

GINA INDAH PERMATA NASTIA, S.KESOS., M.KESOS.  
MUHAMMAD SYADDAD FAUZAN, S.SOS.

# KETAHANAN KELUARGA

KELUARGA TANGGUH, BANGSA KUAT



## **BAB VI**

### **TANTANGAN DAN SOLUSI DALAM MEMBANGUN KETAHANAN KELUARGA**

#### **6.1. Dampak Perubahan Sosial dan Teknologi**

Perkembangan zaman membawa gelombang perubahan yang memengaruhi setiap sendi kehidupan, tak terkecuali keluarga. Era digital dan modernisasi telah mengubah cara kita berinteraksi, bekerja, dan bahkan mendefinisikan kembali nilai-nilai keluarga.

##### **6.1.1. Pergeseran Teknologi**

Teknologi digital memudahkan akses informasi dan komunikasi, tapi juga membawa ancaman bagi keluarga, seperti kejahatan siber, pornografi, dan rusaknya nilai-nilai keluarga. Ironisnya, meski makin terhubung, banyak keluarga justru terasing karena sibuk dengan gawainya masing-masing. Media sosial bisa memicu kesalahpahaman dan menurunkan keintiman antar anggota keluarga. Karena itu, keluarga perlu bijak mengatur penggunaan teknologi, meningkatkan literasi digital, serta membangun komunikasi yang sehat agar teknologi menjadi alat yang memperkuat, bukan melemahkan hubungan.<sup>85</sup>

##### **6.1.2. Pengaruh Urbanisasi dan Modernisasi**

Urbanisasi, atau perpindahan dari desa ke kota, mengubah struktur keluarga. Keluarga besar yang dulu tinggal berdekatan di desa kini bergeser menjadi keluarga kecil di kota karena keterbatasan ruang dan biaya hidup. Mobilitas tinggi di kota juga membuat anggota keluarga sering tinggal terpisah untuk kerja atau pendidikan, yang bisa mengurangi kehangatan keluarga. Peran gender ikut berubah, banyak perempuan bekerja di luar rumah sehingga pembagian tugas rumah tangga perlu disesuaikan. Tanpa penyesuaian, bisa muncul ketegangan. Di sisi lain, kehidupan kota yang sibuk dan individualistik membuat interaksi sosial berkurang, meski kota juga menawarkan peluang ekonomi. Untuk menjaga keharmonisan, keluarga perlu mengelola stres, mencari dukungan komunitas, dan meluangkan waktu bersama.<sup>86</sup>

---

<sup>85</sup> Derysmono, "Strategi Ketahanan Keluarga di Era Digital Menurut Al-Qur'an"; Miftakur Rohman, "DINAMIKA KONFLIK KELUARGA ERA DIGITAL: PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP HUBUNGAN KELUARGA," *MASADIR: Jurnal Hukum Islam* 4, no. 2 (2024): 911–29.

<sup>86</sup> Aisyah Rangkuti dan Romi Mesra, "Dampak Urbanisasi pada Interaksi Sosial dan Struktur Keluarga dalam Masyarakat Modern," *Journal of Sociology Research and Education* 1, no. 3 (2024): 107–15; Rohman, "DINAMIKA KONFLIK KELUARGA ERA DIGITAL: PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP HUBUNGAN KELUARGA."

## 6.2. Krisis Keluarga dan Cara Mengatasinya

Keluarga yang tangguh bukanlah keluarga tanpa masalah, melainkan keluarga yang mampu menghadapi dan menyelesaikan krisis dengan bijak. Memahami apa itu krisis keluarga dan akar penyebabnya adalah langkah pertama menuju solusi.

### 6.2.1. Mengenali Krisis dalam Keluarga

Krisis keluarga adalah kondisi ketika hubungan dalam keluarga menjadi kacau dan tidak terarah, ditandai hilangnya kendali orang tua terhadap anak serta meningkatnya konflik, terutama antar pasangan. Situasi ini biasanya merupakan akumulasi masalah komunikasi dan dinamika keluarga yang tidak sehat. Konflik dalam keluarga dapat terjadi antara suami-istri, orang tua-anak, atau antarsaudara, sering dipicu oleh perbedaan peran, tuntutan, atau kecemburuan. Jika dibiarkan, konflik berlarut dapat melemahkan fungsi keluarga dan berdampak negatif pada kesehatan mental, khususnya anak-anak. Pencegahan dan penanganan krisis keluarga memerlukan perbaikan komunikasi, dukungan psikologis, serta penyelesaian menyeluruh terhadap akar permasalahan.<sup>87</sup>

### 6.2.2. Akar Permasalahan Keluarga

Penyebab utama krisis keluarga sangat beragam dan seringkali saling terkait.<sup>88</sup>

- 1) **Kurangnya atau Putusnya Komunikasi:** Kurangnya komunikasi atau interaksi yang intens dan baik antar anggota keluarga dapat menjadi sumber konflik. Hal ini sering terjadi pada keluarga sibuk di mana kedua orang tua bekerja dan tidak memiliki waktu berkualitas untuk berinteraksi atau berdiskusi tentang kehidupan anak-anak.
- 2) **Masalah Kepribadian:** Krisis keluarga dapat bersumber dari ketidakmatangan kepribadian salah satu atau kedua pasangan, sifat egois, keras kepala, mudah curiga, atau kelainan mental seperti penyimpangan seksual.
- 3) **Masalah Ekonomi:** Masalah keuangan, seperti penurunan penghasilan atau kehilangan pekerjaan, dapat memicu perpecahan dan merusak hubungan rumah tangga.
- 4) **Masalah Pekerjaan Rumah Tangga:** Kurangnya pembagian tugas yang baik, terutama ketika pasangan bekerja dari rumah, dapat memicu konflik.

---

<sup>87</sup> Anggi Yus Susilowati dan Andi Susanto, "Strategi Penyelesaian Konflik Dalam Keluarga Di Masa Pandemi Covid-19," *Hasanuddin Journal of Sociology* 2, no. 2 (2020): 88–97.

<sup>88</sup> Susilowati dan Susanto; Badrudin, Maya Hartati, dan Ratu Munawarah, "Smartphone Penyebab Ketidakharmonisan Keluarga," *Journal An-Nadwah* 3, no. 2 (2023): 61.

- 5) **Pengasuhan Anak:** Perbedaan dalam pengasuhan anak atau kurangnya perhatian dan kasih sayang dapat menjadi sumber konflik.
- 6) **Perceraian:** Perceraian itu sendiri merupakan manifestasi dari kerusakan keluarga yang memburuk.
- 7) **Perselingkuhan:** Seringkali tidak terlepas dari urusan pribadi dan perbedaan karakter, perselingkuhan adalah penyebab perceraian yang signifikan.
- 8) **Perbedaan Prinsip Hidup:** Perbedaan prinsip hidup yang mendasar antara pasangan juga dapat menjadi pemicu konflik.
- 9) **Campur Tangan Pihak Luar:** Adanya campur tangan dari pihak luar anggota keluarga dapat memperburuk konflik.

Faktor-faktor penyebab krisis ini tidak berdiri sendiri, melainkan saling terkait. Misalnya, tekanan ekonomi dapat memperburuk masalah komunikasi, menciptakan efek domino yang memperdalam krisis. Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk melihat masalah sebagai bagian dari sistem yang saling terkait, bukan sekadar insiden terpisah. Ini mendorong pendekatan diagnostik yang lebih mendalam untuk mengidentifikasi akar masalah yang sebenarnya, bukan hanya gejala permukaan.

### 6.2.3. Strategi Penyelesaian Konflik Keluarga

Untuk mengatasi krisis dan konflik, keluarga perlu mengadopsi strategi adaptif yang konstruktif. Pengembangan strategi adaptif ini sangat penting dalam menjaga keharmonisan dan kesejahteraan keluarga. Ini menyiratkan bahwa strategi ini bukan hanya tentang memadamkan api saat konflik terjadi, tetapi juga membangun kapasitas keluarga untuk mencegah konflik di masa depan atau mengelolanya dengan cara yang lebih sehat.<sup>89</sup>

1. **Komunikasi Efektif:** Ini adalah kunci utama. Komunikasi yang jelas, tepat, dan empatik membantu anggota keluarga saling memahami, mengatasi kesalahpahaman, dan berbicara terbuka tentang perasaan serta kebutuhan. Komunikasi yang intens juga meningkatkan kesempatan untuk berbagi dan saling mendukung.
2. **Kolaborasi:** Bekerja sama untuk mencapai tujuan bersama, mengidentifikasi akar masalah, berbagi pandangan, dan merancang solusi yang saling menguntungkan.

---

<sup>89</sup> Jolf John Tendean et al., "Strategi Adaptif Dalam Meredakan Konflik Keluarga," *Mutiara : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia* 1, no. 2 (2023): 31–45.

3. **Kompromi:** Saling memberikan dan menerima untuk menemukan solusi yang dapat diterima semua pihak. Ini melibatkan semangat kerja sama dan keterbukaan, memprioritaskan keharmonisan keluarga di atas keinginan individu.
4. **Menghindari Konflik (dengan Bijak):** Terkadang, menghindari situasi atau topik sensitif dapat mencegah eskalasi konflik yang tidak perlu dan memberikan waktu untuk refleksi. Namun, strategi ini harus digunakan dengan bijak agar tidak menumpuk perasaan yang pada akhirnya bisa meledak.
5. **Mengakui Kesalahan:** Pengakuan tulus atas kesalahan menunjukkan kematangan emosional dan keinginan untuk memperbaiki hubungan. Ini membangun rasa saling percaya dan membuka pintu untuk pembicaraan jujur. Strategi seperti mengakui kesalahan dan komunikasi efektif secara implisit menyoroti pentingnya kecerdasan emosional.
6. **Intervensi Pihak Ketiga:** Jika keluarga tidak mampu menyelesaikan konflik sendiri, intervensi pihak ketiga seperti konselor keluarga dapat membantu memediasi dan menemukan solusi.<sup>90</sup>

Dua hal yang sering membuat penyelesaian konflik tidak efektif adalah tindakan menyalahkan orang lain dan mengungkit persoalan masa lalu. Resolusi konflik yang konstruktif fokus pada penentuan pokok permasalahan, mendiskusikan kontribusi masing-masing, mencari jalan keluar, dan menghargai peran setiap anggota dalam penyelesaian masalah<sup>91</sup>. Keluarga didorong untuk secara proaktif melatih keterampilan komunikasi dan kolaborasi, bahkan saat tidak ada konflik, seperti membangun "otot" ketahanan yang akan berguna saat tantangan muncul.

### **6.3. Peran Masyarakat dan Pemerintah dalam Mendukung Ketahanan Keluarga**

Membangun ketahanan keluarga bukanlah tugas tunggal individu atau keluarga, melainkan upaya kolektif yang membutuhkan dukungan dari berbagai pihak, termasuk pemerintah dan masyarakat.

#### **6.3.1. Inisiatif Pemerintah dalam Penguatan Ketahanan Keluarga**

Pemerintah Indonesia berperan penting dalam membangun ketahanan keluarga melalui berbagai kebijakan dan program. Salah satunya dengan mendorong optimalisasi peran keluarga dan meningkatkan sosialisasi terkait pentingnya ketahanan keluarga.

---

<sup>90</sup> Susilowati dan Susanto, "Strategi Penyelesaian Konflik Dalam Keluarga Di Masa Pandemi Covid-19."

<sup>91</sup> Susilowati dan Susanto.

Pendidikan pun menjadi tanggung jawab bersama antara keluarga, masyarakat, dan pemerintah, di mana pemerintah berperan sebagai pelayan, fasilitator, dan pendamping. Ketahanan keluarga, sesuai Undang-Undang No. 10 Tahun 1992, adalah kondisi di mana keluarga memiliki kemampuan fisik, mental, dan spiritual untuk hidup mandiri dan meningkatkan kualitas hidup. BKKBN sebagai lembaga pemerintah yang mengurus ketahanan keluarga, fokus pada pengendalian jumlah penduduk, peningkatan pelayanan KB, pelatihan petugas, serta edukasi bagi tokoh agama dan masyarakat. BKKBN juga mendorong pemberdayaan ekonomi keluarga untuk mendukung kecukupan gizi dan mencegah stunting.<sup>92</sup>

Beberapa program konkret pemerintah yang mendukung ketahanan keluarga meliputi:

- 1) **Peningkatan Kualitas SDM:** Pemerintah berfokus pada pembangunan sumber daya manusia (SDM) dan keluarga, memastikan setiap individu memiliki akses terhadap kesehatan, pendidikan, dan gizi yang baik serta seimbang sejak dini.<sup>93</sup>
- 2) **Program Pemberdayaan:** Pemerintah, melalui lembaga seperti BP2MI, melaksanakan program pemberdayaan untuk membangun ketahanan keluarga, misalnya bagi pekerja migran pasca pemulangan, dengan memberikan motivasi, pengetahuan terkait pengembangan usaha ekonomi produktif, dan pelatihan bisnis untuk memperkuat ketahanan ekonomi keluarga.<sup>94</sup>
- 3) **Program Motivator Ketahanan Keluarga (MOTEKAR):** Pemerintah Provinsi Jawa Barat, melalui Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak dan Keluarga Berencana (DP3AKB), memiliki program MOTEKAR yang bertujuan membangun ketahanan keluarga. Program ini melakukan pendampingan keluarga melalui identifikasi, motivasi, mediasi, edukasi, perencanaan, dan advokasi permasalahan yang berhubungan dengan ketahanan keluarga, berdasarkan Peraturan Daerah Jawa Barat Nomor 9 Tahun 2014 Pasal 30.<sup>95</sup>

---

<sup>92</sup> Hidayat, Suryanto, dan Hidayat, "Ketahanan Keluarga dalam Menghadapi Keguncangan Ekonomi selama Pandemi"; I Ketut Mahardika et al., "Peranan Keluarga, Masyarakat Dalam Pendidikan Anak," *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10, no. 11 (2024): 272–76; Tresia Lemauck dan Maria Puspitasari, "Program Pemberdayaan untuk Membangun Ketahanan Keluarga Bagi PMI Pasca Pemulangan Ke Indonesia: Sebuah Tinjauan Singkat," *Journal on Education* 05, no. 04 (2023): 11641.

<sup>93</sup> Mahardika et al., "Peranan Keluarga, Masyarakat Dalam Pendidikan Anak."

<sup>94</sup> Lemauck dan Puspitasari, "Program Pemberdayaan untuk Membangun Ketahanan Keluarga Bagi PMI Pasca Pemulangan Ke Indonesia: Sebuah Tinjauan Singkat."

<sup>95</sup> Laras Kidung Kadresaning Kapti, Antik Bintari, dan Jovanscha Qisty Adinda FA, "Efektivitas Program Motivator Ketahanan Keluarga (MOTEKAR) dalam Meningkatkan Ketahanan Keluarga di Provinsi Jawa Barat," *Jurnal Administrasi Pemerintahan (JANITRA)* 3, no. 2 (2023): 283–301.

### 6.3.2. Kontribusi Komunitas dan Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM)

Selain pemerintah, masyarakat dan berbagai organisasi non-pemerintah (LSM) juga memainkan peran vital dalam mendukung ketahanan keluarga. Inisiatif berbasis komunitas seringkali menjadi pendorong utama perubahan positif di tingkat lokal.<sup>96</sup> Beberapa contoh kontribusi masyarakat dan LSM:

- 1) **Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK):** PKK berperan krusial dalam mengedukasi masyarakat tentang pentingnya ketahanan keluarga dan membekali keluarga dengan keterampilan dan pengetahuan. Program-program PKK meliputi pendidikan kesehatan (promosi hidup sehat, kebersihan, sanitasi), ekonomi keluarga (mendorong perempuan terlibat dalam usaha mikro, pelatihan keterampilan menjahit/memasak, literasi keuangan), dan pengasuhan anak.
- 2) **Rumah Keluarga Indonesia (RKI):** RKI adalah program yang digagas untuk pembekalan, pemberdayaan, dan pelatihan bagi masyarakat guna mewujudkan ketahanan keluarga. RKI bertujuan untuk membentuk keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah, dengan kegiatan seperti Sekolah Pra Nikah, Training Pasutri Harmonis, Parenting Club, Sahabat Anak dan Remaja, Pos Ekonomi Keluarga, Konsultasi Keluarga Sakinah, dan Pos Bakti Lansia.
- 3) **Inisiatif Sosial Lainnya:** Berbagai inisiatif sosial lokal juga mendukung keluarga, seperti program intervensi dini berbasis keluarga untuk anak dengan hambatan motorik, program penguatan keluarga oleh SOS Children's Villages Indonesia untuk mengurangi jumlah anak yang rentan terlantar, dan inisiatif kearifan lokal seperti "Pawon Urip" yang membantu menjaga ketahanan fisik, ekonomi, dan sosial budaya keluarga di masa pandemi. Pemberdayaan keluarga juga dilakukan melalui konseling keluarga struktural untuk meningkatkan ketahanan keluarga dari perspektif psikologis, ekonomi, sosial, dan spiritual.
- 4) **Peran LSM dalam Perlindungan:** LSM juga berperan dalam penanganan kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) melalui mediasi, pendampingan hukum, dan upaya pencegahan, memberikan perlindungan fisik, pelayanan kesehatan, dan bimbingan rohani bagi korban. LSM di tingkat lokal juga berfungsi sebagai wadah

---

<sup>96</sup> Vinda Margaretha Talimba, Salmin Dengo, dan Joorie M. Ruru, "Peranan Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) Dalam Menunjang Pembangunan Desa Di Kecamatan Pamona Selatan Kabupaten Poso," *Jurnal Administrasi Publik UNSRAT* 1, no. 10 (2015): 1–13.

penampung aspirasi masyarakat, penggerak partisipasi, sarana komunikasi dengan pemerintah, dan pengawas program pembangunan desa.<sup>97</sup>

### **6.2.3. Sinergi untuk Ketahanan Keluarga Berkelanjutan**

Ketahanan keluarga yang kuat dan berkelanjutan hanya dapat terwujud melalui sinergi dan kolaborasi yang erat antara pemerintah, masyarakat, dan berbagai lembaga. Pemerintah menyediakan kerangka kebijakan dan dukungan makro, sementara komunitas dan LSM mengisi celah dengan inisiatif yang lebih spesifik dan berbasis akar rumput.

Pemerintah daerah secara aktif mendorong partisipasi masyarakat dan inovasi lokal, memastikan alokasi sumber daya yang memadai, dan melakukan pendampingan teknis. Demikian pula, PKK berupaya memberdayakan keluarga dengan menggabungkan kekuatan dan sumber daya berbagai pihak, memperluas jangkauan programnya, dan mengakses sumber daya yang lebih luas. Ini adalah bukti bahwa ketika semua pihak bekerja sama, tantangan yang dihadapi keluarga dapat diatasi secara lebih efektif, menciptakan masyarakat yang lebih kuat dan harmonis.

---

<sup>97</sup> Ninin Pratiwi, Arinto Nugroho, dan Gelar Ali Ahmad, "Peran Lembaga Swadaya Masyarakat Dalam Pemenuhan Hak Pekerja Rumah Tangga yang Mengalami Tindak Kekerasan Fisik di Surabaya (Studi Koalisi Perempuan Indonesia)," *Novum : Jurnal Hukum* 01, no. 01 (2022): 177–90.