



## Pencegahan Kekerasan terhadap Anak: Sebuah Perspektif Psikologis tentang Ketahanan Keluarga

Khasnah Syaidah<sup>1</sup>, Siti Rohmah<sup>2</sup>, Tomi Hendra<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas PTIQ Jakarta, <sup>2</sup>Universitas Muhammadiyah Jakarta, <sup>3</sup>Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

**Abstract.** Child abuse, with its devastating physical and psychological consequences, underscores the critical need for protective family environments. This study employed a literature review to explore the psychological underpinnings of family resilience as a preventive strategy. The research aimed to identify and delve into the physical, social, psychological, and spiritual dimensions of family resilience in relation to child abuse prevention. A systematic literature review was performed, searching for relevant publications, including books, journal articles, and conference proceedings, using Google Scholar. Findings emphasize a holistic approach to building family resilience, encompassing physical health, strong family bonds, effective stress management, emotional regulation, and spiritual grounding. These components collectively contribute to a protective environment that shields children from abuse.

**Keyword:** child abuse, prevention, family resilience, psychological, holistic approach.

**History Article:** Accepted February 13, 2024. Revision July 29, 2024. Approved July 30, 2024.

**Correspondence Author:** Khasnah Syaidah, [saidahasna@ptiq.ac.id](mailto:saidahasna@ptiq.ac.id), Jakarta, Indonesia.



This work is licensed under a CC-BY

### Pendahuluan

Kekerasan terhadap anak merupakan salah satu masalah global yang mendalam dan meresahkan di berbagai belahan dunia saat ini. Fenomena ini tidak mengenal batas geografis, budaya, atau status sosial ekonomi, melainkan menimpa anak-anak dari segala lapisan Masyarakat. Bentuk kekerasan yang dialami anak-anak bisa beragam, mulai dari fisik, psikologis, seksual, hingga pengabaian yang sering kali berdampak jangka panjang terhadap kesejahteraan dan perkembangan mereka. Kondisi ini tidak hanya mengancam kebahagiaan dan hak-hak dasar anak untuk tumbuh dan berkembang dalam lingkungan yang aman, tetapi juga menimbulkan dampak serius pada kesehatan mental, fisik, dan emosional mereka.

Pemerintah Indonesia memperhatikan dengan serius pencegahan kekerasan terhadap anak melalui ketahanan keluarga. Hal ini disampaikan oleh Menteri Negara Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, Linda Amalia Sari Gumelar dengan tujuan untuk mengurangi tindak Kekerasan Terhadap Anak (KTA). Kekerasan terhadap anak dapat memiliki dampak yang merusak, baik secara fisik maupun psikologis, yang dapat berlangsung sepanjang hidup mereka. Dalam konteks ini, ketahanan keluarga menjadi kunci penting untuk

melindungi anak-anak dari kekerasan dan mempromosikan lingkungan yang aman dan mendukung bagi perkembangan mereka.

Kelompok kerentanan, seperti keluarga yang menghadapi tekanan ekonomi atau masalah kesehatan mental, sering kali berisiko lebih tinggi untuk terlibat dalam perilaku kekerasan terhadap anak. Hal ini dapat mengganggu stabilitas keluarga dan meningkatkan stres, yang bisa meningkatkan risiko kekerasan terhadap anak dan melemahkan fungsi keluarga. Akibatnya terjadi penurunan nilai-nilai keluarga, misalnya kurangnya interaksi dan komunikasi antar anggota keluarga yang dapat menyebabkan ketidakharmonisan dan konflik antara ayah, ibu, dan anak. (Alifiani, 2019). Di tambah lagi kasus narkoba yang mengintai para remaja dan pemuda, kekerasan dalam keluarga, anak terlantar, anak yang *drop out* dari pendidikan dasar, banyaknya angka kematian ibu, dan sebagainya (Sulistyaningsih, 2016). Kerentanan- kerentanan pada keluarga tersebut pada umumnya diakibatkan banyaknya persoalan hidup yang menekan dan membebani kehidupan keluarga-keluarga di Indonesia (Chandra, 2020). Permasalahan lainnya adalah meningkatnya kasus perceraian. Perceraian sering kali disebabkan oleh alasan ekonomi dan perselisihan rumah tangga. Menurut laporan Statistik Indonesia, jumlah kasus perceraian di Indonesia mencapai 516.334 kasus pada 2022. Angka ini meningkat 15,31% dibandingkan 2021 yang mencapai 447.743 kasus. Jumlah kasus perceraian di Tanah Air pada tahun lalu bahkan mencapai angka tertinggi dalam enam tahun terakhir (Januari, 2023).

Beragam permasalahan tersebut menjadi bukti bahwa ketahanan keluarga menjadi terancam dan berdampak negatif bagi anak. Anak sulit mendapatkan lingkungan yang aman dan nyaman, anak juga tidak mendapatkan bimbingan, perhatian dan kasih sayang yang semestinya, bahkan dapat juga mengalami tindak kekerasan dari lingkungan terdekat (Suharto, 2015). Anak memiliki hak untuk hidup dan berkembang sebagai manusia, untuk dihargai dan didengarkan pendapatnya, serta untuk diberikan yang terbaik demi kepentingan hidupnya. Yang paling penting, anak harus bebas dari kekerasan. Peran pengasuhan dari orang tua atau pengasuh lainnya sangat penting dalam perkembangan anak. (Kurniasari, 2019). Fungsi keluarga yang dijalankan dengan baik, akan mengurangi munculnya keluarga yang bermasalah (Fatimaningsih, 2015)

Beberapa penelitian dilakukan terkait dengan upaya pencegahan kekerasan pada anak. Diantaranya adalah penelitian Aminah (2019) yang mengkaji berbagai pendekatan psikologis yang dapat digunakan untuk mencegah kekerasan pada anak. Fokus utamanya adalah pada terapi kognitif dan terapi perilaku. Santoso (2020) yang membahas peran penting keluarga dalam mencegah kekerasan pada anak dari sudut pandang psikologi dan juga mencakup strategi-strategi praktis yang dapat diterapkan oleh keluarga. Setiawati (2018) mengeksplorasi bagaimana pendidikan emosional di sekolah dapat berperan dalam mencegah kekerasan pada anak. Wijaya (2017) yang membahas intervensi psikologis yang dapat dilakukan di lingkungan sekolah untuk mencegah kekerasan pada anak dengan memfokuskan konseling kelompok dan program anti-*bullying*. Kristina (2021) yang meneliti berbagai faktor psikologis yang dapat membantu dalam pencegahan kekerasan pada anak, termasuk faktor individu dan lingkungan.

Persamaan dan perbedaan di antara artikel-artikel ini menunjukkan betapa kompleksnya isu pencegahan kekerasan pada anak dari perspektif psikologi. Meskipun semua artikel sepakat bahwa pendekatan psikologis sangat penting, cara mereka menyoroiti dan mengimplementasikan pendekatan tersebut bervariasi tergantung pada fokus penelitian masing-masing. Dukungan dan pendidikan yang diberikan oleh keluarga dapat memberikan dasar yang kuat untuk anak mengembangkan keterampilan emosional dan sosial yang diperlukan untuk menghadapi situasi kekerasan. Oleh karena itu, tulisan ini mengkaji pencegahan kekerasan terhadap anak melalui ketahanan keluarga secara holistik yang mengintegrasikan aspek fisik, sosial, psikologis, dan spiritual. Dengan memperkuat semua dimensi ini, keluarga dapat berfungsi sebagai lingkungan yang aman dan mampu memberikan perlindungan yang efektif terhadap kekerasan anak serta meningkatkan kesejahteraan anak secara holistik.

## Metode

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kualitatif dengan metode *library Research* yaitu pencarian data dan informasi memanfaatkan berbagai macam materi yang bersumber dari kepustakaan sebagai sumber data penelitian. Pencarian data yang digunakan melalui buku, jurnal, dan artikel yang memiliki korelasi atau hubungan terhadap pembahasan penelitian mengenai kekerasan dan ketahanan keluarga.

Sumber data diperoleh dari berbagai literatur yang memiliki kaitan dengan tema yang dibahas. Adapun pengumpulan data menggunakan teknik dokumentasi, dimana data diperoleh dari sumber berupa buku, jurnal, dan prosiding melalui google scholar. Sumber literatur yang menjadi rujukan utama bisa dilihat pada table berikut.

**Table 1.** Sumber Rujukan Utama

| Penulis                                   | Judul  | Tahun |
|---|--|-------|
| Amalia, R. M.                             | Ketahanan Keluarga dan Kontribusinya Bagi Penanggulangan Faktor Terjadinya Perceraian  | 2018  |
| Anwar, A. Azizah, Sulistyarningsih, E.    | Ketahanan Keluarga untuk Masa Depan Bangsa   | 2016  |
| Sumitra, A                                | Penerapan Model Kegiatan Parenting dalam Membangun Ketahanan Keluarga Untuk Mengatasi Stress Anak Usia Dini Pasca Pandemi Covid-19 | 2022  |
| Suteja, J.                                | Dampak Kekerasan Orang Tua Terhadap Kondisi Psikologis Anak Dalam Keluarga.  | 2019  |
| Siahaan, R.                               | Ketahanan Sosial Keluarga: Perspektif Pekerjaan Sosial   | 2012  |
| Muhammad Al 'ulaymi Al Maqdisi Al Hanbali | Fath al-Rahman fi Tafsir Al-Qur'an   | 2011  |

Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan deskriptif analisis, yaitu mendeskripsikan atau menggambarkan suatu objek yang diteliti melalui data atau sampel yang telah dikumpulkan apa adanya tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum di mana tahapan tersebut dilakukan dengan mendeskripsikan poin-poin penting yang mendukung penelitian ini. Adapun tahapannya adalah: pertama, Reduksi data, yakni peneliti akan mereduksi data dengan cara merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dan mencari tema dan polanya. Kedua, paparan data,

yakni pemaparan data sebagai kumpulan informasi tersusun dan memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Ketiga, penarikan kesimpulan dan verifikasi, yakni penarikan kesimpulan dari hasil penelitian yang berusaha menjawab fokus penelitian berdasarkan analisis data.

## **Hasil dan Diskusi**

### **1. Kekerasan, Jenis dan Dampaknya.**

Pengertian kekerasan menurut Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak adalah setiap perbuatan terhadap anak yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, psikis, seksual dan/atau penelantaran, termasuk ancaman melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum. Adapun bentuk-bentuk kekerasan terhadap anak tidak hanya meliputi kekerasan fisik ataupun psikis (emosional), tetapi juga mencakup kekerasan seksual, kekerasan sosial, bahkan kekerasan yang diakibatkan oleh tradisi atau adat (Maknun, 2017).

Kekerasan terhadap anak meliputi beberapa bentuk: (1) Kekerasan fisik, seperti memukul mendorong, menjambak, melukai dalam bentuk tindakan fisik (2) Kekerasan seksual, terjadi ketika anak terlibat dalam aktivitas seksual yang tidak mereka pahami atau tidak disetujui, seperti pelecehan atau pemerkosaan oleh orang dewasa atau yang bertanggung jawab. (3) Kekerasan psikologis atau emosional, yang meliputi penelantaran emosi dan sosial yang diperlukan untuk perkembangan anak, seperti penolakan, menghina, atau mengancam anak. (4) Penelantaran (*neglect*), di mana orang tua gagal memenuhi kebutuhan dasar anak, seperti kesehatan, pendidikan, dan keamanan, yang dapat mengganggu perkembangan fisik, mental, dan sosial anak (Musiana, 2021).

Kekerasan terhadap anak tidak hanya membuat mereka menjadi korban, tetapi juga dapat membuat mereka melakukan kekerasan sendiri. Kekerasan fisik yang dialami anak akan menyebabkan anak mengikutinya dan cenderung menjadi agresif. Dapat menyebabkan gangguan mental serius, cedera parah bahkan kematian, sedangkan kekerasan psikis, seperti marah-marah dan penyiksaan, dapat mendorong anak untuk mengembangkan perilaku buruk seperti gangguan makan, kecanduan, dan bahkan dorongan untuk bunuh diri (Suteja, 2019).

Dari paparan di atas dapat dipahami bahwa semua tindak kekerasan adalah perbuatan yang dilarang dan mempunyai dampak yang buruk terhadap korban. Bentuk kekerasan baik fisik, psikis, seksual, ataupun penelantaran adalah dikecam oleh agama dan negara. Oleh karena itu, penting untuk memahami bentuk-bentuk kekerasan yang sering kali dilakukan baik sengaja maupun tidak sengaja dan juga dengan motif yang berbeda-beda. Banyaknya praktek kekerasan yang terjadi dalam lingkungan keluarga sering dilatari oleh pengalaman masa lalu dan juga kebiasaan-kebiasaan yang dianggap wajar. Oleh karena itu, penting diberikan sosialisasi yang baik untuk mencegah kekerasan pada anak.

## 2. Keluarga dan Fungsinya dalam Membangun Ketahanan Keluarga

### a. Keluarga dan fungsi-fungsinya.

Keluarga secara sederhana adalah suatu unit kesatuan hidup bagi seorang pria dengan seorang wanita sebagai pasangan (*partnership*) yang hidup bersama dan diikat oleh suatu perkawinan (Hamdini, 2023). Keluarga juga bisa terbentuk karena hubungan darah atau adopsi (Siregar, 2018). Keluarga dapat didefinisikan dalam dua arti: secara luas, mencakup semua yang memiliki hubungan darah atau keturunan; secara sempit, terdiri dari orang tua dan anak-anak mereka. Keluarga juga dapat merujuk kepada sekelompok orang yang terhubung melalui pernikahan, keturunan, atau adopsi dan tinggal bersama dalam satu rumah tangga. Ini adalah unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari suami, istri, dan anak-anak yang saling berinteraksi untuk mencapai tujuan bersama. (Zahrok, 2018).

Secara umum, keluarga memiliki empat karakteristik utama: (1) terdiri dari beberapa orang yang terikat oleh perkawinan, hubungan darah, atau adopsi; (2) tinggal dan menetap bersama di satu tempat atau rumah; (3) saling melayani dan memuliakan satu sama lain; (4) orang tua yang mengajar dan melatih anak-anak dengan tantangan kreatif, konsistensi, dan pengembangan keterampilan; (5) kepemimpinan penuh kasih sayang dari suami dan istri kepada seluruh anggota keluarga; dan (6) ketaatan dan penghargaan anak-anak terhadap orang tua mereka (Tsania, 2015).

Secara umum, keluarga memiliki beberapa fungsi penting: (1) Fungsi agama: Mengajarkan nilai-nilai agama dan memberikan identitas agama kepada anak. (2) Fungsi afeksi: Menjadi tempat untuk tumbuh dan menerima kasih sayang. (3) Fungsi perlindungan: Memberikan rasa aman dan ketenangan kepada anggota keluarga. (4) Fungsi sosial budaya: Memperkenalkan anak kepada nilai-nilai sosial dan budaya dalam masyarakat. (5) Fungsi sosialisasi dan pendidikan: Menjadi tempat bagi anak untuk belajar bersosialisasi dan menerima pendidikan awal (Wijayanti, 2019). Penting bagi keluarga untuk memahami tugas dan fungsinya agar anak-anak dapat hidup bahagia dan sejahtera, baik secara fisik maupun mental. Kebahagiaan keluarga mencerminkan kebahagiaan masyarakat secara keseluruhan.

Islam sangat memperhatikan tentang keutamaan orang tua dalam mendidik keluarga khususnya anak-anak, ditegaskan dalam Al-Qur'an surat At Tahirim (66) ayat 6 yang artinya "Wahai orang-orang yang beriman! Peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, dan keras, yang tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan."

Dalam ayat di atas dengan jelas dinyatakan bahwa terdapat perintah Allah SWT agar orang-orang yang beriman menjaga diri dan keluarganya dari api neraka yang bahan bakarnya terdiri dari manusia dan batu. Mereka juga diperintahkan untuk mengajarkan keluarganya agar taat dan patuh kepada perintah Allah untuk menyelamatkan mereka dari api neraka. Ayat itu juga ditujukan kepada para istri

untuk menjaga suami dan anaknya dari api neraka. Begitu pun anak diperintahkan untuk menjaga kedua orang tuanya dari api neraka (Al-Hanbaliy, 2011).

Selanjutnya untuk membangun keluarga ideal hendaknya saling memperkokoh cinta kasih kepada anggota keluarga lainnya terutama kepada pasangan. Hal ini diterangkan dalam Al-Qur'an surat ar-Rūm (30) ayat 21 yang menerangkan bahwa Allah menciptakan pasangan agar manusia merasa tenang dan damai bersama mereka. Pernikahan dianggap suci dan mulia dalam Islam. Kasih sayang dan belas kasihan antara anggota keluarga, khususnya antara anak dan orang tua, membangun kedekatan dan keterbukaan yang mendasari ketahanan keluarga. Setiap keluarga berharap dapat menjalankan rumah tangga sesuai ajaran Islam untuk mencapai keluarga yang harmonis, damai, dan penuh cinta (Jauhariy, 1949 M/ 1348 H). Setiap anggota keluarga harus memahami peran dan tanggung jawabnya, terutama bagi orang tua yang bertanggung jawab sebagai pendidik secara kodrati agar mampu memberikan dukungan bagi perkembangan anak secara optimal, kesejahteraan dan menghindari tindak kekerasan pada anak.

b. Ketahanan Keluarga (*Family Resilience*)

Dalam Undang Undang Nomor 52 Tahun 2009 Tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Bab I, Pasal 1 ayat 11, disebutkan ketahanan dan kesejahteraan keluarga adalah kondisi keluarga yang memiliki keuletan dan ketangguhan serta mengandung kemampuan fisik materil guna hidup mandiri dan mengembangkan diri dan keluarganya untuk hidup harmonis dalam meningkatkan kesejahteraan kebahagiaan lahir dan batin. Ketahanan keluarga menyangkut kemampuan individu atau keluarga untuk memanfaatkan potensinya untuk menghadapi tantangan hidup, termasuk kemampuan untuk mengembalikan fungsi-fungsi keluarga seperti semula dalam menghadapi tantangan (Mawarpury, 2017). Ketahanan keluarga merupakan aspek dasar dalam menghadapi berbagai permasalahan dari pengaruh internal maupun eksternal. Dengan kuatnya ketahanan keluarga, maka anggota keluarga akan terhindar dari ketegangan, konflik, bahkan perceraian. Hal tersebut yang mendukung fungsi keluarga dapat berjalan sehingga tercapai tujuan yang diharapkan (Prasanti, 2018).

Melalui ketahanan keluarga yang dibangun secara harmonis dapat menghasilkan anak yang cerdas bukan hanya cerdas di dalam satu bidang saja melainkan di berbagai kecerdasan lainnya (Amalia, 2018). Ketahanan adalah kemampuan dinamis individu dan keluarga dalam menghadapi dan mengatasi masalah. Pengalaman berhasil menyelesaikan masalah meningkatkan rasa percaya diri individu dan keluarga. Kemampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah juga tergantung pada jenis masalah yang dihadapi dalam kehidupannya. (Siahaan, 2012).

Keluarga yang kuat dan sukses adalah keluarga yang mempunyai kriteria sebagai berikut: 1) Kuat dalam aspek kesehatan, indikatornya adalah keluarga merasa sehat secara fisik, mental, emosional dan spiritual yang maksimal. 2) Kuat dalam aspek ekonomi, indikatornya adalah keluarga memiliki sumber daya ekonomi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan hidupnya (*a living wage*) melalui kesempatan bekerja,

kepemilikan aset dalam jumlah tertentu dan sebagainya. 3) Kuat dalam kehidupan keluarga yang sehat, indikatornya adalah bagaimana keluarga terampil dalam mengelola risiko, kesempatan, konflik dan pengasuhan untuk mencapai kepuasan hidup. 4) Kuat dalam aspek pendidikan, indikatornya adalah kesiapan anak untuk belajar di rumah dan sekolah sampai mencapai tingkat pendidikan yang diinginkan dengan keterlibatan dan dukungan peran orang tua hingga anak mencapai kesuksesan (Ramadhan, 2021). 5) Kuat dalam aspek kehidupan bermasyarakat, indikatornya adalah jika keluarga memiliki dukungan seimbang antara yang bersifat formal ataupun informal dari anggota lain dalam masyarakatnya, seperti hubungan pro-sosial antar anggota masyarakat, dukungan teman, keluarga dan sebagainya; 6) Kuat dalam menyikapi perbedaan budaya dalam masyarakat melalui keterampilan interaksi personal dengan berbagai budaya (Anwar, 2016).

Indikator ketahanan keluarga meliputi: (1) Ketahanan fisik, terpenuhinya kebutuhan dasar seperti pangan, sandang, perumahan, pendidikan, dan kesehatan. (2) Ketahanan sosial, mencakup nilai-nilai agama, komunikasi efektif, komitmen keluarga, serta membangun hubungan sosial dan mekanisme penyelesaian masalah. (3) Ketahanan psikologis, yaitu kemampuan keluarga dalam mengatasi masalah non-fisik, mengendalikan emosi secara positif, memiliki konsep diri yang positif, dan saling peduli antara suami dan istri (Nurpuspitasari, 2017). Keluarga dikatakan memiliki ketahanan jika mereka memiliki ketangguhan fisik dan keuangan, serta hidup dalam kebahagiaan dan kesejahteraan. Mereka juga dapat melindungi anggota yang rentan dari perubahan sosial, beradaptasi dengan lingkungan, dan berpartisipasi aktif dalam masyarakat. Keluarga ini mampu mengelola masalah tanpa konflik atau kekerasan, membangun kebersamaan dalam lingkungan sosial mereka (Dewi, 2022).

Ketahanan keluarga penting untuk membimbing anak-anak menuju kehidupan bahagia dan sejahtera. Keluarga bertanggung jawab merawat, melindungi, dan membimbing anak-anak dengan peran sebagai pengasuh, pembimbing, pendidik, dan pengontrol. Dengan ketahanan yang kuat, keluarga mampu menghadapi perubahan dan tantangan hidup dengan sikap positif, memastikan kelangsungan dan keutuhan keluarga dalam menghadapi masalah dan kesulitan.

### **3. Aspek-aspek Ketahanan Keluarga Sebagai Penguatan dalam Mencegah Kekerasan Pada Anak**

#### **a. Ketahanan Fisiologis**

Ketahanan fisiologis meliputi pangan, sandang, papan, dan kesehatan. Keluarga dipandang mempunyai ketahanan fisik yang kuat apabila telah terpenuhi dari kebutuhan pangan, sandang, perumahan, pendidikan dan kesehatan. Ragam kebutuhan yang harus dipenuhi dari ketahanan fisiologis sangat berhubungan dengan kebutuhan primer dalam keluarga (Musfiroh, 2019). Pemenuhan kebutuhan primer berkaitan dengan pemenuhan ekonomi keluarga atau kegiatan rumah tangga yang bersifat fisik dan wajib dipenuhi dan tidak bisa ditunda-tunda.

Apabila dalam suatu keluarga tidak dapat terpenuhi dengan baik kebutuhan primernya, maka sangat rentan muncul tindakan/perilaku tidak terpuji. Terjadinya ketidakharmonisan dalam keluarga dipicu karena adanya masalah kecil yang tidak terpenuhi dari ketahanan fisik (Rahhna, 2021). Dengan sebab tidak terpenuhinya kebutuhan primer, makan, papan, sandang dan papan mengakibatkan hubungan yang tidak harmonis antara orang tua dan anak maupun anggota keluarga lainnya. Dalam kondisi yang demikian, mereka cenderung mudah marah dan tersinggung, memukul, melempar, bahkan terkadang tidak sengaja melukai orang lain.

Kewajiban keluarga adalah memberikan nafkah berupa makanan yang bergizi dan halal (Jannah, 2018). Membangun ketahanan fisiologis membutuhkan adanya kemampuan ekonomi keluarga (Fahimah, 2019). Penting bagi keluarga untuk memiliki kemampuan ekonomi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan fisik anggota keluarga. Hal ini penting untuk menjaga kehidupan keluarga tetap stabil dan baik. Memenuhi kebutuhan fisik ini berdampak positif terhadap kondisi psikologis semua anggota keluarga, memungkinkan mereka hidup dengan tenang, berpikir positif, mengendalikan emosi, dan menjalani kehidupan dengan penuh kasih sayang.

Ketahanan psikologis keluarga mencakup kemampuan untuk mengatasi masalah non-fisik, mengelola emosi dengan positif, dan memiliki konsep diri yang baik. Ini didukung oleh komunikasi yang hangat dan baik di antara semua anggota keluarga, terutama dalam menyelesaikan masalah yang timbul (Wulandari, 2016). Kemampuan mengelola emosi dan konsep diri yang baik menjadi kunci dalam keluarga (Ismiati, 2016).

Anggota keluarga yang memiliki konsep diri positif menerima setiap peristiwa dengan sikap positif. Mereka dapat menemukan hikmah dari setiap situasi tanpa menyalahkan orang lain atau kejadian tersebut. Mereka lebih fokus pada mencari solusi untuk menghadapi tantangan dan masalah yang muncul. Sikap ini membantu keluarga mengatasi berbagai persoalan, baik dari dalam maupun luar keluarga, dengan tegar, kuat, dan tenang, sehingga lebih mudah menemukan solusi yang tepat.

Pengendalian emosi secara positif sangat penting dalam hidup manusia, untuk mengurangi ketegangan yang disebabkan oleh emosi yang tinggi. Emosi bisa mengganggu keseimbangan hormon dalam tubuh dan menyebabkan stres psikis, terutama emosi negatif. Ada beberapa cara untuk mengendalikan emosi ini.. Pertama, model *displacement*, yakni dengan cara mengalihkan atau menyalurkan ketegangan emosi kepada obyek lain (Husnaini, 2019). Kedua, model *cognitive adjustment*, yaitu penyesuaian antara pengalaman dan pengetahuan yang tersimpan (kognisi) dengan upaya memahami masalah yang muncul (Adiningtias, 2015). Model ini meliputi atribusi positif (*busnudzbon*), empati dan altruisme. Ketiga, model *copying*, yaitu dengan menerima atau menjalani segala hal yang terjadi dalam kehidupan, meliputi, syukur, bersabar, dan pemberian maaf. Keempat, model lain-lain seperti regresi, represi dan relaksasi.

Anggota keluarga yang memiliki konsep diri positif menerima setiap peristiwa dengan sikap positif. Mereka dapat menemukan hikmah dari setiap situasi tanpa

menyalahkan orang lain atau kejadian tersebut. Mereka lebih fokus pada mencari solusi untuk menghadapi tantangan dan masalah yang muncul. Sikap ini membantu keluarga mengatasi berbagai persoalan, baik dari dalam maupun luar keluarga, dengan tegar, kuat, dan tenang, sehingga lebih mudah menemukan solusi yang tepat. Sikap-sikap seperti ini sangat penting untuk memelihara kondisi jiwa yang positif dan mencegah tindakan negatif yang berpotensi merugikan anak-anak. Dengan begitu, orang tua dan anggota keluarga lainnya akan saling menghargai, menyayangi, dan membangun hubungan batin yang kuat, sehingga dapat mencegah munculnya kekerasan terhadap anak.

c. **Ketahanan Sosial**

Ketahanan sosial adalah kemampuan untuk berinteraksi dengan baik dalam hubungan sosial, termasuk dengan orang tua, keluarga, dan komunitas. Ini melibatkan kemampuan untuk beradaptasi, memperbaiki diri, dan menghadapi tantangan dengan kecerdasan dan ketekunan demi mencapai kesuksesan (Umam, 2021). Ketika individu berada dalam sebuah komunitas tertentu atau lingkungan tertentu maka berupaya untuk dapat berbaur dan berinteraksi dengan baik, mengenal dan memahami lingkungan tersebut. Dengan demikian jika terjadi kesulitan atau masalah yang ditemui akan berusaha dengan sungguh-sungguh bisa menyelesaikan dengan baik.

Penciptaan ketahanan sosial dalam lingkungan keluarga bisa dilakukan dengan adanya pembagian yang jelas mengenai peran dan fungsi ayah dan ibu. Sebagai contoh adalah ketika ayah pergi kerja, maka peran ibu harus memberikan pengawasan kepada anak-anak, terutama dari dampak negatif dari paparan internet yang sangat mudah diakses oleh anak-anak (Nurani, 2021). Orang tua memiliki kewajiban untuk memperlakukan anak dengan kasih sayang, memberikan perhatian, dan menjalin komunikasi hangat dan akrab di dalam keluarga. Hal ini bertujuan untuk melindungi pertumbuhan dan perkembangan jiwa anak dari paparan negatif seperti konten tidak pantas atau porno, terutama melalui media sosial.

Ketahanan sosial erat kaitannya dengan kemampuan keluarga untuk membangun sinergi dengan lingkungan sosialnya. Cara dan strategi mengajarkan kepada anak untuk saling berbagi dan kasih sayang sebagai wujud kepedulian antar sesama (Sarnoto, 2021). Komunikasi interpersonal dalam lingkungan keluarga sangat penting untuk membangun ketahanan keluarga. Sikap dan interaksi antara ayah, ibu, dan anggota keluarga lainnya memberikan pengalaman langsung bagi anak-anak. Komunikasi tatap muka memungkinkan anggota keluarga untuk membaca ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan sentuhan, menciptakan rasa nyaman dan dukungan baik secara verbal maupun non-verbal. Hal ini membantu keluarga menghadapi tantangan dan konflik serta membantu memupuk sikap dan perilaku yang positif.

Keluarga yang memiliki ketahanan sosial yang baik dapat beradaptasi dengan lingkungan, baik di dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat luas. Mereka terlatih untuk tetap kuat menghadapi masalah dan gangguan yang mungkin timbul, baik dalam keluarga maupun di lingkungan sekitar. Keyakinan pada ketahanan sosial

dapat mendorong kerja sama yang baik dan memperkuat kebersamaan (Megawanty, 2021).

Dengan demikian ketahanan sosial dalam keluarga perlu diperkuat dengan pemahaman dan praktek agama bersama, serta menjaga ketahanan spiritual, fisik, dan psikologis. Keluarga yang memiliki pengetahuan agama dan kesehatan mental yang baik mampu berinteraksi positif dengan lingkungan sekitar. Mereka dapat menghadapi ancaman dari luar dengan kuat, dan ketahanan fisik mereka memperkuat peran keluarga dalam masyarakat. Ketahanan sosial yang kuat membantu anggota keluarga berkomunikasi hangat di rumah, memupuk penghormatan dan kasih sayang di antara mereka, serta mendorong perlindungan dan keamanan keluarga. Lingkungan keluarga seperti ini diharapkan dapat mencegah kekerasan terhadap anak.

#### d. Ketahanan Spiritual

Ketahanan spiritual merupakan aspek yang sangat penting bahkan menjadi prioritas yang harus diutamakan untuk membangun ketahanan keluarga. Ketahanan spiritual berhubungan dengan agama. Setiap agama pasti mengajarkan kepada umatnya untuk setia dan taat kepada norma dan kaidah ajaran agama tersebut seperti nilai-nilai sosial dan komunal yang diajarkan agamanya. Selain itu membangun ketahanan spiritual erat kaitannya dengan kecerdasan spiritual. Kecerdasan spiritual sebagai hasil proses pengembangan kesehatan spiritual yang merupakan bagian dari terwujudnya kesehatan yang paripurna sangat penting dalam diri setiap manusia (Budiana, 2021). Seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual akan berusaha menjalani kehidupan dengan penuh makna dan mengarahkan pada tujuan-tujuan yang positif dan bermanfaat, sebab dilandasi dengan niat yang baik.

Pembentukan ketahanan spiritual didasarkan pada kebutuhan spiritual individu. Manusia memiliki tiga aspek spiritual: pengalaman beribadah, keyakinan, dan ikatan sosial atau persaudaraan. Pengalaman beribadah memberikan kebahagiaan saat individu masuk ke dimensi spiritual. Keyakinan membentuk keseluruhan dalam pandangan individu terhadap alam semesta. Ikatan sosial dan persaudaraan menghubungkan manusia secara sosial dan psikologis (Sulaiman, 2018).

Kebutuhan spiritual dibutuhkan oleh setiap individu di dunia ini karena merupakan elemen penting untuk membentuk suatu karakter dari individu itu sendiri. Jika seseorang kehilangan kebutuhan spiritualnya maka dikhawatirkan dia akan mengalami distress spiritual. Distress spiritual merupakan keadaan ketika individu atau kelompok mengalami atau berisiko mengalami gangguan dalam kepercayaan atau sistem nilai yang memberikannya kekuatan, harapan dan arti kehidupan (Khoiriyati, 2008). Orang tua perlu mengajak semua anggota keluarga untuk memperdalam pemahaman agama melalui kajian keislaman, membaca buku dasar keislaman, dan aktivitas lainnya. Pemahaman yang baik terhadap agama membantu anggota keluarga memahami tujuan hidup, hak dan kewajiban masing-masing, serta memberi mereka kemampuan untuk mengajarkan pemahaman agama yang benar kepada anak-anak. Dengan pemahaman agama yang baik, anggota keluarga dapat

membedakan yang benar dan yang salah, halal dan haram, serta yang bermanfaat dan yang merugikan bagi diri dan keluarga. (Sayyaf, 2021).

Kebutuhan spiritual seseorang harus dikelola dan ditingkatkan dengan memberikan nasihat, motivasi tentang keberadaan Tuhan, serta meningkatkan aktivitas ibadah. Agama berfungsi sebagai panduan dan pengendali perilaku agar hidup sesuai dengan nilai-nilai agama. Dengan pendidikan agama yang kuat, diharapkan anak dapat membedakan baik-buruk, halal-haram, dan menjalankan ajaran agama dengan benar. Keluarga dengan ketahanan spiritual yang baik akan memberikan dampak positif pada semua anggota keluarga.. Penerapan nilai-nilai agama dengan baik membantu memperkuat kepatuhan keluarga terhadap prinsip-prinsip agama, menjaga sikap dan perilaku yang positif, serta mencegah tindak kekerasan pada anak.

## Kesimpulan

Pencegahan kekerasan terhadap anak melalui ketahanan keluarga melibatkan pendekatan holistik yang mengintegrasikan berbagai aspek fisik, sosial, psikologis, dan spiritual. Secara fisik, ketahanan keluarga mencakup kesehatan fisik yang baik dan kemampuan fisik untuk melindungi diri. Secara sosial, hal ini mencakup hubungan keluarga yang sehat, dukungan sosial, dan integrasi positif dalam komunitas. Secara psikologis, ketahanan keluarga melibatkan kemampuan untuk mengelola stres dan konflik dengan cara yang konstruktif, serta membangun ketahanan emosional yang kuat pada anak-anak. Secara spiritual, hal ini mencakup nilai-nilai, keyakinan, dan praktik spiritual yang memberikan dukungan moral dan makna bagi keluarga dalam menghadapi tantangan kehidupan. Dengan memperkuat semua dimensi ini, keluarga dapat berfungsi sebagai lingkungan yang aman dan mendukung, memberikan perlindungan yang efektif terhadap kekerasan anak dan mempromosikan kesejahteraan holistik mereka..

## Referensi

- Adiningtiyas, S. W. (2015). Hubungan kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri siswa di sekolah. *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program*, 2(2). 95
- Alfaiz, A., Fauzi, Y. M., Yuzarion, Y., Yandri, H., Nofrita, N., Murisal, M., ... & Sari, A. K. (2023). The Synthesis of Spiritual Cognitive Behavioral Approach to Understanding and Modifying Human Behavior. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 9(2), 220-235.
- Al-Hanbaliy, A.‘U. A. M (2011). *Fath al-Rahman fi Tafsir Al-Qur'an*. Dar al-Nawadir.
- Alifiani, H., Nurhayati, N., & Ningsih, Y. (2019). Analisis penggunaan gadget terhadap pola komunikasi keluarga. *Faleteban Health Journal*, 6(2), 51-55.
- Amalia, R. M., Akbar, M. Y. A., & Syariful, S. (2018). Ketahanan Keluarga dan Kontribusinya Bagi Penanggulangan Faktor Terjadinya Perceraian. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 4(2), 129-135.

- Anwar, A. (2016). Kontribusi Keluarga terhadap Pembentukan Karakter Anak (Studi Perspektif Modal Sosial di Kota Parepare). *Kuriositas: Media Komunikasi Sosial dan Keagamaan*, 9(1), 57-65.
- Azizah, A. (2018). *Ketahanan Keluarga dalam Perspektif Hukum Islam*. In A. Lubis, Ketahanan Keluarga dalam Perspektif Islam Pandangan Komisi Pemberdayaan Perempuan, Remaja, dan Keluarga Majelis Ulama Indonesia (p. 17). Pustaka Cendekiawan Muda.
- Budiana, I. (2021). Peran Kecerdasan Spiritual Dan Kecerdasan Emosional Bagi Generasi Digital Native. *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 4(1), 57-75.
- Chandra, K. Y., & Fatmariza, F. (2020). Beban Ganda: Kerentanan Perempuan Pada Keluarga Miskin. *Journal of Civic Education*, 3(4), 430-439.
- Dewi, H. M., & Tohari, M. A. (2022). Peran Ketahanan Keluarga Di Masa Pandemi Covid-19. *KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services*, 2(2), 113-121.
- Fahimah, I. (2019). Kewajiban orang tua terhadap anak dalam perspektif islam. *Jurnal Hawa: Studi Pengaruh Utamaan Gender Dan Anak*, 1(1). 49
- Fatimaningsih, E. (2015). Memahami fungsi keluarga dalam perlindungan anak. *SOSIOLOGI: Jurnal Ilmiah Kajian Ilmu Sosial dan Budaya*, 17(2), 103-110.
- Hamdini, S., Kurniawati, D. A., & Kaha, H. (2023). Implementasi Gender Partnership dalam Menciptakan Keluarga Sakinah (Studi Kasus Suami Istri Karier Didesa Sidodadi Kecamatan Lawang Kabupaten Malang). *Jurnal Hikmatina*, 5(3), 269-279.
- Husnaini, R. (2019). Hadis mengendalikan amarah dalam perspektif psikologi. *Diroyah: Jurnal Studi Ilmu Hadis*, 4(1). 86
- Ismiati, D., Hasanah, U., & Prabawati, M. (2016). Pengaruh manajemen stres terhadap ketahanan keluarga. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 3(2), 62-67.
- Jannah, M. (2018). Konsep Keluarga Idaman dan Islami. *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*, 4 (2), 87–102.
- Januari, N. (2023). Menggali Akar Masalah: Analisis Kasus Perceraian di Indonesia. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 3(3), 120-130.
- Jauhariy, A. U. A. S. (1949). *Al-Jawahir fi Tafsir Al-Qur'an al-Karim*. Mushthafa al-Babi al-Halbiy wa Auladiah.
- Juliawati, D., Yandri, H., Sujadi, E., & Ahmad, B. (2020). Pemantapan Tauhid Remaja Masjid Melalui Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 11(3), 323-329.
- Khoiriyati, A. (2008). Perawatan Spiritual dalam Keperawatan: Sebuah Pendekatan Sistematis. *Mutiara Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 8(1), 48-51.
- Kurniasari, A. (2019). Dampak kekerasan pada kepribadian anak. *Sosio informa*, 5(1). 22
- Maknun, L. L. (2017). Kekerasan terhadap anak yang dilakukan oleh orang tua (child abuse). *Muallimuna*, 3(1), 66-77.
- Mawarpury, M., & Mirza, M. (2017). Resiliensi dalam keluarga: perspektif psikologi. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 2(1), 96-106.
- Megawanty, R., & Hanita, M. (2021). Ketahanan keluarga dalam adaptasi new normal pandemi COVID-19 di Indonesia. *Jurnal Lembannas RI*, 9(1), 42-54.

- Musfiroh, M., Mulyani, S., Cahyanto, E. B., Nugraheni, A., & Sumiyarsi, I. (2019). Analisis Faktor-faktor ketahanan keluarga di kampung KB RW 18 Kelurahan Kadapiro Kota Surakarta. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 7(2), 61-66.
- Musiana, M. (2021). Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Studi Kasus Terkait Kekerasan Terhadap Istri). *AL-WARDAH: Jurnal Kajian Perempuan, Gender dan Agama*, 15(1), 75-87.
- Nadhiroh, Y. F. (2015). Pengendalian emosi: Kajian Religio-psikologis tentang Psikologi Manusia. *SAINTIFIKA ISLAMICA: Jurnal Kajian Keislaman*, 2(01), 53-62.
- Nurani, S. M. (2021). Relasi Hak Dan Kewajiban Suami Istri Dalam Perspektif Hukum Islam (Studi Analitis Relevansi Hak Dan Kewajiban Suami Istri Berdasarkan Tafsir Ahkam Dan Hadits Ahkam). *Al-Syakhsyiyah: Journal of Law & Family Studies*, 3(1), 98-116.
- Nurpuspitasari, C., Mashabi, N. A., & Muhariati, M. (2017). Nilai Anak Pada Masyarakat Betawi Diwilayah Setubabakan dan Hubungannya dengan Ketahanan Keluarga. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 4(1), 46-51.
- Prasanti, D., & Limilia, P. (2018). Komunikasi Positif Sebagai Upaya Menjaga Ketahanan Keluarga [Studi Kualitatif tentang Komunikasi Positif Sebagai Upaya Menjaga Ketahanan Keluarga Urban di Era Digital]. *Metacommunication; Journal of Communication Studies*, 3(1).
- Rahhma, N. L., Yuniar, A., A'yun, F. Q., Kurniati, I., Ifada, D. S., Kudus, I. A. I. N., ... & Kudus, I. A. I. N. (2021). Dampak Pemutusan Hubungan Kerja di Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Ketahanan Keluarga. *TAWAZUN: Journal of Sharia Economic Law*, 4(1), 61-71.
- Ramadhan, D. (2021). Kafa'ah: Solusi Menciptakan Keluarga yang Kuat dalam Menopang Ketahanan Nasional. *El-Izdivaj: Indonesian Journal of Civil and Islamic Family Law*, 1(2). 12
- Sarnoto, A. Z. (2021). Metode Komunikasi yang Ideal dalam Pendidikan Keluarga Menurut Al-Qur'an. *Andragogi Jurnal Diklat Teknis Pendidikan dan Keagamaan*, 9(1). 112
- Sayyaf, R. T. F., & Robbie, R. I. (2021). Implikasi religiusitas, gaya hidup hedonis, dan gaji terhadap ketahanan keluarga. *Value: Jurnal Manajemen dan Akuntansi*, 16(1), 279-286.
- Siahaan, R. (2012). Ketahanan sosial keluarga: perspektif pekerjaan sosial. *Sosio Informa*, 17(2). 85
- Siregar, Y. T., & Santoso, M. B. (2018). Peran pekerja sosial dalam adopsi anak. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(3), 202-218.
- Suharto, E. (2015). Kekerasan terhadap anak respon pekerjaan sosial. *Jurnal Kawistara*, 5(1).
- Sujadi, E., Yandri, H., & Juliawati, D. (2021). Perbedaan Resiliensi Siswa Laki-laki dan Perempuan yang Menjadi Korban Bullying. *Psychocentrum Review*, 3 (2), 174-186.
- Sulaiman, M., Al Hamdani, M. D., & Aziz, A. (2018). Emotional Spiritual Quotient (Esq) Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Kurikulum 2013. *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam, [SL]*, 6(1), 77-110.
- Sulistyaningsih, E. A. (2016). *Ketahanan keluarga untuk masa depan bangsa*. Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI.
- Sumitra, A., Santana, F. D. T., Wulansuci, G., & Kolbiah, L. (2022). Penerapan Model Kegiatan Parenting dalam Membangun Ketahanan Keluarga Untuk Mengatasi Stress Anak Usia Dini Pasca Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 7(2), 119-126.

- Suteja, J., & Ulum, B. (2019). Dampak Kekerasan Orang Tua terhadap Kondisi Psikologis Anak dalam Keluarga. *Equalita: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 1 (2), 169.
- Tsania, N., Sunarti, E., & Krisnatuti, D. (2015). Karakteristik keluarga, kesiapan menikah istri, dan perkembangan anak usia 3-5 tahun. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 8(1), 28-37.
- Umam, K. (2020). Membangun Ketahanan Sosial Keluarga Dalam Keberagaman. *Welfare: Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 9(1).
- Wijayanti, U. T., & Berdame, D. Y. (2019). Implementasi delapan fungsi keluarga di Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Komunikasi*, 11(1), 15-29.
- Wulandari, D. A. (2016). Kajian tentang faktor-faktor komitmen dalam perkawinan. *Psycho Idea*, 7(1).27
- Yandri, H., Kholidin, F. I., Sujadi, E., & Juliawati, D. (2024). Finding Inner Peace: An Exploration of Forgiveness Therapy for Bullying Trauma Recovery. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 7(1), 24-38.
- Zahrok, S., & Suarmini, N. W. (2018). Peran perempuan dalam keluarga. *IPTEK Journal of Proceedings Series*, (5), 61-65.
- Zulaichah, S., & Nizar, M. C. Ketahanan Keluarga Pasangan Suami Istri Yang Tidak Mempunyai Anak. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 2(1), 1158-1167.