, dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maghrobi, Z. A., Iqbal, I. M., & Murdianto, M. (2024). Tolong Menolong dalam Kebaikan dalam Al-Qur'an (Studi Penafsiran Ayat-Ayat Ta'awun dalam Tafsir Al-Munir). *Bunyan al-Ulum: Jurnal Studi Islam*, 1(1), 71-89.
- Merianti, L. and Nuine, E. (2022). Analisis hubungan perkembangan emosional anak umur 8 – 12 tahun terhadap kejadian sibling rivalry. *Jurnal Endurance*, 3(3), 474-482. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i3.1244>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The Intelligence of Emotional Intelligence. *The Science of Emotional Intelligence*, 433–442. <https://doi.org/10.5772/intechopen.90978>
- Milevsky, A. (2011). *Sibling relationships in childhood and adolescence: Predictors and outcomes*. Columbia University Press.
- Musthofa, M. A. and Lutfiah, S. Q. (2024). Early marriage and its influence on family harmony in an islamic perspective. *Al-Risalah*, 15(1), 197-214. <https://doi.org/10.34005/alrisalah.v15i1.3351>
- Müller-Bloch, C., & Kranz, J. (2015). A Framework for Rigorously Identifying Research Gaps in Qualitative Literature Reviews Completed Research Paper. <https://core.ac.uk/download/pdf/301367526.pdf>
- Peleg, L. (2025). Sibling relationships – a theoretical framework and their impact on individual development. *E-Journal VFU*, (23), 63-70. <https://doi.org/10.53606/evfu.23.63-70>
- Plessis, L., Wilquin, H., Pavani, J.-B., & Bouteyre, E. (2020). Comparison of relationships among French adult siblings with or without schizophrenia using the ASRQ-S: Mediating effect on emotional distress. *BMC Psychiatry*, 20, 122. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02510-6>
- Polit, D. F. and Beck, C. T. (2010). Generalization in quantitative and qualitative research: Myths and strategies. *International Journal of Nursing Studies*, 47(11), 1451-1458. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2010.06.004>

- Pramesti, K. S. D., & Valentina, T. D. (2025). "ENGKAU BERHARGA BAGIKU": RELASI SAUDARA REMAJA YANG MEMILIKI SAUDARA KANDUNG DENGAN AUTISM SPECTRUM DISORDER. *Psyche: Jurnal Psikologi*, 7(1), 28-45. Retrieved from <https://www.journal.uml.ac.id/TIT/article/view/2596>
- Rehman, A. u. (2025). قرآن اور نفسیاتی صحت: قرآن کا تصور نفس اور جدید سائنیکالوجی کا تقابل. *Al-Aasar*, 2(3), 441-461. <https://doi.org/10.63878/aaj629>
- Rohmah, K. S., & Fardani, D. N. (2025). PRAKTIK RASULULLAH DALAM MENGENDALIKAN AMARAH DAN IMPLIKASI PADA MANAJEMEN KONFLIK MASA KINI. *Journal Central Publisher*, 3(2), 3186-3194.
- Sabni, L., Tuzaroh, F., & Yuwono, A. A. (2025). From Cognition To Spirituality: A Comparative Study Of James J. Gross And Abdallah's Concept Of Emotion Regulation. *Jurnal Kajian Islam dan Pendidikan Tadarus Tarbawy*, 7(1). Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/399642906_From_Cognition_To_Spirituality_A_Comparative_Study_Of_James_J_Gross_And_Abdallah's_Concept_Of_Emotion_Regulation
- Sumarno, S. (2017). Pendidikan Emosi dalam Perspektif Al-Quran dan Al-Hadits. In *Proceedings of Annual Conference for Muslim Scholars* (No. Seri 2, pp. 847-857).
- Strongman, K.T. (2003). The Psychology of Emotion, New Zealand: Department of Psychology University Of Canterbury Christchurch. in *Multidisciplinary Education*, 03(05). <https://doi.org/10.58806/ijirme.2024.v3i5n26>
- Tschan, T., Lüdtke, J., Schmid, M., & In-Albon, T. (2019). Sibling relationships of female adolescents with nonsuicidal self-injury disorder in comparison to a clinical and a nonclinical control group. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 13(1), 15. Retrieved from <https://link.springer.com/article/10.1186/s13034-019-0275-2>
- Wardah, S. N., & Gojali, M. (2021, May). Controlling Emotions from the Al-Qur'an Perspective. In *Gunung Djati Conference Series* (Vol. 4, pp. 545-559).
- Waruwu, M. (2024). Pendekatan penelitian kualitatif: Konsep, prosedur, kelebihan dan peran di bidang pendidikan. *Afeksi: Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 5(2), 198-211.
- Whiteman, S. D., Solmeyer, A. R., & McHale, S. M. (2015). Sibling relationships and adolescent adjustment: Longitudinal associations in two-parent African American families. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(11), 2042–2053. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0286-0>
- Ye, X., Ahmad, N. A., Burhanuddin, N. A. N. B., Xie, R., & Na, M. (2025). Sibling empathy among preschoolers in China: Analyzing emotional responses and family influences. *Frontiers in Psychology*, 16, 1546521. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1546521>
- Younas, A., & Durante, A. (2023). Decision tree for identifying pertinent integration procedures and joint displays in mixed methods research. *Journal of Advanced Nursing*, 79(7), 2754-2769.