

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Keluarga

1. Pengertian dan Konsep Keluarga

Secara umum, yang disebut keluarga adalah satu kesatuan dari sekumpulan individu yang terikat oleh hubungan darah antara satu dengan yang lainnya.¹⁹ Terbentuknya sebuah keluarga tidak bisa lepas dari adanya ikatan perkawinan. Ini terjadi karena hukum di Indonesia menyatakan bahwa keluarga tidak akan sah di mata hukum selama tidak melalui pernikahan yang tercatat di Kantor Catatan Sipil.²⁰ Dalam Undang-undang Nomor 52 Tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, keluarga didefinisikan sebagai unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari suami istri, atau suami, istri dan anaknya, atau ayah dan anaknya, atau ibu dan anaknya.²¹

Ernest W. Burgess dan Harvey J. Locke (dalam Duvall & Miller, 1985) mendefinisikan keluarga sebagai sejumlah individu yang memiliki ikatan perkawinan, hubungan darah, atau adopsi. Keluarga ini dipimpin oleh seorang kepala rumah tangga, dengan anggotanya

¹⁹ Wilodati dan Puspita Wulandari, *Sosiologi Keluarga: Sebuah Pengantar* (Purbalingga: EURIKA MEDIA AKSARA, 2023), 1.

²⁰ Pemerintah Republik Indonesia, “Undang-undang Nomor 22 tahun 1946 Tentang Pencatatan Nikah, Talak, dan Rujuk,” Undang-undang (Jakarta: Pemerintah Republik Indonesia, 1946).

²¹ Undang-undang Nomor 52 Tahun 2009 Tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga.

terlibat dalam interaksi dan komunikasi dalam peran-peran yang mencakup suami dan istri yang saling menghormati, ibu dan ayah, anak laki-laki dan perempuan, serta saudara laki-laki dan perempuan.²²

Sementara itu Stephens, yang dikutip oleh Herien Puspitawati, mendefinisikan keluarga sebagai suatu susunan sosial yang didasarkan pada kontrak perkawinan termasuk dengan pengenalan hak-hak dan tugas orang tua; tempat tinggal suami, istri dan anak-anak; dan kewajiban ekonomi yang bersifat *reciprocal* antara suami dan istri.²³

Dari berbagai pemaparan di atas, keluarga dapat diartikan sebagai unit sosial-ekonomi terkecil dalam masyarakat yang merupakan landasan dasar dari semua institusi, merupakan kelompok primer yang terdiri dari dua atau lebih orang yang mempunyai jaringan interaksi interpersonal, hubungan darah, hubungan perkawinan, dan adopsi.

Keluarga merupakan institusi elementer dalam perkembangan masyarakat.²⁴ Istilah elementer menunjukkan bahwa keluarga adalah unit dasar dan fundamental dalam masyarakat. Keluarga berfungsi sebagai fondasi awal bagi individu dalam mempelajari dan menginternalisasi norma dan nilai sosial. Keluarga sebagai institusi elementer, dengan demikian, adalah komponen utama yang memastikan kelangsungan dan perkembangan nilai-nilai sosial dalam

²² Duvall E. M dan Miller B. C., *Marriage and Family Development* (New York: Harper & Row, 1985), 25.

²³ Herien Puspitawati, *Gender dan Keluarga: Konsep dan Realita di Indonesia* (Bogor: PT. Penerbit IPB Press, 2012), 72.

²⁴ A. Octamaya Tenri Awaru, *Sosiologi Keluarga* (Bandung: CV. Media Sains Indonesia, 2021), 2.

masyarakat. Keluarga mendidik, membentuk, serta mempersiapkan individu untuk berpartisipasi secara aktif dalam kehidupan sosial, ekonomi, dan budaya. Tanpa kehadiran keluarga, struktur dan perkembangan masyarakat akan terganggu.

Kumanto Sunarto (2005) menuliskan empat indikator yang melekat pada institusi keluarga sehingga dikatakan sebagai sebuah institusi elementer dalam masyarakat, yaitu:

1. Keluarga merupakan pranata sosial dasar yang bersifat universal, artinya keluarga merupakan pranata sosial pertama yang diperlukan untuk membentuk individu;
2. Keluarga adalah pusat penting untung berfungsinya lembaga-lembaga sosial lainnya dalam masyarakat;
3. Keluarga merupakan unsur sosial yang paling penting dan utama bagi para anggotanya karena adanya hubungan emosional yang intim, interaksi yang intens dan pengaruhnya terhadap proses sosialisasi yang intensif;
4. Keluarga merupakan sistem yang secara fungsional berhubungan dengan unsur-unsur lain dan merupakan landasan sosial bagi terbentuknya masyarakat yang beradab.²⁵

Hidup berkeluarga merupakan fitrah sosial bagi setiap manusia.

²⁵ Kamanto Sunarto, *Pengantar Sosiologi* (Jakarta: Universitas Indonesia Publishing, 2005), 63-65.

Sebuah keluarga terbentuk dari adanya ikatan suci bernama perkawinan. Dalam Undang-undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan, perkawinan diartikan sebagai ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.²⁶ Tujuan utama dari terbentuknya keluarga, dengan merujuk pada pengertian tadi, adalah untuk meraih kebahagiaan dan kesejahteraan. Kehidupan berkeluarga bagi setiap anggotanya, secara psikologis, merupakan pelabuhan perasaan; ketenteraman, kerinduan, keharuan, semangat, dan pengorbanan—semuanya berlabuh di lembaga yang bernama keluarga.²⁷ Sebab itu, sebuah masalah yang menimpa keluarga, pasti akan berdampak pada setiap anggota di dalamnya—dalam kenyataannya, tidak ada keluarga yang bebas dari masalah.

Tujuan hidup berkeluarga, sebagaimana ditulis di muka, adalah untuk mencapai kesejahteraan. Keluarga yang sejahtera diartikan sebagai keluarga yang dibentuk berdasarkan perkawinan yang sah, mampu memenuhi kebutuhan hidup spiritual dan materiil yang layak, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki hubungan yang serasi, selaras dan seimbang antar anggota dan antar keluarga dengan

²⁶ Indonesia, Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1974 Nomor 1, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 3019). t.t.

²⁷ Mubarok Achmad, *Psikologi Keluarga* (Jakarta: Penerbit Wahana Aksara Prima, 2009), 6.

masyarakat dan lingkungan.²⁸

Konsep keluarga yang sejahtera dalam Islam biasa dikenal dengan istilah keluarga sakinah. Dalam bahasa Arab, sakinah memiliki arti ketenangan, ketenteraman dalam hati, kedamaian dalam berkeluarga. Keluarga sakinah adalah keluarga yang mampu menciptakan suasana kehidupan yang tenteram, dinamis dan aktif, yang asih, asah dan asuh.²⁹ Wujud keluarga sakinah telah diamanatkan oleh Allah SWT dalam Q. S. Ar-Rum ayat 21 berikut:

Di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah bahwa Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari (jenis) dirimu sendiri agar kamu merasa tenteram kepadanya. Dia menjadikan di antaramu rasa cinta dan kasih sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir.³⁰

Yang dimaksud dengan rasa cinta dan kasih sayang adalah rasa tenteram dan nyaman bagi jiwa raga, kemantapan hati, serta selalu diliputi rasa aman dan damai dalam menjalani hidup sebagai pasangan suami istri.

Keluarga sakinah adalah keluarga yang dapat menjalankan fungsi keluarganya dengan baik untuk mencapai tujuan bersama; sebaliknya, keluarga yang gagal menjalankan fungsinya dengan baik maka keutuhan keluarganya akan rentan. Dengan ungkapan lain, terdapat

²⁸ Undang-undang (UU) Nomor 10 Tahun 1992 tentang Perkembangan Kependudukan Dan Pembangunan Keluarga Sejahtera, pasal 1 ayat 11 (Jakarta: Pemerintah Pusat, 1992).

²⁹ Asrofi dan M. Thohir, *Keluarga Sakinah dalam Tradisi Islam Jawa* (Yogyakarta: Arindo Nusa Media, 2006), 3.

³⁰ Qur'an Kemenag, t.t., 30: 21.

beberapa fungsi yang harus dijalankan agar sebuah keluarga dapat mencapai kesejahteraannya.

2. Teori Struktur-Fungsional

Salah satu teori yang menjadi fondasi bagi studi keluarga adalah teori struktural-fungsional atau teori sistem. Pendekatan ini berakar pada karya Spencer dan Durkheim yang menekankan pentingnya struktur sosial (aturan pola sosial) dan fungsinya dalam masyarakat. Struktur sosial terdiri dari bagian-bagian yang terorganisir dalam sistem, di mana setiap bagian memiliki fungsi tertentu.³¹ Teori ini memandang masyarakat sebagai satu struktur yang saling terhubung satu sama lain serta memiliki fungsinya masing-masing.³² Pendekatan teori ini mengakui adanya keragaman kehidupan sosial yang kemudian disesuaikan dalam fungsi sesuai dengan posisi seseorang dalam struktur sebuah sistem.³³

Teori struktural-fungsional mengasumsikan bahwa suatu keluarga terdiri dari bagian yang saling mempengaruhi satu sama lain. Karena itu, harus ada pembagian peran, alokasi, solidaritas, serta komitmen terhadap hak dan kewajiban sebagai pegangan bagi berfungsinya keluarga.³⁴ Suatu keluarga yang tidak memiliki aturan atau fungsi maka keluarga tersebut akan sulit dalam mencapai kesejahteraannya.

4. ³¹ Allika Nur Ramdina Syahas, *Analisis Teori Keluarga* (Universitas Negeri Jakarta, 2019),

³² Awaru, *Sosiologi Keluarga*, 33.

³³ Syahas, *Analisis Teori Keluarga*, 4.

³⁴ Awaru, *Sosiologi Keluarga*, 36.

Pendekatan teori struktural fungsional berfungsi dalam menganalisis peran keluarga agar dapat berfungsi dengan baik, hal ini bertujuan untuk menjaga keutuhan keluarga dan masyarakat.

Dalam pendekatan ini, individu dipahami melalui posisi dan status sosial mereka dalam struktur sosial, bukan melalui karakteristik biologis mereka. Ini memungkinkan kita untuk memahami bagaimana individu berkontribusi pada fungsi sosial dan berinteraksi dalam masyarakat berdasarkan peran yang mereka miliki.³⁵ Dalam konteks keluarga, misalnya, seorang anak bukan hanya dilihat sebagai individu secara biologis, tetapi sebagai seseorang yang memiliki status "anak" dengan harapan dan tanggung jawab tertentu, seperti belajar dan membantu orang tua.

Menurut Levy, struktur keluarga sebagai sistem sosial yang dapat berfungsi dengan baik jika memenuhi persyaratan berikut:

1. Diferensiasi peran, yaitu pembagian peran atau tugas dan aktivitas yang mesti dilakukan oleh semua anggota keluarga. Pembagian ini bisa didasarkan pada usia, gender, generasi, status ekonomi dan politik masing-masing anggota keluarga.
2. Alokasi solidaritas, yang merupakan distribusi hubungan anggota keluarga berdasarkan cinta, kekuatan, dan intensitas dalam hubungan.

³⁵ Syahas, *Analisis Teori Keluarga*, 5.

3. Alokasi ekonomi, yang menyangkut proses distribusi barang dan jasa untuk mendapatkan hasil yang diinginkan demi mencapai tujuan keluarga. Termasuk di dalamnya pembedaan tugas dalam hal produksi, distribusi dan konsumsi barang maupun jasa dalam keluarga.
4. Alokasi politik, merupakan pembagian otoritas dalam keluarga serta siapa yang bertanggung jawab atas setiap aktivitas yang dilakukan anggota keluarga.
5. Alokasi integrasi dan ekspresi, merupakan teknik sosialisasi, internalisasi, dan pelestarian nilai-nilai serta perilaku pada setiap anggota keluarga untuk memenuhi norma-norma yang berlaku.³⁶

3. Fungsi Keluarga

Fungsi adalah setiap pekerjaan yang harus dilaksanakan dalam setiap keluarga. Fungsi di sini mengacu kepada hak dan kewajiban yang harus diketahui dan terutama dilaksanakan oleh setiap individu dalam keluarga. Dengan mengetahui dan melaksanakan fungsi keluarga, maka akan terbentuk keluarga yang sejahtera. Herien Puspitawati (2012) menafsirkan rumusan fungsi-fungsi keluarga dalam Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 1994 pasal 4 ayat 2 sebagai berikut:

1. Fungsi keagamaan, yaitu dengan memperkenalkan dan mengajak anak dan anggota keluarga yang lain dalam kehidupan beragama.

³⁶ Awaru, *Sosiologi Keluarga*, 38.

2. Fungsi sosial budaya, dilakukan dengan membina sosialisasi pada anak, membentuk norma-norma tingkah laku sesuai dengan tingkat perkembangan anak, meneruskan nilai-nilai budaya keluarga.
3. Fungsi cinta kasih, diberikan dalam bentuk memberikan kasih sayang dan rasa aman, serta memberikan perhatian di antara anggota keluarga.
4. Fungsi melindungi, bertujuan untuk melindungi anak dari tindakan-tindakan yang tidak baik, sehingga anggota keluarga merasa terlindungi dan merawat anggota keluarga.
5. Fungsi reproduksi, merupakan fungsi yang bertujuan untuk meneruskan keturunan, memelihara dan membesarkan anak, memelihara dan merawat anggota keluarga.
6. Fungsi sosialisasi dan pendidikan, merupakan fungsi dalam keluarga yang dilakukan dengan cara mendidik anak sesuai dengan tingkat perkembangannya, dan menyekolahkan anak. Sosialisasi dalam keluarga juga dilakukan untuk mempersiapkan anak menjadi anggota masyarakat yang baik.
7. Fungsi ekonomi menjadi mekanisme penopang kemandirian dan ketahanan keluarga. Suami dan istri bekerja sama mengelola keuangan dan memutuskan prioritas pengeluaran keuangan secara transparan, serta ayah dan ibu diharuskan melakukan sosialisasi

tentang ekonomi yang meliputi sumber daya terbatas di atas keinginan yang tak terbatas.

8. Fungsi pembinaan lingkungan. Keluarga memiliki kemampuan menyesuaikan diri secara serasi, selaras, dan seimbang sesuai sumber daya alam dan keadaan lingkungan yang berubah-ubah. Orang tua bertugas mengelola keberlangsungan hidup keluarganya tanpa merusak lingkungan sekitarnya, menjaga lingkungan fisik maupun sosial, serta lingkungan dalam lingkup mikro maupun makro.³⁷

B. Resiliensi Keluarga

1. Pengertian dan Konsep Resiliensi Keluarga

Istilah resiliensi digunakan pertama kali oleh Emmy Werner, seorang psikolog asal Inggris, pada tahun 1970-an dalam penelitiannya tentang anak-anak yang tumbuh dan berkembang dengan baik meskipun mengalami berbagai risiko dan stres. Werner, dalam penelitiannya, menemukan bahwa ada anak-anak yang mampu bangkit dan pulih dari situasi yang sulit; dan ia menyebut kemampuan ini sebagai resiliensi.³⁸

Studi Werner tentang resiliensi pada dasarnya ingin menentang pandangan umum bahwa kejadian-kejadian negatif yang dialami seseorang akan terus menghantuinya sampai kapan pun. Temuan

³⁷ Puspitawati, *Gender dan Keluarga: Konsep dan Realita di Indonesia*, 73–74.

³⁸ Walsh, *Strengthening Family Resilience*, 14.

Werner justru mengatakan sebaliknya; resiliensi membuka peluang bagi yang mengalami kejadian-kejadian negatif di masa lalu untuk bisa tangguh dan bertransformasi menjadi lebih baik. Dengan kata lain, Werner berhasil menentang pandangan umum tersebut.

Secara etimologis, resiliensi berasal dari kata dalam bahasa Inggris, yaitu *resilience*, yang jika diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia mempunyai arti daya lenting atau kemampuan untuk kembali dalam bentuk semula.³⁹ Resiliensi secara sederhana dapat didefinisikan sebagai kapasitas untuk bangkit kembali dari kesulitan dengan lebih kuat dan lebih banyak sumber daya.⁴⁰ Resiliensi memerlukan lebih dari sekedar bertahan, melewati, atau melarikan diri dari cobaan yang mengerikan. Sebaliknya, kualitas resiliensi memungkinkan individu untuk sembuh dari luka yang menyakitkan, mengambil alih kembali kehidupannya, serta melanjutkan hidup sepenuhnya dengan lebih kuat dan baik. Oleh sebab itu, para penyintas belum tentu resilien; beberapa orang terjebak dalam posisi sebagai korban, merawat luka-luka mereka, dan terhalang untuk berkembang karena kemarahan dan rasa bersalah.⁴¹

Untuk melengkapi pemahaman mengenai resiliensi, Froma Walsh kemudian menggunakan model interaksional yang kompleks melalui teori sistem.⁴² Model ini menekankan bahwa resiliensi bukan hanya

³⁹ Sofiatul Jannah, “Resiliensi Perempuan Dalam Membangun Ketahanan Keluarga Pasca Perceraian di Kecamatan Silo Kabupaten Jember” (Tesis, UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2023), 20.

⁴⁰ Walsh, *Strengthening Family Resilience*, 14.

⁴¹ Walsh, 16.

⁴² Walsh, 8.

hasil dari faktor individu, seperti kepribadian atau kekuatan mental, tetapi juga merupakan hasil dari interaksi antara berbagai faktor di dalam dan di sekitar individu. Teori sistem adalah kerangka kerja yang melihat entitas (seperti individu, keluarga, atau organisasi) sebagai bagian dari keseluruhan sistem yang lebih besar.

Dalam konteks ini, individu tidak dapat dipahami secara terpisah dari lingkungan atau konteks sosial mereka. Setiap perubahan dalam satu bagian sistem akan mempengaruhi bagian lain. Dengan menggunakan teori sistem, Walsh menekankan bahwa untuk memahami resiliensi secara penuh kita harus melihat bagaimana berbagai elemen dalam sistem berinteraksi dan saling mempengaruhi. Ini berarti bahwa resiliensi dipengaruhi oleh dinamika keluarga, hubungan interpersonal, dan konteks sosial budaya di mana individu berada.⁴³

Selanjutnya Walsh mendefinisikan resiliensi keluarga sebagai kemampuan keluarga, sebagai satu kesatuan fungsional, untuk bertahan dan bangkit kembali dengan serangkaian langkah koping dan adaptasi yang terjadi di dalamnya ketika keluarga tersebut dihadapkan pada situasi atau kondisi yang sangat menekan.⁴⁴

Menurut Hawley dan De Haan (1996), resiliensi keluarga adalah konstruk yang relatif baru yang mendeskripsikan bagaimana keluarga

⁴³ Walsh, 11.

⁴⁴ Walsh, 14.

beradaptasi terhadap stres dan bangkit dari kesulitan.⁴⁵ Di lain pihak, McCubbin menuliskan definisi resiliensi keluarga sebagai pola perilaku positif dan kemampuan fungsional individu serta keluarga yang muncul dalam situasi stres atau merugikan.⁴⁶

Istilah resiliensi keluarga muncul berdasarkan teori dan penelitian seputar stres, coping, dan adaptasi keluarga.⁴⁷ Peneliti sebelumnya memulai studi mengenai stres keluarga dengan tiga asumsi dasar: 1) anggota keluarga saling berinteraksi dan memberikan dukungan, 2) adanya stresor yang menuntut keluarga untuk beradaptasi dan menyesuaikan diri, dan 3) terdapat aturan tertentu dan dukungan dari komunitas yang mendorong coping dan adaptasi keluarga.⁴⁸

Kalil (2003) mencatat perbedaan pokok antara resiliensi individu dan resiliensi keluarga terletak pada dasar dan sumber konsep resiliensi. Resiliensi individu berakar pada perspektif perkembangan hidup manusia dan difokuskan pada bagaimana individu menjadi tangguh menghadapi kesulitan atau tantangan dalam hidup. Sebaliknya, resiliensi keluarga berakar pada perspektif positif dan melihat keluarga sebagai unit kolektif dari sejumlah individu yang berinteraksi dan

⁴⁵ Rika Febriyanti Hutabarat, "Gambaran Resiliensi Keluarga pada Keluarga Miskin dengan Anak Berstatus Mahasiswa" (Skripsi, Depok, Universitas Indonesia, 2012), 9.

⁴⁶ McCubbin, H. I. dan McCubbin, M. A., *Families, stress, and coping: Family resilience and the definition of resources and community competence*, dalam J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), *Handbook of Early Childhood Intervention* (Cambridge University Press, t.t.), 478-494.

⁴⁷ Joän M. Patterson, "Integrating Family Resilience and Family Stress Theory," *Journal of Marriage and Family* 64, no. 2 (2002): 64.

⁴⁸ William C. Nichols, *Roads to Understanding Family Resilience: 1920s to the Twenty-First Century*, dalam *Handbook of Family Resilience*, ed. Dorothy S. Becvar (New York: Springer New York, 2013), 3-16.

memiliki kekuatan uniknya sendiri. Resiliensi keluarga berkembang dengan menempatkan keluarga sebagai unit fungsional yang menjadi sumber kekuatan bagi anggota keluarga untuk menjadi tangguh.⁴⁹

Salah satu hal progresif dalam kajian resiliensi keluarga adalah peralihan dari pandangan yang berbasis defisit menuju pandangan yang berorientasi pada kekuatan. Pendekatan ini berusaha untuk memahami bagaimana keluarga, dalam keragamannya, dapat bertahan dan bergenerasi bahkan dengan tekanan yang luar biasa berat. Pendekatan ini juga menegaskan potensi keluarga untuk memperbaiki diri dan tumbuh dari krisis atau tantangan.

2. Komponen Resiliensi Keluarga

Walsh menulis bahwa terdapat komponen-komponen yang membentuk resiliensi keluarga. Komponen-komponen tersebut terbangun dari hasil identifikasi Walsh atas sembilan proses transaksional utama yang kemudian diorganisasikan ke dalam tiga domain (dimensi): sistem kepercayaan, pola organisasi, dan proses komunikasi (BAB 6). Keseluruhan komponen ini kemudian menjadi kerangka kerja konseptual dalam menilai resiliensi keluarga. Komponen ini juga menjadi semacam proses kunci dalam membentuk resiliensi keluarga. Berikut adalah ketiga komponen tersebut:

⁴⁹ Ariel Kalil, *Family Resilience and Good Child Outcomes A Review of the Literature* (Wellington: Centre for Social Research and Evaluation, Ministry of Social Development, 2003), 45.

a) Sistem Keyakinan Keluarga (*Family Belief System*)

Sistem keyakinan di dalam keluarga merujuk pada nilai-nilai, keyakinan, dan makna yang dimiliki keluarga yang dapat membantu mereka untuk mengelola dan menghadapi situasi krisis. Dengan adanya nilai-nilai yang ditanamkan, maka hal itu dapat ikut berperan dalam pembentukan suatu lingkaran kepercayaan dan kebersamaan yang penting di dalam keluarga untuk membentuk resiliensi. Keyakinan merupakan lensa yang digunakan seseorang untuk memandang dunia, sehingga mempengaruhi bagaimana ia mempersepsi sesuatu.⁵⁰

Ada tiga proses utama dalam sistem kepercayaan keluarga yang dapat membentuk resiliensi, yaitu pemaknaan terhadap kesulitan, pandangan positif, serta transendensi dan spiritualitas. Ketiga sub-komponen tersebut adalah sebagaimana berikut.

1) Pandangan Terhadap Kesulitan

Pemaknaan erat kaitannya dengan bagaimana sebuah keluarga mampu mengambil hikmah dari situasi krisis yang dialami. Bagaimana keluarga memaknai sebuah krisis atau kesulitan merupakan hal yang penting dalam resiliensi. Sixbey (2005) menyatakan bahwa anggota keluarga mampu mengatasi kesulitan dengan baik ketika mereka memiliki

⁵⁰ Hutabarat, *Gambaran Resiliensi Keluarga pada Keluarga Miskin dengan Anak Berstatus Mahasiswa*, 11

sense of coherence, yaitu melihat krisis sebagai tantangan yang bermakna, dapat dimengerti, dan dapat ditangani bersama.⁵¹ Dengan demikian, kesulitan tidak lagi dilihat sebagai hal yang destruktif, melainkan sebagai tantangan bersama.

2) Pandangan Positif

Keyakinan keluarga akan masa depan yang baik dan harapan bahwa masalah akan dapat diselesaikan adalah apa yang di sini disebut sebagai pandangan positif. Ini juga mencakup kemampuan untuk melihat kesempatan di balik kesulitan dan selalu menjaga sikap positif. Pandangan positif, tutur Walsh, tercermin melalui inisiatif dan upaya yang konsisten dalam menyelesaikan masalah, serta dapat memberikan semangat pada keluarga dalam menghadapi masalah.⁵² Dengan kata lain, pandangan positif membawa optimisme yang menguatkan dan mendorong keluarga untuk fokus pada potensi yang dimiliki dalam menyelesaikan masalah.

3) Transendensi dan Spiritualitas

Transendensi dan spiritualitas memberikan pemahaman pada keluarga bahwa sesuatu terjadi atas tujuan tertentu dan

⁵¹ Walsh, *Strengthening Family Resilience*. 44

⁵² Walsh, 52.

ada kekuatan besar di luar diri mereka yang turut membantu dan menguatkan.⁵³ Di masa-masa sulit, sebagian besar keluarga mencari kekuatan, kenyamanan, dan bimbingan melalui hubungan dengan tradisi budaya dan keyakinan mereka. Pada titik ini, aktivitas religius seperti berdoa menjadi sumber daya yang dapat menguatkan resiliensi keluarga.

b) Proses Organisasi (*Organizational Processes*)

Keluarga perlu menyediakan struktur untuk dapat menciptakan adanya kesatuan, keterhubungan dan komunikasi antar keluarga. Struktur dan bagaimana cara keluarga mengatur diri mereka untuk tetap kuat dan adaptif dalam menghadapi perubahan dan tantangan adalah apa yang disebut sebagai pola organisasi.⁵⁴ Potensi yang dimiliki keluarga harus mampu dimobilisasi dan diorganisasikan melalui struktur hubungan di dalam keluarga agar mampu menghadapi krisis dengan efektif.

Pola ini terbangun dari tiga proses, yaitu fleksibilitas, keterhubungan, dan ketersediaan sumber daya ekonomi antar anggota keluarga. Berikut paparan atas ketiga sub-komponen tersebut.

1) Fleksibilitas

⁵³ Walsh, 57.

⁵⁴ Walsh, 65.

Fleksibilitas merupakan proses struktural inti dalam resiliensi. Fleksibilitas diperlukan guna merelokasikan peran dan beradaptasi terhadap perubahan kondisi dan tantangan yang tidak terduga.⁵⁵ Oleh karena itu, keluarga perlu mengembangkan struktur keluarga yang fleksibel agar bisa berfungsi secara optimal dalam menghadapi kesulitan.⁵⁶ Fleksibilitas dalam keluarga tercermin dalam kepemimpinan yang mampu menyangga dan menyeimbangkan perubahan yang mengganggu serta mendapatkan kembali stabilitas.

2) Keterhubungan

Keterhubungan merujuk pada adanya ikatan emosional yang kuat di antara anggota keluarga. Hubungan emosional ini sangat penting untuk memastikan keluarga berfungsi dengan baik. Walsh (2006) menyatakan bahwa keluarga yang tangguh mampu menjaga keseimbangan antara kedekatan, dukungan, dan komitmen, serta dapat mentoleransi perpisahan dan perbedaan kebutuhan maupun pandangan setiap anggota. Oleh karena itu, saat menghadapi krisis, penting untuk memastikan setiap upaya yang dilakukan tetap mempertahankan kebersamaan anggota

⁵⁵ Hutabarat, *Gambaran Resiliensi Keluarga pada Keluarga Miskin dengan Anak Berstatus Mahasiswa*, 12.

⁵⁶ Froma Walsh, *Normal Family Processes: Growing Diversity and Complexity*, 3rd Edition (The Guilford Press, 2003), 42.

keluarga.⁵⁷

3) Ketersediaan Sumber Daya Sosial dan Ekonomi

Salah satu elemen penting untuk kelangsungan hidup sebuah keluarga adalah ketersediaan sumber daya ekonomi. Dengan pola organisasi yang baik, keluarga dapat mengelola sumber daya ekonomi secara lebih efektif.⁵⁸ Selain itu, Walsh (2006) juga menyatakan bahwa kerabat dan jaringan sosial merupakan sumber daya penting ketika keluarga menghadapi kesulitan. Kedua hal tersebut memberikan dukungan praktis dan psikososial. Kelompok atau organisasi dapat menjadi tempat bagi keluarga untuk bertukar informasi, berbagi pemikiran, mengungkapkan perasaan, serta memberikan dorongan semangat untuk bangkit kembali.⁵⁹ Kondisi keuangan keluarga yang stabil juga memainkan peran penting dalam meningkatkan ketahanan keluarga (Walsh, 2006).

c) Proses Komunikasi dan Pemecahan Masalah (Communication and Problem-Solving Processes)

Komunikasi merupakan hal yang penting untuk meningkatkan fungsi dan resiliensi keluarga. Proses komunikasi merujuk pada cara keluarga berkomunikasi untuk menyelesaikan masalah, saling

⁵⁷ Walsh, *Strengthening Family Resilience*, 74.

⁵⁸ Walsh, 76.

⁵⁹ Walsh, *Normal Family Processes: Growing Diversity and Complexity*, 50.

mendukung, dan tetap terhubung. Dengan adanya komunikasi, maka keluarga dapat bersama-sama bersinergi untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi.⁶⁰ Komunikasi yang baik akan menciptakan dukungan moral yang signifikan bagi masing-masing anggota keluarga. Aspek komunikasi didukung oleh adanya kejelasan, keterbukaan ungkapan emosi, dan penyelesaian masalah yang kolaboratif. Berikut penjelasan ketiga sub-komponen tersebut.

1) Kejelasan

Hal yang esensial dari keberfungsian keluarga adalah adanya kejelasan komunikasi. Kejelasan merujuk pada bagaimana keluarga menjaga komunikasi yang terbuka, jujur, dan penuh hormat di antara anggota keluarga. Ini mencakup kemampuan untuk menyampaikan pesan dengan jelas dan konsisten. Kejelasan dalam menyampaikan informasi juga dapat memfasilitasi keluarga dalam memaknai, berbagi emosi, dan menginformasikan keputusan yang diambil. Selain itu, ini juga penting untuk mengklarifikasi ambiguitas dalam sebuah informasi.

2) Keterbukaan Ungkapan Emosi

Goleman (1995, dalam Walsh, 2006) menekankan pentingnya mengekspresikan perasaan emosional untuk

⁶⁰ Walsh, *Strengthening Family Resilience*, 82.

mencapai coping yang efektif dan penyesuaian dalam kehidupan. Komunikasi yang terbuka dipromosikan oleh rasa saling percaya, empati, dan toleransi terhadap perbedaan. Oleh karena itu, ketika menghadapi masalah atau stres, keluarga dapat berbagi perasaan mereka dengan bebas.⁶¹ Akibatnya, keluarga dapat mendorong anggotanya untuk terbuka tentang perasaan mereka dan saling memberikan dukungan. Menemukan kebahagiaan atau humor selama masa-masa sulit juga dapat meningkatkan semangat dan ketangguhan anggota keluarga.⁶² Oleh karena itu, penting untuk membangun hubungan yang didasari oleh saling percaya, empati, dan toleransi terhadap berbagai emosi yang muncul dan berubah.

3) Penyelesaian Masalah yang Kolaboratif

Kemampuan untuk menyelesaikan masalah secara efektif sangat penting bagi keluarga untuk dapat menyesuaikan diri dengan masalah yang muncul secara tiba-tiba maupun yang berlangsung lama.⁶³ Dengan saling memberikan saran (*brainstorming*) dan mengumpulkan berbagai ide, keluarga dapat menemukan cara baru untuk mengatasi kesulitan dan bangkit kembali setelah mengalami

⁶¹ Walsh, 86.

⁶² Walsh, 89.

⁶³ Walsh, 91.

musibah. Setiap anggota keluarga harus secara proaktif bekerja sama untuk menemukan solusi atas masalah yang dihadapi keluarga.⁶⁴ Mereka juga perlu selalu memiliki alternatif solusi untuk menghadapi kesulitan yang muncul secara mendadak.



⁶⁴ Walsh, *Normal Family Processes: Growing Diversity and Complexity*, 64.