

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

KETAHANAN KELUARGA

KELUARGA TANGGUH, BANGSA KUAT



BAB IV

PERAN ANGGOTA KELUARGA DALAM MEMBANGUN KETAHANAN

4.1. Peran Ayah dalam Keluarga

Di banyak masyarakat, peran ayah seringkali hanya dipandang sebagai pencari nafkah atau orang yang bertugas memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Padahal, peran ayah sebenarnya jauh lebih besar dan beragam. Menurut penelitian keluarga modern, ayah memegang peran penting dalam membangun ketahanan atau kekuatan keluarga, tidak hanya dari sisi keuangan, tapi juga dari sisi emosional, pendidikan, dan perlindungan terhadap anak-anak. Ketika ayah terlibat secara aktif, baik melalui kehadiran fisik maupun memberikan dukungan emosional, hal ini memberi dampak yang sangat positif. Anak-anak bisa tumbuh dengan lebih baik, merasa aman, dan keluarga pun menjadi lebih harmonis serta kuat dalam menghadapi tantangan hidup.⁶⁷

1) Peran Pemimpin dan Pelindung Keluarga

Ayah adalah pemimpin keluarga yang tidak hanya bertanggung jawab memenuhi kebutuhan sehari-hari seperti makanan, pakaian, dan tempat tinggal, tetapi juga menjaga keamanan dan kebutuhan emosional keluarga. Tugas ayah termasuk melindungi anak dari bahaya seperti narkoba, pergaulan bebas, dan perdagangan manusia. Saat ini, peran ayah tidak hanya sebagai pencari nafkah, tapi juga sebagai pelindung, pendidik, dan pembimbing moral. Keluarga yang kuat membutuhkan ayah yang hadir secara seimbang, baik secara materi maupun emosional. Kehadiran ayah yang seperti ini memberi rasa aman dan membangun kepercayaan diri anak dalam menghadapi tantangan hidup.⁶⁸

2) Peran Pendidik dan Pengasuh

Peran ayah dalam keluarga bukan hanya mencari nafkah, tetapi juga berperan besar dalam membimbing dan mendidik anak. Ayah membantu anak belajar, menanamkan nilai-nilai kebaikan, serta membentuk karakter yang kuat. Selain itu, ayah juga berperan sebagai penyemangat saat anak belajar dan menjadi penengah saat terjadi pertengkaran atau salah paham di rumah. Peran ini sangat penting untuk mengajarkan kedisiplinan, etos kerja, dan rasa tanggung jawab pada anak. Semua hal tersebut menjadi pondasi penting untuk

⁶⁷ Darmawati, "Peran Ayah Dalam Aspek Perkembangan Emosional Dan Psikologi Anak," *Jurnal Adzkiya* VII, no. 1 (2023): 1–10, <https://jurnalstaiibnusina.ac.id/index.php/adz>.

⁶⁸ Darmawati; Syamsul Mujahidin dan Erni Isis Aisyah Amini, *Buku Seri Orang Tua: Penguatan Ketahanan Keluarga, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Balai Pengembangan Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini Dan Pendidikan Masyarakat NTB*, 2017.

membangun keluarga yang kuat, saling mendukung, dan mampu menghadapi berbagai tantangan hidup bersama.⁶⁹

3) Peran Ekonomi dan Kesejahteraan

Sejak dulu, ayah dikenal sebagai tulang punggung ekonomi keluarga. Tugas ini sangat penting untuk memastikan kebutuhan dasar keluarga terpenuhi, seperti makanan sehari-hari, biaya pendidikan, dan layanan kesehatan. Namun, di masa sekarang, peran mencari nafkah tidak lagi sepenuhnya dibebankan kepada ayah. Banyak ibu juga ikut membantu menambah penghasilan keluarga. Meski begitu, peran ayah tetap sangat penting dalam menjaga kestabilan ekonomi keluarga. Stabilitasnya keuangan menjadi salah satu kunci agar keluarga bisa tetap kuat dan mampu menghadapi berbagai tantangan atau perubahan yang terjadi.⁷⁰

4) Peran Normatif dan Religius

Dalam ajaran Islam, ayah memiliki peran utama sebagai pemimpin dalam keluarga. Tugas utamanya adalah mengenalkan ajaran agama dan nilai-nilai moral kepada anak-anak. Seorang ayah tidak hanya melindungi keluarganya secara fisik, tetapi juga menjadi teladan dalam perilaku dan memberikan nasihat yang sesuai dengan tuntunan agama. Peran ini penting karena nilai agama yang diajarkan sejak dini membantu membentuk karakter anak dan mempererat ikatan keluarga. Selain itu, ayah juga bertanggung jawab menjaga keadilan dan keseimbangan dalam rumah tangga, terutama saat mengambil keputusan penting yang memengaruhi seluruh anggota keluarga.⁷¹

5) Peran Sumber Dukungan Emosional

Keterlibatan ayah dalam kehidupan anak, terutama secara emosional, sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental dan tumbuh kembang anak. Ketika ayah mau mendengarkan, memeluk, atau menunjukkan kasih sayang, anak akan merasa lebih tenang, stres berkurang, dan rasa percaya dirinya meningkat. Yang paling penting bukan seberapa lama waktu yang dihabiskan bersama, tapi seberapa berkualitas hubungan yang terbangun. Meskipun ayah sibuk, perhatian dan empati saat bertemu sudah memberi dampak besar. Keterlibatan emosional ini juga membuat anak lebih kuat secara mental dan membantu

⁶⁹ Hakimah Marwah Insan, "Analisis Peran Ayah Terhadap Pengasuhan Anak Dalam Membangun Ketahanan Keluarga Sebagai Pondasi Ketahanan Nasional," *Siyasyatuna: Jurnal Hukum Tata Negara* 1, no. 1 (2021): 49–57.

⁷⁰ Ghaisania Amanda, Aan Listiana, dan Yeni Rachmawati, "Analisis Konsep Ketahanan Keluarga Pada Pengasuhan Single Father dan Dinamika Peran Ganda Ayah," *KIDDO : JURNAL PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI* 6, no. 1 (2025): 148–64.

⁷¹ Muhammad Ridho Hisyam et al., "PERAN ANGGOTA KELUARGA BERKETAHANAN DALAM PERSPEKTIF QURAN," *Ulumuddin: Jurnal Ilmu-ilmu Keislaman* 9, no. 2 (2019): 171–86.

mencegah masalah kesehatan jiwa di masa depan. Dengan begitu, peran ayah turut menciptakan keluarga yang sehat dan kuat.⁷²

4.2. Peran Ibu dalam Keluarga

Ibu memiliki peran yang sangat penting dan luas dalam menjaga kekuatan dan ketahanan keluarga. Ibu adalah salah satu tiang utama dalam keluarga, yang tidak hanya mengasuh, tetapi juga mendidik serta membantu membentuk karakter anak-anak. Peran ibu tidak hanya sebatas mengurus kebutuhan sehari-hari atau memberikan perhatian emosional, tapi juga turut menjaga agar keluarga tetap harmonis, stabil, dan bisa bertahan menghadapi berbagai situasi. Terdapat beberapa peran utama yang dijalankan ibu dalam keluarga, antara lain:⁷³

1. Pembentukan Karakter dan Akhlak Anak

Ibu adalah sosok pertama yang mengenalkan nilai-nilai moral, norma, dan budaya kepada anak-anaknya. Melalui interaksi sehari-hari, ibu mampu menanamkan karakter baik, seperti kejujuran, disiplin, dan tanggung jawab, yang menjadi pondasi utama dalam membangun generasi bangsa yang unggul dan berkarakter.

2. Menjaga Komunikasi dan Interaksi Keluarga

Kunci utama dalam membangun ketahanan keluarga adalah komunikasi yang efektif. Ibu berperan sebagai penghubung yang mampu menjaga jalinan komunikasi yang harmonis antar anggota keluarga. Dengan komunikasi yang baik, konflik dapat diminimalisasi dan rasa saling pengertian dapat terjalin dengan baik, sehingga menciptakan suasana keluarga yang harmonis dan kokoh.

3. Pengelolaan Ekonomi Keluarga

Ibu juga berperan dalam mengelola keuangan keluarga, mulai dari pengaturan pengeluaran, menabung, hingga perencanaan keuangan jangka panjang. Pengelolaan ekonomi yang baik akan memberikan rasa aman dan stabilitas ekonomi keluarga, yang merupakan salah satu indikator ketahanan keluarga.

4. Menjaga Kesehatan Fisik dan Mental Keluarga

Ibu bertanggung jawab dalam menjaga kesehatan fisik anggota keluarga melalui pola makan yang sehat, menjaga kebersihan, serta memastikan anggota keluarga mendapatkan perawatan kesehatan yang diperlukan. Selain itu, ibu juga harus mampu mendukung

⁷² Darmawati, "Peran Ayah Dalam Aspek Perkembangan Emosional Dan Psikologi Anak."

⁷³ Wutsqah & Mukaddamah (2023)

kesehatan mental keluarga dengan memberikan perhatian dan kasih sayang yang cukup, serta menciptakan suasana yang nyaman dan penuh kasih sayang.

5. Menjalin Hubungan Sosial dan Lingkungan Sekitar

Selain di dalam rumah, ibu juga berperan dalam membangun hubungan sosial dengan masyarakat sekitar. Hubungan sosial yang baik akan memperkuat jaringan dukungan sosial keluarga, yang sangat penting dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan dan memperkuat ketahanan keluarga secara umum.

6. Peran sebagai Penggerak dan Penguat Nilai-Nilai Keagamaan dan Budaya

Ibu berperan sebagai penggerak utama dalam menanamkan nilai-nilai keagamaan dan budaya kepada anak-anaknya. Nilai-nilai ini menjadi landasan moral dan etika yang akan membentuk karakter dan kepribadian anak, serta memperkuat identitas keluarga dan bangsa.

Secara keseluruhan, keberhasilan ibu dalam menjalankan peran-peran tersebut akan sangat menentukan terbentuknya keluarga yang kokoh, harmonis, dan mampu menghadapi berbagai tantangan zaman. Ketahanan keluarga yang kuat akan berkontribusi positif terhadap pembangunan bangsa dan negara, karena keluarga adalah unit terkecil yang menjadi pondasi utama dalam membangun peradaban bangsa yang unggul dan berkarakter.

4.3. Peran Anak dalam Keluarga

Selama ini, anak sering dianggap sebagai penerima pasif yang hanya perlu dilindungi dan dibimbing oleh orang tua. Penelitian pun lebih banyak menyoroti pengaruh orang tua terhadap anak, tanpa melihat bagaimana anak juga memengaruhi orang tua dan hubungan dalam keluarga. Padahal, kini semakin disadari bahwa anak adalah individu aktif yang bisa memengaruhi perilaku orang tua dan dinamika keluarga sejak usia dini. Anak-anak mampu memulai interaksi, memberi dampak positif bagi diri sendiri dan orang lain, serta berperan dalam ketahanan keluarga. Jika hanya melihat anak sebagai pihak yang pasif, upaya membangun ketahanan keluarga jadi tidak lengkap, karena hanya fokus pada peran orang tua. Dengan memahami bahwa anak juga punya peran aktif, kita bisa merancang intervensi dan kebijakan yang lebih efektif, memberdayakan anak sebagai bagian penting dalam menciptakan keluarga yang tangguh dan mampu beradaptasi.

Kontribusi anak terhadap ketahanan keluarga dapat diamati dalam berbagai dimensi yang saling terkait, dimana anak memiliki peran aktif dalam menjaga stabilitas dan adaptasi keluarga, antara lain:⁷⁴

1. Sebagai Agen Aktif dalam Dinamika Keluarga

Anak tidak hanya sebagai penerima perlindungan dan pendidikan, tetapi juga sebagai agen yang memengaruhi lingkungan keluarga. Mereka dapat memicu perubahan perilaku dan pandangan orang tua, yang berkontribusi pada penguatan ketahanan keluarga.

2. Pengembangan Strategi Pribadi Menghadapi Tantangan

Anak mampu mengembangkan strategi pribadi untuk menghadapi berbagai tantangan sosial dan media, tanpa selalu bergantung pada intervensi orang tua. Kemampuan ini membantu mereka dan keluarga dalam menyesuaikan diri terhadap situasi sulit, memperkuat daya tahan keluarga secara keseluruhan.

3. Pengaruh terhadap Pola Komunikasi dan Hubungan Keluarga

Partisipasi aktif anak dalam keluarga dapat memperbaiki pola komunikasi dan hubungan antar anggota keluarga. Komunikasi yang efektif dan saling mendukung meningkatkan stabilitas dan adaptasi keluarga dalam menghadapi krisis.

4. Sebagai Sumber Motivasi dan Kekuatan

Kehadiran dan perilaku positif anak dapat menjadi sumber motivasi bagi orang tua, memperkuat ikatan emosional dan solidaritas keluarga. Hal ini penting dalam membangun ketahanan keluarga karena keluarga yang kompak lebih mampu menghadapi tantangan.

4.4. Kolaborasi Keluarga dalam Menjaga Ketahanan

Ketahanan keluarga bukanlah tanggung jawab satu orang, melainkan hasil dari kerja sama yang erat dan sinergi antar semua anggotanya. Dalam menghadapi berbagai tantangan hidup, keluarga yang tangguh adalah keluarga yang mampu berkolaborasi, berkomunikasi secara efektif, dan saling mendukung.⁷⁵⁷⁶

⁷⁴ Bulck & Bergh, (2001)

⁷⁵ Khoirunnisaa (2025)

⁷⁶ Rondang Siahaan, "Ketahanan Keluarga Perspektif: Pekerjaan Sosial," *Informasi* 17, no. 02 (2012): 82–96; Hidayat, Suryanto, dan Hidayat, "Ketahanan Keluarga dalam Menghadapi Keguncangan Ekonomi selama Pandemi"; Oh dan Chang, "Concept Analysis: Family Resilience."

1) Kekuatan Bersama dalam keluarga

Ketahanan keluarga adalah kemampuan keluarga untuk bersama-sama menghadapi masalah dan beradaptasi. Kuncinya adalah kerja sama antara anggota keluarga, terutama pasangan, dalam mencari solusi. Keluarga yang kuat memiliki rasa kebersamaan, saling percaya, dan merasa bagian dari satu tim. Ketahanan keluarga tidak hanya bergantung pada kemampuan individu, tapi lahir dari kekompakan dan kerja sama seluruh anggota keluarga. Saat semua merasa terhubung, mereka lebih termotivasi untuk saling mendukung.

2) Pentingnya Komunikasi yang Baik

Komunikasi yang terbuka dan jujur adalah kunci memperkuat hubungan keluarga. Ini termasuk saling mendengarkan dengan empati, berbicara dengan sopan, meluangkan waktu untuk berdiskusi, dan mengendalikan emosi saat berkomunikasi. Komunikasi yang baik mencegah kesalahpahaman, membangun kepercayaan, dan memperkuat ikatan emosional. Ketika keluarga bisa berbicara secara terbuka, masalah dapat dihadapi bersama, bahkan konflik bisa menjadi kesempatan untuk mempererat hubungan.

3) Saling Mendukung dalam Keluarga

Saling memberi dukungan adalah fondasi keluarga yang harmonis. Keluarga yang tangguh memanfaatkan dukungan dari dalam maupun luar keluarga, seperti kerabat atau teman. Kesabaran dan toleransi juga dibutuhkan saat menghadapi perbedaan pendapat. Keluarga tidak bisa berdiri sendiri, mereka perlu membangun hubungan baik dengan lingkungan sekitar untuk memperkuat ketahanan.⁷⁷

4) Pentingnya Ritual dan Kebiasaan Keluarga

Melakukan kegiatan rutin bersama, seperti makan atau beribadah, memperkuat ikatan keluarga. Ritual kecil seperti berbagi cerita, memberi hadiah, atau membuat kenangan bersama, membangun rasa memiliki dan kebersamaan. Hal-hal sederhana ini memperkuat identitas keluarga dan membantu menjaga kekompakan, terutama saat menghadapi masa sulit.

⁷⁷ Yulianti, Margaretha Tri Astuti, dan Laras Triayunda, "Komunikasi Keluarga sebagai Sarana Keharmonisan Keluarga," *Innovative: Journal Of Social Science Research* Volume 3, no. 2 (2023): 4609–17.