
Ketahanan Keluarga: Dinamika Psikososial dalam Transformasi Nilai dan Struktur Sosial

Noor Syifa Amaliah Azizah^{1*}

¹ Universitas Islam Negeri Antasari, Indonesia

e-mail: syifaalaziz@gmail.com¹

Article Info :

Received:

27-10-2025

Revised:

28-11-2025

Accepted:

18-12-2025

Abstract

Family resilience has become a crucial issue in contemporary society as families face rapid transformations in social values, structures, and interaction patterns. This study examines family resilience as a psychosocial and adaptive process shaped by changes in social values and family structures. The findings indicate that psychosocial dynamics, including emotional bonds, communication quality, and internal support systems, play a significant role in strengthening family resilience. The transformation of social values, particularly related to digitalization, gender roles, and economic structures, has reshaped family authority, role distribution, and value internalization processes. Family resilience emerges not as a static condition, but as an adaptive strategy that enables families to negotiate change while maintaining relational stability and core values. Families that demonstrate flexibility, reflective communication, and balanced role negotiation tend to show stronger resilience in responding to social pressures. The study highlights that family resilience functions as a strategic social resource that supports individual well-being and social sustainability. Understanding family resilience from a psychosocial and structural perspective provides a comprehensive framework for strengthening families amid ongoing social transformation.

Keywords : family resilience, psychosocial dynamics, social value transformation, family structure, social adaptation.

Abstrak

Ketahanan keluarga telah menjadi isu krusial dalam masyarakat kontemporer seiring dengan perubahan cepat dalam nilai-nilai sosial, struktur, dan pola interaksi keluarga. Studi ini mengkaji ketahanan keluarga sebagai proses psikososial dan adaptif yang dibentuk oleh perubahan dalam nilai-nilai sosial dan struktur keluarga. Temuan menunjukkan bahwa dinamika psikososial, termasuk ikatan emosional, kualitas komunikasi, dan sistem dukungan internal, memainkan peran penting dalam memperkuat ketahanan keluarga. Transformasi nilai-nilai sosial, terutama terkait dengan digitalisasi, peran gender, dan struktur ekonomi, telah mengubah otoritas keluarga, distribusi peran, dan proses internalisasi nilai-nilai. Ketahanan keluarga muncul bukan sebagai kondisi statis, melainkan sebagai strategi adaptif yang memungkinkan keluarga menegosiasikan perubahan sambil mempertahankan stabilitas relasional dan nilai-nilai inti. Keluarga yang menunjukkan fleksibilitas, komunikasi reflektif, dan negosiasi peran yang seimbang cenderung menunjukkan ketahanan yang lebih kuat dalam merespons tekanan sosial. Studi ini menyoroti bahwa ketahanan keluarga berfungsi sebagai sumber daya sosial strategis yang mendukung kesejahteraan individu dan keberlanjutan sosial. Memahami ketahanan keluarga dari perspektif psikososial dan struktural menyediakan kerangka kerja komprehensif untuk memperkuat keluarga di tengah transformasi sosial yang berkelanjutan.

Kata Kunci : ketahanan keluarga, dinamika psikososial, transformasi nilai sosial, struktur keluarga, adaptasi sosial.



©2022 Authors.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Ketahanan keluarga merupakan fondasi utama dalam menjaga keberlanjutan fungsi sosial masyarakat di tengah perubahan struktur dan nilai yang terus bergerak seiring perkembangan zaman. Keluarga tidak lagi dipahami sebatas unit biologis, melainkan sebagai ruang utama pembentukan karakter, pengelolaan emosi, serta internalisasi norma sosial yang menentukan kualitas relasi antarindividu. Perubahan sosial yang dipicu oleh modernisasi, globalisasi, serta digitalisasi telah mendorong keluarga untuk menyesuaikan pola interaksi dan sistem pengasuhan agar tetap adaptif dan berdaya tahan. Kondisi ini menempatkan ketahanan keluarga sebagai isu strategis yang relevan untuk

dikaji secara mendalam dari sudut pandang psikososial dan struktural (Lestari & Pratiwi, 2018; Khaeriyah & Natsir, 2025).

Transformasi nilai sosial yang berlangsung cepat turut memengaruhi relasi antaranggota keluarga, baik dalam aspek komunikasi, pengambilan keputusan, maupun pembagian peran. Kemajuan teknologi digital menghadirkan ruang interaksi baru yang menggeser pola kedekatan emosional dalam keluarga, sekaligus membentuk sistem nilai yang lebih terbuka dan kompleks. Relasi keluarga yang sebelumnya berorientasi pada kedekatan fisik kini bergeser menuju pola relasi yang lebih fleksibel namun berpotensi menimbulkan jarak emosional. Dinamika ini menunjukkan bahwa ketahanan keluarga sangat dipengaruhi oleh kemampuan adaptasi terhadap perubahan nilai sosial di era digital (Nurhaliza & Savandha, 2025; Khaeriyah & Natsir, 2025).

Perubahan struktur keluarga juga menjadi faktor penting dalam memahami ketahanan keluarga di masyarakat modern. Meningkatnya keluarga dengan pola dual career, keluarga inti yang lebih kecil, serta perubahan komposisi peran orang tua membawa konsekuensi terhadap pola pengasuhan dan kontrol sosial dalam keluarga. Kondisi tersebut berpengaruh terhadap kemampuan keluarga dalam membentuk lingkungan yang aman dan stabil bagi perkembangan anggota keluarga, khususnya anak dan remaja. Ketahanan keluarga dalam situasi ini sangat ditentukan oleh kualitas relasi psikososial yang terbangun di dalam rumah tangga (Haryanto & Kusumastuti, 2023; Lestari & Pratiwi, 2018).

Aspek psikososial keluarga berperan signifikan dalam mencegah munculnya perilaku berisiko, terutama pada kelompok usia remaja. Ketahanan emosional orang tua, konsistensi nilai, serta pola komunikasi yang sehat menjadi penyanga utama dalam menghadapi tekanan sosial eksternal. Keluarga yang mampu membangun kelekatan emosional yang kuat cenderung lebih efektif dalam membentuk kontrol diri dan resiliensi psikologis anggota keluarga. Temuan ini menegaskan bahwa ketahanan keluarga tidak hanya bersifat struktural, tetapi juga sangat ditentukan oleh kualitas interaksi psikososial yang berlangsung secara berkelanjutan (Haryanto & Kusumastuti, 2023).

Dinamika ketahanan keluarga semakin kompleks ketika dihadapkan pada situasi krisis sosial, seperti pandemi Covid-19 yang menguji kapasitas adaptasi keluarga secara menyeluruh. Perubahan rutinitas, tekanan ekonomi, serta pembatasan interaksi sosial memaksa keluarga untuk menata ulang pola relasi dan pembagian peran di dalam rumah tangga. Keluarga yang memiliki ketahanan tinggi mampu mengelola stres kolektif dan menjaga stabilitas emosional meskipun berada dalam kondisi penuh ketidakpastian. Pengalaman tersebut memperlihatkan bahwa ketahanan keluarga merupakan proses dinamis yang terus berkembang sesuai dengan tantangan sosial yang dihadapi (Megawanty & Hanita, 2021).

Transformasi peran gender dalam keluarga juga menjadi bagian penting dari perubahan struktur sosial yang memengaruhi ketahanan keluarga. Modernisasi telah mendorong pergeseran peran tradisional antara laki-laki dan perempuan, baik dalam ranah domestik maupun publik. Pembagian peran yang lebih fleksibel membuka peluang terciptanya relasi yang setara, namun juga berpotensi memunculkan ketegangan apabila tidak diiringi dengan kesepahaman nilai. Fenomena ini terlihat jelas pada keluarga Muslim modern dan komunitas adat yang mengalami proses adaptasi terhadap nilai-nilai baru tanpa sepenuhnya meninggalkan identitas budaya dan religiusnya (Romadhoni et al., 2025; Nabila et al., 2025).

Dimensi religius dan nilai moral tetap memiliki posisi strategis dalam memperkuat ketahanan keluarga, khususnya pada masyarakat yang menjadikan agama sebagai rujukan utama kehidupan sosial. Internalisasi nilai aqidah, ibadah, serta moderasi beragama berkontribusi dalam membentuk ketahanan spiritual dan emosional keluarga. Nilai-nilai tersebut berfungsi sebagai kerangka etis dalam menghadapi konflik internal maupun tekanan eksternal yang muncul akibat perubahan sosial. Penguatan dimensi religius terbukti mampu memperkokoh ketahanan keluarga dalam menjaga keseimbangan antara tradisi dan tuntutan modernitas (Luthfan et al., 2024).

Berdasarkan dinamika tersebut, kajian mengenai ketahanan keluarga dalam perspektif psikososial dan transformasi nilai serta struktur sosial menjadi sangat relevan untuk dikembangkan. Perubahan yang terjadi tidak dapat dipahami secara parsial, melainkan memerlukan pendekatan holistik yang memadukan aspek struktural, kultural, psikologis, dan religius. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman komprehensif mengenai bagaimana keluarga membangun daya tahan dalam menghadapi perubahan sosial yang kompleks. Dengan pendekatan tersebut, ketahanan keluarga dapat diposisikan sebagai modal sosial strategis dalam menjaga keberlanjutan dan keseimbangan kehidupan masyarakat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode tinjauan pustaka (*literature review*) sebagaimana dikembangkan oleh Snyder (2019), untuk menganalisis dinamika ketahanan keluarga di tengah perubahan nilai dan struktur sosial yang semakin kompleks. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menelusuri secara sistematis perkembangan konsep, temuan empiris, serta kerangka teoritis yang telah dihasilkan oleh berbagai penelitian sebelumnya, khususnya yang berkaitan dengan perubahan relasi keluarga, fungsi keluarga, serta strategi adaptasi keluarga dalam menghadapi tekanan sosial. Melalui kajian pustaka, penelitian ini berupaya membangun pemahaman yang mendalam mengenai bagaimana keluarga mempertahankan ketahanannya di tengah transformasi nilai, seperti pergeseran peran gender, perubahan pola komunikasi, dan meningkatnya kerentanan struktur keluarga akibat percerayaan, mobilitas sosial, dan modernisasi.

Fokus kajian diarahkan pada literatur ilmiah yang membahas ketahanan keluarga, dinamika relasi orang tua dan anak, perubahan struktur keluarga, serta faktor-faktor protektif dan risiko yang memengaruhi keberlanjutan fungsi keluarga dalam konteks perubahan sosial. Sumber data penelitian ini meliputi artikel jurnal ilmiah nasional dan internasional, buku teks yang relevan dalam bidang psikologi keluarga, sosiologi keluarga, dan studi ketahanan keluarga, serta publikasi akademik lain yang memiliki keterkaitan substansial dengan topik penelitian.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan teknik analisis tematik dengan mengidentifikasi pola-pola konseptual, tema utama, serta konsistensi dan perbedaan temuan antar penelitian (Braun & Clarke, 2021). Proses analisis ini memungkinkan peneliti untuk memetakan konstruksi ketahanan keluarga dalam berbagai konteks sosial serta mengungkap mekanisme adaptasi keluarga terhadap perubahan nilai dan struktur sosial. Hasil analisis kemudian disintesis secara deskriptif-analitis untuk menjelaskan bagaimana ketahanan keluarga dibangun, dipertahankan, atau mengalami tantangan di tengah transformasi sosial, sekaligus mengidentifikasi celah penelitian yang masih terbuka serta implikasinya bagi pengembangan kajian teoretis dan praktik intervensi keluarga di era kontemporer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dinamika Psikososial Ketahanan Keluarga dalam Perubahan Sosial

Ketahanan keluarga secara psikososial merepresentasikan kemampuan keluarga dalam menjaga keseimbangan emosional, relasi interpersonal, serta keberfungsiannya peran ketika menghadapi tekanan sosial yang terus berubah. Aspek ini tidak hanya berkaitan dengan stabilitas struktur keluarga, tetapi juga menyentuh dimensi komunikasi, dukungan emosional, serta kualitas interaksi antaranggota keluarga. Perubahan nilai sosial yang dipicu oleh transformasi ekonomi, budaya, dan teknologi turut membentuk pola adaptasi psikososial yang berbeda pada setiap keluarga. Kondisi tersebut menjadikan ketahanan keluarga sebagai proses dinamis yang berkembang seiring pengalaman sosial yang dihadapi keluarga (Thongworn, 2023; Sabah et al., 2025).

Perkembangan era digital membawa perubahan signifikan terhadap cara keluarga membangun relasi psikososial di dalam rumah tangga. Intensitas penggunaan teknologi digital memengaruhi pola komunikasi, kedekatan emosional, serta mekanisme pengasuhan yang dijalankan oleh orang tua. Keluarga dituntut untuk memiliki kapasitas adaptif agar penggunaan teknologi tidak melemahkan ikatan emosional antaranggota keluarga. Ketahanan psikososial dalam situasi ini sangat bergantung pada kemampuan keluarga mengelola interaksi digital secara sehat dan berimbang (Agisti & Hunainah, 2025; Khaeriyah & Natsir, 2025).

Perubahan struktur keluarga modern juga berimplikasi pada dinamika psikososial yang terbentuk di dalamnya. Meningkatnya keluarga dengan orang tua bekerja, perubahan komposisi peran, serta tuntutan ekonomi berkontribusi terhadap pola relasi yang lebih kompleks. Tekanan peran ganda berpotensi memengaruhi kualitas kelekatan emosional antara orang tua dan anak apabila tidak diimbangi dengan komunikasi yang efektif. Ketahanan keluarga dalam kondisi tersebut ditentukan oleh kemampuan keluarga membangun sistem dukungan internal yang kuat dan konsisten (Haryanto & Kusumastuti, 2023; Lestari & Pratiwi, 2018).

Dimensi nilai sosial yang ditanamkan dalam keluarga memiliki peran penting dalam membentuk resiliensi psikososial jangka panjang. Keluarga menjadi ruang utama internalisasi nilai, norma, serta sikap yang membentuk cara individu memaknai perubahan sosial. Ketika nilai-nilai keluarga mengalami pergeseran akibat pengaruh eksternal, ketahanan psikososial keluarga diuji melalui

kemampuan menegosiasikan nilai lama dan nilai baru. Proses ini menuntut adanya keterbukaan komunikasi dan kesepahaman antaranggota keluarga agar konflik nilai tidak berkembang menjadi disfungsi relasi (Agma, 2025; Nurhaliza & Savandha, 2025).

Penelitian lintas konteks menunjukkan bahwa ketahanan psikososial keluarga berkorelasi kuat dengan kualitas fungsi keluarga secara keseluruhan. Keluarga dengan tingkat ketahanan tinggi cenderung memiliki mekanisme coping yang lebih efektif dalam menghadapi tekanan emosional dan sosial. Hubungan antara fungsi keluarga, kesejahteraan, dan resiliensi menunjukkan bahwa aspek psikososial berperan sebagai mediator penting dalam menjaga stabilitas keluarga. Temuan ini menegaskan bahwa ketahanan keluarga tidak dapat dilepaskan dari kualitas interaksi emosional yang berlangsung secara berkelanjutan (Sabah et al., 2025; Yu et al., 2025):

Tabel 1. Faktor Psikososial yang Mempengaruhi Ketahanan Keluarga

Faktor Psikososial Utama	Indikator Dominan	Dampak terhadap Ketahanan Keluarga	Sumber
Kualitas komunikasi keluarga	Keterbukaan, empati, frekuensi interaksi	Meningkatkan kohesi dan kelekatan emosional	Zamralita et al. (2025)
Pola pengasuhan orang tua	Konsistensi nilai, pengawasan, dukungan emosional	Menurunkan risiko perilaku bermasalah anak	Haryanto & Kusumastuti (2023)
Adaptasi terhadap perubahan sosial	Fleksibilitas peran, penerimaan nilai baru	Memperkuat resiliensi keluarga	Thongworn (2023)
Dukungan religius dan moral	Internalisasi nilai spiritual	Menjaga stabilitas emosional keluarga	Luthfan et al. (2024)

Keberadaan nilai religius dan moral dalam keluarga turut memperkuat dimensi psikososial ketahanan keluarga, khususnya pada masyarakat yang menjadikan agama sebagai landasan kehidupan sosial. Nilai-nilai spiritual berfungsi sebagai sumber makna, pengendali emosi, serta pedoman perilaku dalam menghadapi konflik internal keluarga. Internalisasi nilai tersebut membantu keluarga membangun ketenangan psikologis dan orientasi hidup yang lebih stabil. Ketahanan psikososial yang bersandar pada nilai religius terbukti mampu memperkuat daya tahan keluarga terhadap tekanan perubahan sosial (Luthfan et al., 2024; Zamralita et al., 2025).

Aspek gender dalam keluarga juga memengaruhi dinamika psikososial ketahanan keluarga secara signifikan. Pembagian peran yang tidak seimbang dan masih dipengaruhi budaya patriarki berpotensi menimbulkan tekanan psikologis, khususnya pada perempuan dan remaja perempuan. Ketika relasi gender tidak dikelola secara adil, kualitas komunikasi dan kesejahteraan emosional keluarga dapat terganggu. Kondisi ini menunjukkan bahwa ketahanan psikososial keluarga memerlukan kesadaran kolektif mengenai kesetaraan peran dan penghargaan terhadap kontribusi setiap anggota keluarga (Haromaini & Rohmaniyah, 2025; Siregar et al., 2025).

Perubahan ekonomi keluarga juga berpengaruh terhadap stabilitas psikososial yang terbentuk di dalam rumah tangga. Pergeseran struktur ekonomi mendorong perubahan peran nafkah dan tanggung jawab domestik yang menuntut adaptasi emosional dari seluruh anggota keluarga. Ketika proses adaptasi berjalan tanpa komunikasi yang memadai, potensi konflik psikososial cenderung meningkat. Ketahanan keluarga dalam situasi ini ditentukan oleh kemampuan keluarga menyusun kesepakatan peran yang fleksibel dan berkeadilan (Syahwanes & Maylawati, 2025; Romadhone et al., 2025).

Dinamika psikososial ketahanan keluarga pada akhirnya mencerminkan kemampuan keluarga menjaga keseimbangan antara perubahan sosial dan keberlanjutan nilai inti keluarga. Ketahanan tidak hadir sebagai kondisi statis, melainkan sebagai proses negosiasi yang terus berlangsung seiring perubahan lingkungan sosial. Keluarga yang mampu mengelola perubahan secara reflektif cenderung memiliki daya tahan emosional yang lebih kuat. Perspektif ini menegaskan pentingnya memahami ketahanan keluarga sebagai konstruksi sosial yang hidup dan terus berkembang (Braun & Clarke, 2021; Snyder, 2019).

Transformasi Nilai Sosial dan Implikasinya terhadap Struktur Ketahanan Keluarga

Transformasi nilai sosial merupakan proses sosial yang secara langsung memengaruhi cara keluarga membangun, mempertahankan, dan menegosiasikan struktur internalnya. Nilai-nilai tradisional yang sebelumnya bersifat hierarkis dan kaku mulai berinteraksi dengan nilai modern yang lebih egaliter dan fleksibel. Perubahan ini tidak hanya berdampak pada pola relasi antaranggota keluarga, tetapi juga pada mekanisme pengambilan keputusan dan pembagian peran dalam rumah tangga. Ketahanan keluarga dalam situasi ini sangat ditentukan oleh kemampuan struktur keluarga menyesuaikan diri tanpa kehilangan fungsi dasarnya sebagai unit sosial primer (Agma, 2025; Lestari & Pratiwi, 2018).

Perkembangan masyarakat modern mendorong keluarga menghadapi pluralitas nilai yang berasal dari pendidikan, media, dan lingkungan sosial yang semakin terbuka. Anak dan remaja tumbuh dalam ruang sosial yang menawarkan nilai-nilai alternatif yang terkadang berbeda dari nilai keluarga. Kondisi ini menuntut keluarga untuk memperkuat fungsi internalisasi nilai agar tidak terjadi disorientasi identitas sosial. Ketahanan keluarga bergantung pada sejauh mana struktur keluarga mampu menjadi ruang dialog yang terbuka namun tetap berakar pada nilai yang disepakati bersama (Amalya & Khasanah, 2025; Khaeriyah & Natsir, 2025).

Transformasi nilai sosial juga berdampak pada perubahan struktur otoritas dalam keluarga. Pola relasi yang sebelumnya bersifat satu arah mulai bergeser menuju relasi yang lebih partisipatif dan dialogis. Pergeseran ini membawa peluang terciptanya hubungan keluarga yang lebih setara, sekaligus menghadirkan tantangan dalam menjaga konsistensi norma dan batasan sosial. Struktur keluarga yang adaptif terhadap perubahan nilai memiliki peluang lebih besar untuk mempertahankan ketahanan jangka panjang (Nurhaliza & Savandha, 2025; Thongworn, 2023).

Perubahan nilai ekonomi dalam masyarakat modern turut memengaruhi struktur ketahanan keluarga secara signifikan. Pergeseran peran pencari nafkah, meningkatnya partisipasi perempuan dalam ranah publik, serta fleksibilitas peran domestik membentuk pola struktur keluarga yang lebih dinamis. Struktur keluarga yang mampu mengakomodasi perubahan ini secara adil cenderung memiliki stabilitas relasi yang lebih baik. Ketahanan keluarga dalam konteks ini tidak hanya diukur dari kestabilan ekonomi, tetapi juga dari kemampuan struktur keluarga menjaga keseimbangan peran dan tanggung jawab (Syahwanes & Maylawati, 2025; Romadhoni et al., 2025).

Transformasi nilai sosial terkait gender menjadi salah satu aspek paling menonjol dalam perubahan struktur keluarga. Nilai kesetaraan gender mendorong redistribusi peran domestik dan publik yang lebih proporsional. Namun, ketegangan kerap muncul ketika nilai baru berhadapan dengan budaya patriarki yang masih mengakar kuat dalam sebagian keluarga. Ketahanan keluarga sangat dipengaruhi oleh kemampuan struktur keluarga mengelola transisi nilai ini secara bertahap dan komunikatif (Haromaini & Rohmaniyah, 2025; Wulan et al., 2025):

Tabel 2. Transformasi Nilai Sosial dan Dampaknya terhadap Struktur Keluarga

Dimensi Nilai Sosial	Bentuk Transformasi	Dampak terhadap Struktur Keluarga	Sumber
Nilai otoritas keluarga	Dari hierarkis ke partisipatif	Meningkatkan dialog dan keterlibatan anggota keluarga	Nurhaliza & Savandha (2025)
Nilai gender	Peran lebih setara	Perubahan pembagian tugas domestik dan publik	Wulan et al. (2025)
Nilai ekonomi keluarga	Fleksibilitas peran nafkah	Struktur keluarga lebih adaptif	Syahwanes & Maylawati (2025)
Nilai sosial anak	Keterbukaan terhadap pluralitas nilai	Penguatan fungsi pengasuhan	Amalya & Khasanah (2025)

Transformasi nilai sosial juga memengaruhi cara keluarga membangun sistem pengasuhan anak. Orang tua tidak lagi hanya berperan sebagai pengontrol perilaku, tetapi juga sebagai fasilitator pembentukan nilai dan identitas sosial anak. Struktur keluarga yang responsif terhadap perubahan nilai cenderung lebih efektif dalam membentuk lingkungan pengasuhan yang suportif. Ketahanan keluarga

dalam aspek ini tercermin dari kemampuan keluarga menjaga konsistensi nilai tanpa menutup ruang eksplorasi sosial anak (Haryanto & Kusumastuti, 2023; Siregar et al., 2025).

Dalam masyarakat berbasis nilai religius, transformasi nilai sosial sering kali memunculkan proses negosiasi antara nilai agama dan nilai modern. Struktur keluarga berperan sebagai ruang utama untuk menyelaraskan kedua sistem nilai tersebut agar tidak saling meniadakan. Ketahanan keluarga terbentuk ketika nilai religius mampu berfungsi sebagai kerangka etis yang fleksibel dalam menghadapi perubahan sosial. Proses internalisasi nilai agama yang kontekstual terbukti memperkuat struktur keluarga dalam menjaga stabilitas relasi (Luthfan et al., 2024; Zamralita et al., 2025).

Perubahan nilai sosial yang cepat juga menuntut keluarga memiliki struktur komunikasi yang kuat dan adaptif. Komunikasi yang terbuka memungkinkan keluarga mendiskusikan perbedaan nilai tanpa memicu konflik berkepanjangan. Struktur keluarga yang mendukung dialog intergenerasional cenderung lebih siap menghadapi perubahan sosial yang kompleks. Ketahanan keluarga dalam situasi ini mencerminkan kualitas struktur internal yang mampu mengelola perbedaan secara konstruktif (Agisti & Hunainah, 2025; Zamralita et al., 2025).

Transformasi nilai sosial pada akhirnya membentuk ulang struktur ketahanan keluarga sebagai sistem yang dinamis dan terus berproses. Ketahanan tidak lagi bergantung pada kekakuan struktur, melainkan pada fleksibilitas yang tetap berpijak pada nilai inti keluarga. Keluarga yang mampu menyelaraskan perubahan nilai dengan struktur relasi yang sehat memiliki kapasitas lebih besar untuk bertahan dalam jangka panjang. Perspektif ini menegaskan bahwa ketahanan keluarga merupakan hasil interaksi berkelanjutan antara nilai sosial, struktur keluarga, dan kualitas relasi internal (Sabah et al., 2025; Yu et al., 2025).

Ketahanan Keluarga sebagai Strategi Adaptif dalam Menghadapi Perubahan Sosial Kontemporer

Ketahanan keluarga dalam masyarakat kontemporer tidak lagi dipahami sebagai kemampuan bertahan secara pasif, melainkan sebagai strategi adaptif yang memungkinkan keluarga merespons perubahan sosial secara aktif dan reflektif. Perubahan cepat dalam struktur sosial, ekonomi, dan budaya menuntut keluarga memiliki kapasitas penyesuaian yang berkelanjutan. Strategi adaptif ini tercermin dari cara keluarga mengelola relasi internal, membagi peran, serta membangun sistem nilai yang relevan dengan realitas sosial. Ketahanan keluarga menjadi bentuk kecerdasan sosial yang memungkinkan keluarga menjaga stabilitas sekaligus fleksibilitas dalam menghadapi perubahan (Thongworn, 2023; Sabah et al., 2025).

Perubahan sosial kontemporer yang dipicu oleh digitalisasi menghadirkan tantangan sekaligus peluang bagi keluarga. Akses informasi yang luas memperkaya wawasan anggota keluarga, namun juga berpotensi melemahkan kontrol sosial dan kedekatan emosional apabila tidak dikelola dengan baik. Keluarga yang mampu menyusun strategi adaptif memanfaatkan teknologi sebagai sarana penguatan komunikasi dan pendidikan nilai. Ketahanan keluarga dalam situasi ini ditentukan oleh kemampuan keluarga menjadikan perubahan teknologi sebagai sumber daya, bukan ancaman relasional (Agisti & Hunainah, 2025; Khaeriyah & Natsir, 2025).

Dimensi psikologis keluarga berperan penting dalam membentuk strategi adaptif terhadap tekanan sosial yang terus berkembang. Ketahanan emosional orang tua, kelektakan anak, serta dukungan sosial internal menjadi fondasi dalam menghadapi stres kolektif keluarga. Keluarga dengan resiliensi psikologis tinggi cenderung lebih siap menghadapi ketidakpastian sosial dan ekonomi. Strategi adaptif yang berbasis kekuatan psikologis terbukti berkontribusi terhadap kesejahteraan keluarga secara menyeluruh (Yu et al., 2025; Zamralita et al., 2025).

Perubahan ekonomi kontemporer juga menuntut keluarga mengembangkan strategi adaptif yang berkaitan dengan pembagian peran dan tanggung jawab. Fleksibilitas peran nafkah dan kerja domestik menjadi salah satu indikator ketahanan keluarga dalam menghadapi dinamika ekonomi. Keluarga yang mampu menegosiasikan peran secara terbuka cenderung memiliki stabilitas relasi yang lebih kuat. Ketahanan keluarga dalam aspek ini menunjukkan kemampuan struktur keluarga beradaptasi tanpa kehilangan keseimbangan relasional (Syahwanes & Maylawati, 2025; Romadhoni et al., 2025).

Aspek gender menjadi bagian penting dari strategi adaptif keluarga di tengah perubahan sosial kontemporer. Kesadaran akan kesetaraan peran mendorong keluarga untuk menata ulang relasi gender secara lebih adil dan inklusif. Ketika strategi adaptif ini diterapkan secara konsisten, potensi konflik akibat ketimpangan peran dapat diminimalkan. Ketahanan keluarga dalam perspektif ini tercermin dari

kemampuan keluarga membangun relasi yang saling menghargai dan mendukung perkembangan setiap anggotanya (Wulan et al., 2025; Siregar et al., 2025):

Tabel 3. Strategi Adaptif Keluarga dalam Memperkuat Ketahanan Keluarga

Strategi Adaptif Keluarga	Bentuk Implementasi	Dampak terhadap Ketahanan Keluarga	Sumber
Adaptasi komunikasi digital	Penggunaan teknologi untuk dialog keluarga	Meningkatkan kohesi dan pemahaman emosional	Agisti & Hunainah (2025)
Fleksibilitas peran keluarga	Negosiasi peran domestik dan nafkah	Menjaga stabilitas relasi keluarga	Romadhoni et al. (2025)
Penguatan resiliensi psikologis	Dukungan emosional dan coping keluarga	Meningkatkan kesejahteraan keluarga	Yu et al. (2025)
Internalisasi nilai religius	Integrasi nilai moral dalam kehidupan keluarga	Memperkuat orientasi dan stabilitas keluarga	Luthfan et al. (2024)

Ketahanan keluarga sebagai strategi adaptif juga tampak dalam kemampuan keluarga menghadapi situasi krisis sosial. Pengalaman keluarga selama pandemi menunjukkan bahwa strategi adaptif sangat dipengaruhi oleh kualitas komunikasi, fleksibilitas peran, dan dukungan emosional. Keluarga yang memiliki mekanisme adaptasi yang baik mampu menjaga fungsi sosial dan psikologis meskipun berada dalam kondisi penuh tekanan. Temuan ini menegaskan bahwa ketahanan keluarga merupakan hasil dari proses pembelajaran sosial yang terus berlangsung (Megawanty & Hanita, 2021; Thongworn, 2023).

Peran nilai religius dan moral tetap menjadi bagian penting dari strategi adaptif keluarga dalam masyarakat yang mengalami perubahan cepat. Nilai-nilai tersebut berfungsi sebagai jangkar psikologis yang membantu keluarga menjaga arah dan tujuan bersama. Keluarga yang mampu mengintegrasikan nilai religius secara kontekstual cenderung memiliki daya tahan yang lebih kuat terhadap tekanan sosial eksternal. Ketahanan keluarga dalam dimensi ini mencerminkan kemampuan keluarga menyelaraskan perubahan sosial dengan prinsip etis yang diyakini (Luthfan et al., 2024; Zamralita et al., 2025).

Strategi adaptif keluarga juga berkaitan erat dengan kemampuan reflektif dalam menilai perubahan sosial. Keluarga yang mampu mengevaluasi pengalaman dan menyesuaikan pola relasi secara berkelanjutan cenderung lebih siap menghadapi dinamika sosial di masa depan. Proses refleksi ini memperkuat fungsi keluarga sebagai ruang pembelajaran sosial bagi seluruh anggotanya. Ketahanan keluarga berkembang melalui praktik adaptasi yang konsisten dan berbasis pengalaman (Braun & Clarke, 2021; Snyder, 2019).

Ketahanan keluarga sebagai strategi adaptif pada akhirnya mencerminkan kapasitas keluarga menjaga keberlanjutan fungsi sosial di tengah perubahan sosial kontemporer. Ketahanan tidak dibangun melalui penolakan terhadap perubahan, melainkan melalui kemampuan mengelola perubahan secara konstruktif. Keluarga yang adaptif mampu memanfaatkan perubahan sebagai sarana penguatan relasi dan nilai internal. Perspektif ini menegaskan bahwa ketahanan keluarga merupakan aset sosial yang strategis bagi keberlanjutan masyarakat modern (Sabah et al., 2025; Yu et al., 2025).

KESIMPULAN

Ketahanan keluarga dalam dinamika sosial kontemporer terbukti sebagai konstruksi sosial yang bersifat adaptif, multidimensional, dan terus berkembang seiring perubahan nilai serta struktur sosial. Pembahasan menunjukkan bahwa dimensi psikososial berperan penting dalam menjaga keseimbangan emosional dan kualitas relasi internal keluarga, sementara transformasi nilai sosial mendorong perubahan struktur keluarga yang menuntut fleksibilitas peran dan pola komunikasi yang lebih dialogis. Ketahanan keluarga tidak hanya ditentukan oleh kekuatan struktur formal, tetapi juga oleh kemampuan keluarga mengelola perbedaan nilai, relasi gender, tekanan ekonomi, serta pengaruh digital secara reflektif. Sebagai strategi adaptif, ketahanan keluarga memungkinkan keluarga merespons perubahan sosial secara konstruktif tanpa kehilangan fungsi dasarnya sebagai ruang pembentukan nilai, identitas, dan kesejahteraan anggotanya, sehingga ketahanan keluarga dapat diposisikan sebagai modal sosial

strategis yang menopang stabilitas sosial dan keberlanjutan kehidupan masyarakat di tengah perubahan sosial yang semakin kompleks.

DAFTAR PUSTAKA

Agisti, N. N. E., & Hunainah. (2025). Konseling Keluarga sebagai Pilar Ketahanan Keluarga di Era Digital. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(2), 20729-20736. <https://doi.org/10.31004/jptam.v9i2.29722>

Agma, A. R. (2025). Transformasi Nilai-Nilai Sosial dalam Kehidupan Keluarga Modern di Indonesia. *Jurnal Ilmu Sosial*, 1(1), 29-35.

Amalya, R. N., & Khasanah, N. (2025). Keluarga Sebagai Pilar Utama dalam Pembentukan Nilai Sosial Anak. *Jurnal Al-Ikhlas: Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah*, 2(2), 1-10. <https://doi.org/10.64677/ppai.v2i2.215>

Braun, V., & Clarke, V. (2021). One Size Fits All? What Counts as Quality Practice in (Reflexive) Thematic Analysis? *Qualitative Research in Psychology*, 18(3), 328-352. <https://doi.org/10.1080/14780887.2020.1769238>

Haromaini, R., & Rohmaniyah, I. (2025). Pengaruh Budaya Patriarki dalam Keluarga terhadap Remaja Wanita Generasi-Z. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 8(4), 9044-9053. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v8i4.54105>

Haryanto, A. N. & Kusumastuti, I. (2023). Ketahanan Keluarga dalam Pencegahan Perilaku Berisiko pada Remaja: Studi Komparatif pada Orang Tua dengan Dual Career dan Single Career. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 13(3), 83-93. <https://doi.org/10.33221/jiki.v13i03.2255>

Khaeriyah, K., & Natsir, N. (2025). The Role of Family in Shaping Social Values in the Digital Era. *Journal of Administrative and Social Science*, 6(2), 1-16. <https://doi.org/10.55606/jass.v6i2.1844>

Lestari, P., & Pratiwi, P. H. (2018). Perubahan dalam Struktur Keluarga. *Dimensia: Jurnal Kajian Sosiologi*, 7(1), 23-44. <https://doi.org/10.21831/dimensia.v7i1.21053>

Luthfan, M. A., Fadhilah, N., Samiaji, S., Selvia, L., Bari, A., Sukino, S., & Zaenuddin, Z. (2024). Penguatan Ketahanan Keluarga Muslim Melalui Internalisasi Nilai-Nilai Aqidah, Ibadah dan Moderasi Beragama. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat*, 5(4), 898-911. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v5i4.22386>

Megawanty, R. & Hanita, M. (2021). Ketahanan Keluarga dalam Adaptasi New Normal Pandemi Covid-19 di Indonesia. *Jurnal Lemhannas RI*, 9(1), 42-54. <https://doi.org/10.55960/jlri.v9i1.375>

Nabila, S., Suryaningsih, S., & Niko, N. (2025). Transformasi Peran Gender Keluarga Suku Laut di Era Modernisasi. *Regalia: Jurnal Riset Gender dan Anak*, 4(1), 37-49. <https://doi.org/10.31629/jga.v3i2.7525>

Nurhaliza, N., & Savandha, S. D. (2025). The Transformation of Social Values in the Digital Era: Changing Family Relations. *Journal of Social Science*, 4(3), 197-203. <https://doi.org/10.57185/joss.v4i3.450>

Romadhoni, P. U., Pramesti, N. P., & Sofian, M. (2025). Dinamika Pembagian Peran Gender dan Kewajiban Nafkah dalam Keluarga Muslim Modern. *Prosiding Hukum Keluarga Islam*. 14-26. <https://prosiding.stdii.ac.id/index.php/hki/article/view/69>

Sabah, A., Aljaberi, M. A., Martin, J., Lee, K. H., & Lin, C. Y. (2025). Family Resilience as A Mediator in the Relationship between Family Functioning and Well-Being. *Applied Research Quality Life*, 20, 1859-1885. <https://doi.org/10.1007/s11482-025-10499-x>

Siregar, H., Ginting, R. R., Sembiring, H. Z., & Situmorang, P. J. G. (2025). Sosialisasi Gender dalam Keluarga: Peran Orang Tua dalam Membentuk Identitas Gender Anak. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(2), 22566-22569. <https://doi.org/10.31004/jptam.v9i2.30195>

Snyder, H. (2019). Literature Review as A Research Methodology: An Overview and Guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333-339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>

Syahwanes, A. C., & Maylawati, W. (2025). Shift in Family Social Values Due to Changes in Economic Structure. *Bina Bangsa International Journal of Business and Management*, 5(1), 83-103. <https://doi.org/10.46306/bbijbm.v5i1.118>

Thongworn, S. (2023). Family Resilience: A Concept for Coping with Family Crisis. *Thai Journal of Public Health*, 53(2), 540-556. <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/jph/article/view/260859>

Wulan, N., Ridwan, A., Fauzi, A. M., & Ambarwati, M. D. (2025). Gender Representation in the Division of Domestic and Public Roles in Modern Families in Surabaya. *Journal of Family Sciences*, 10(2), 266-281. <https://doi.org/10.29244/jfs.v10i2.65589>

Yu, L., Zhou, X., Shek, D. T. L., & Wang, Y. (2025). Family Resilience and Adolescent Mental Health in Chinese Families: The Mediating Role of Personal Strengths. *Applied Research Quality Life*, 20, 1-17. <https://doi.org/10.1007/s11482-025-10453-x>

Zamralita, Z., Wilis, A. P. L., Angelina, S., & Fahlevi, R. (2025). The Role of Family Resilience in Enhancing Family Communication Among Generation Z. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 17(1), 54-67. <https://doi.org/10.31289/analitika.v17i1.14235>