

## Peningkatan Ketahanan Keluarga (*Family Resilience*) Sebagai Bagian dari Perwujudan Ketahanan Nasional

Avida Mileaningrum<sup>1</sup> Eri Radityawara Hidayat<sup>2</sup> Endro Legowo<sup>3</sup> Pujo Widodo<sup>4</sup> dan Achmed Sukendro<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Damai dan Resolusi Konflik, Universitas Pertahanan

<sup>2,3,4,5</sup>Dosen Program Studi Damai dan Resolusi Konflik, Universitas Pertahanan

E-mail: [avidacm@gmail.com](mailto:avidacm@gmail.com)<sup>1</sup> [Eri.hidayat@idu.ac.id](mailto:Eri.hidayat@idu.ac.id)<sup>2</sup> [endro.legowo65@gmail.com](mailto:endro.legowo65@gmail.com)<sup>3</sup> [puiowidodo78@gmail.com](mailto:puiowidodo78@gmail.com)<sup>4</sup> [achmedsukendro@gmail.com](mailto:achmedsukendro@gmail.com)<sup>5</sup>

### Abstrak

Dalam usaha mencapai tujuan nasional tak luput dari Ancaman, Terorisme, Hambatan, dan Gangguan (ATHG), sehingga diperlukan suatu kekuatan yang mengandung kemampuan mengembangkan ketahanan nasional. Ketahanan Nasional adalah strategis dalam keamanan Indonesia yang berfungsi sebagai alat untuk mempersiapkan dan mengatasi segala bentuk ancaman, tantangan, hambatan, dan gangguan (ATHG) yang dapat menghancurkan bangsa Indonesia. Pada tahun 2020, ketahanan nasional Indonesia mengalami kelemahan dan penurunan. Banyak orang yang menjadi cemas akibat wabah covid, hal tersebut dapat memicu atau memperburuk masalah kesehatan mental yang jauh lebih serius. Melalui unit kelompok sosial terkecil yaitu keluarga, ketahanan dalam keluarga menggambarkan interaksi dan komunikasi antar individu yang harmonis dan sejahtera secara fisik maupun psikis. Keluarga dengan ketahanan yang baik berdampak pada resiliensi atau ketahanan diri sebagai individu. Ketahanan keluarga dianggap sebagai pilar atau penyangga berdirinya ketahanan nasional. Pendapat dari para ahli di bidang ketahanan nasional juga mengatakan bahwa ketahanan keluarga adalah tumpuan ketangguhan sebuah negara. Bangsa Indonesia harus memiliki tiga syarat ketahanan untuk menjadi sebuah bangsa yang besar. Diantaranya Ketahanan Militer, Ketahanan Ekonomi, dan Ketahanan Jiwa. Ketiga harapan tersebut menggambarkan akan kondisi dinamis bangsa Indonesia meliputi aspek kehidupan nasional yang terintegrasi di dalam menghadapi dan mengatasi segala Ancaman, Terorisme, Hambatan, dan Gangguan (ATHG). Dengan begitu, semakin tangguh ketahanan yang dimiliki keluarga, maka akan semakin tangguh ketahanan nasional Indonesia.

**Kata Kunci:** Ketahanan Keluarga (*Family Resilience*) ; Ketahanan (*Resilience*) ; Ketahanan Nasional

### Abstract

*In an effort to achieve national goals, threats, terrorism, obstacles and disturbances (ATHG) are not spared, so a force that contains the ability to develop national resilience is needed. National Resilience is a strategy in Indonesian security which functions as a tool to prepare for and overcome all forms of threats, challenges, obstacles and disturbances (ATHG) that can destroy the Indonesian nation. In 2020, Indonesia's national resilience will experience weakness and decline. Many people are worried that due to the COVID-19 outbreak, it can trigger or exacerbate much more serious mental health problems. Through the smallest social group unit, namely the family, resilience in the family describes interaction and communication between individuals who are harmonious and prosperous physically and psychologically. Families with good resilience have an impact on resilience or resilience as individuals. Family resilience is considered a pillar or buffer for the establishment of national resilience. Opinions from experts in the field of national security also say that family resilience is the foundation of a country's resilience. The Indonesian nation must have three conditions of resilience to become a great nation. Among them are Military Resilience, Economic Resilience, and Mental Resilience. These three hopes describe the dynamic conditions of the Indonesian nation including aspects of national life that are integrated in facing and overcoming all Threats, Terrorism, Obstacles, and Disturbances (ATHG). That way, the stronger the family's resilience, the stronger Indonesia's national resilience will be.*

**Keywords:** *Family Resilience; Resistance (Resilience); National defence*



This work is licensed under a [Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## PENDAHULUAN

Ketahanan Nasional atau yang disebut juga dengan Tannas adalah sebuah strategis dalam keamanan Indonesia yang berfungsi sebagai alat untuk mempersiapkan dan mengatasi segala bentuk ancaman, tantangan, hambatan, dan gangguan (ATHG) yang dapat menghancurkan bangsa Indonesia, baik yang berasal dari dalam maupun luar negeri (Hikmawan, 2020). Dalam usaha mencapai tujuan nasional tak luput dari ATHG sehingga diperlukan suatu kekuatan yang mengandung kemampuan mengembangkan ketahanan nasional. Lembaga Ketahanan Nasional (Lemhannas) mengatakan bahwa kondisi ketahanan nasional Indonesia pada tahun 2016 dianggap kurang tangguh. Hasil ini didapatkan dari survey *The Fund for Place*, yang terkait dengan pengukuran indeks kerapuhan Indonesia, karena Indonesia berada di urutan ke-86 dari 178 negara yang diukur, sehingga Indonesia memperoleh *elevated warning*, serta Indonesia berada di urutan ke-95 dari 106 negara terkait bela negara (Wira, 2018). Lalu, pada tahun 2020, Lemhannas dalam laporan kinerjanya menyatakan bahwa Indeks Sistem Pengukuran Ketahanan Nasional tidak dapat tercapai disebabkan adanya pandemi covid-19 (Lemhannas, 2020).

Sebelum terjadinya wabah covid di Indonesia, ketahanan nasional Indonesia sudah dalam kategori kurang tangguh dan cukup rapuh, dari tahun 2016 hingga 2019 ketahanan nasional Indonesia mulai lebih ditingkatkan, namun sayangnya ketika wabah covid menyerang Indonesia pada tahun 2020, ketahanan nasional Indonesia mengalami kelemahan dan penurunan. Banyak terjadi kerusuhan, akibat pemutusan pekerjaan sepihak, sehingga perekonomian masyarakat yang terkena dampak tersebut menjadi tidak stabil, ditambah dengan tersebarnya isu-isu HOAX di media. Itu adalah salah satu fenomena terkait ATHG yang dapat melemahkan ketahanan nasional Indonesia. Dari terjadinya wabah covid tersebut, banyak meninggalkan trauma untuk masyarakat yang terdampak, seperti kehilangan anggota keluarganya, karena pada masa itu banyak korban jiwa. Banyak orang yang menjadi cemas akibat wabah covid, hal tersebut dapat memicu atau memperburuk masalah kesehatan mental yang jauh lebih serius. Di Inggris, kelompok spesialis kesehatan masyarakat memperingatkan dalam *British Medical Journal* bahwa dampak wabah ini terhadap kesehatan mental kemungkinan akan bertahan lebih lama dibandingkan pada kesehatan fisik (Maddy, 2020). Untuk membangkitkan kembali ketahanan nasional Indonesia, maka hal utama yang harus dilakukan adalah menyelesaikan dampak dari pandemi tersebut, yaitu meningkatkan kembali ketahanan psikologi keluarga pada masyarakat. Ketahanan merupakan faktor penting dalam membantu individu untuk memiliki kemampuan dalam mengatasi trauma atau peristiwa negatif (Reich et al., 2010). *Resilience* atau ketahanan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, tahap perkembangan keluarga, sumber dukungan internal eksternal, keberagaman budaya, kesenjangan ekonomi, dan durasi kondisi sulit yang dihadapi (Dewi Utari, dkk, 2022). Jika, kondisi sulit yang dihadapi semakin lama, maka akan semakin keras juga keluarga dalam membentuk ketahanan keluarganya (Stuart, 2013).

Karena dampak yang paling besar dari pandemi adalah kesehatan mental akibat kehilangan anggota keluarga, maka ketahanan keluarga yang utama harus ditingkatkan. Ketahanan keluarga adalah kemampuan keluarga dalam beradaptasi dengan permasalahan yang dihadapi dan mampu mencegah dampak yang mungkin muncul dari permasalahan tersebut (Hendrayu, Kinanthi, & Brebahama, 2012). Dengan meningkatnya ketahanan keluarga dapat mewujudkan ketahanan nasional yang tinggi. Melalui unit kelompok sosial terkecil yaitu keluarga, ketahanan dalam keluarga menggambarkan interaksi dan komunikasi antar individu yang harmonis dan sejahtera secara fisik maupun psikis. Keluarga dengan ketahanan yang baik berdampak pada resiliensi atau ketahanan diri sebagai individu. Ketahanan keluarga dianggap sebagai pilar atau penyanggah berdirinya ketahanan nasional (Olson, 2010). Ketahanan

nasional tergantung pada kemampuan bangsa dan seluruh warga negara dalam membina aspek alamiah dan aspek sosial sebagai landasan dalam menjalani kehidupan nasional di segala bidang (Agus, 2015). Oleh karena itu, apabila masyarakat tidak memiliki ketahanan keluarga yang kuat, mereka tidak akan mampu mewujudkan ketahanan nasional. Karena, ketahanan nasional pada hakekatnya merupakan konsep yang ada didalam pengaturan dan penyelenggaraan kesejahteraan dan keamanan dalam kehidupan nasional.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif untuk mendeskripsikan dan menjelaskan bahwa peningkatan ketahanan keluarga (Family Resilience) dapat mewujudkan ketahanan nasional. Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan keterbatasan data yang peneliti miliki karena tidak turun langsung ke lapangan. Data yang didapatkan dalam penelitian ini dilakukan dengan cara studi pustaka. Studi pustaka merupakan metode pengumpulan data dengan cara memahami dan mempelajari teori-teori dari berbagai literatur yang berhubungan dengan penelitian tersebut (Adlini, Anisya, Octavia, & Sauda, 2022). Pencarian data dilakukan melalui *Google*, *Google Scholar*, dan *Research Gate*.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Faktor Yang Dapat Meningkatkan Ketahanan Keluarga (Family Resilience)**

Resiliensi keluarga adalah mengenali kekuatan orangtua, dinamika keluarga, hubungan timbal balik yang terjadi dalam keluarga dan lingkungan sosial (Black & Lobo, 2008). Faktor protektif dan faktor *recovery* merupakan faktor yang bekerja secara sinergis dan bergantian untuk merespon masalah hingga berhasil mengatasi krisis atau tantangan yang dihadapi keluarga (McCubbin & McCubbin, 1993). Yang menjadi faktor utama dalam meningkatkan resiliensi keluarga adalah dengan cara mengidentifikasi potensi, sikap dan sumber lain yang dapat membantu pertumbuhan keluarga dan membantu merespon keadaan yang tidak diinginkan (Herdiana, 2018). Ada tiga faktor ketahanan keluarga yang memengaruhi cara keluarga mengatasi masalah, yaitu : (BNN, 2022).

- a. Sistem Keyakinan (Belief Systems), sebuah sistem yang berisikan nilai-nilai dan keyakinan yang dimiliki bersama untuk mengarahkan kepada respon yang baik, saat menghadapi kesulitan keluarga. Contohnya, keluarga yang menganut nilai bahwa “kesuksesan berawal dari kegagalan”, maka mereka akan lebih bersikap optimis dan merasa mampu mengatasi konflik.
- b. Pola Organisasi (Organizational Patterms), sebuah pola yang mengatur atau mengelola sumberdaya yang dimiliki, individu yang berada didalam nya, dan lingkungan sosial di sekitarnya, ketika sedang menghadapi situasi sulit. Setiap keluarga butuh beradaptasi kembali dengan cara saling mendukung dan bekerja sama untuk memulihkan keadaan paska konflik.
- c. Proses Komunikasi (Communication Processes), sebuah proses hubungan komunikasi antara anggota keluarga mudah memburuk ketika situasi sedang tidak kondusif. Contoh yang sering terjadi yaitu, ketika seorang anggota keluarga sengaja menyembunyikan satu informasi tertentu untuk menghindari terjadinya keadaan yang semakin buruk untuk anggota keluarga lainnya, membuat terjadinya kesalahan informasi dan juga rentan akan tumbuhnya rasa ketidakpercayaan satu dengan lain.

### **Fungsi Ketahanan Keluarga (Family Resilience) Untuk Mewujudkan Ketahanan Nasional**

Undang - Undang Nomor 10 Tahun 1992 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga Sejahtera menyebutkan bahwa “Ketahanan keluarga berfungsi sebagai

alat untuk mengukur seberapa jauh keluarga telah melaksanakan peranan, fungsi, tugas-tugas, dan tanggung jawabnya dalam mewujudkan kesejahteraan anggotanya". Ketahanan keluarga sangat penting untuk bangsa, terutama dalam memperkuat ketahanan nasional Indonesia. Dengan ketahanan keluarga yang tangguh, maka individu yang berada didalamnya sebagai rakyat Indonesia, mereka menjadi rakyat yang memiliki ketahanan diri yang baik. Didalam membangun bangsa yang kuat diperlukan keluarga yang kuat, memiliki kemampuan untuk bertahan dalam menghadapi permasalahan di kehidupan yang ada. Ketahanan keluarga merupakan kondisi yang dinamis, terdapat ketangguhan dan keuletan baik secara fisik, mental dan spiritual sehingga mampu menjadikan kehidupan yang mandiri, sejahtera lahir dan batin (Khafidhoh, 2021). Pendapat dari para ahli di bidang ketahanan nasional juga mengatakan bahwa ketahanan keluarga adalah tumpuan ketangguhan sebuah negara (Soedarsono, 2002). Dengan arti bahwa ketahanan keluarga memiliki fungsi yang penting untuk bangsa Indonesia.

### **Pentingnya Ketahanan Nasional**

Pengertian Ketahanan Nasional Republik Indonesia yang dikemukakan oleh Soekarno, bahwa bangsa Indonesia harus memiliki tiga syarat ketahanan untuk menjadi sebuah bangsa yang besar. Diantaranya Ketahanan Militer, Ketahanan Ekonomi, dan Ketahanan Jiwa. Ketiga harapan tersebut menggambarkan akan kondisi dinamis bangsa Indonesia meliputi aspek kehidupan nasional yang terintegrasi di dalam menghadapi dan mengatasi segala Ancaman, Terorisme, Hambatan, dan Gangguan (ATHG) (Mudrikah, 2022). Oleh karena itu, bangsa Indonesia membutuhkan ketahanan nasional yang tangguh untuk menghadapi segala macam AGHT, baik dari dalam maupun luar negeri. Ketahanan nasional dijadikan sebagai doktrin dasar nasional dalam menjamin tetap terjadinya pola pikir, sikap, tindak, dan pola kerja untuk menyatukan langkah bangsa yang bersifat multidisiplin. Ketahanan nasional juga berfungsi sebagai pola dasar pembangunan nasional, sebagai arah dan pedoman dalam pelaksanaan pembangunan nasional disegala bidang dan sektor. Ketahanan nasional memiliki tiga fungsi utama, sebagai berikut : (Purwito, 2016)

- a. Daya Tangkal Sebagai Konsep Penangkal. Ketahanan nasional berfungsi sebagai penangkal dari segala bentuk ancaman, gangguan ataupun hambatan terhadap integritas, identitas serta keberlangsungan hidup berbangsa dan bernegara.
- b. Ketahanan Nasional Sebagai Pengarah. Ketahanan nasional berfungsi untuk mengarahkan potensi kekuatan yang dimiliki Bangsa Indonesia dalam bidang ideologi, politik, ekonomi, sosial, budaya, pertahanan serta keamanan, untuk mencapai kesejahteraan hidup masyarakat Indonesia.
- c. Pengarah Dalam Penyatuan Pola Pikir Dan Tindak, Serta Cara Kerja Yang Intersektor Dan Multidisipliner. Bangsa Indonesia dapat mencapainya lewat kebijakan yang dibuat pemerintah dan menerapkannya dalam kehidupan berbangsa dan bernegara, agar masyarakat dapat hidup adil dan makmur.

### **KESIMPULAN**

Dalam usaha mencapai tujuan nasional tak luput dari Ancaman, Terorisme, Hambatan, dan Gangguan (ATHG), sehingga diperlukan suatu kekuatan yang mengandung kemampuan mengembangkan ketahanan nasional. Ketahanan Nasional atau yang disebut juga dengan Tannas adalah sebuah strategis dalam keamanan Indonesia yang berfungsi sebagai alat untuk mempersiapkan dan mengatasi segala bentuk ancaman, tantangan, hambatan, dan gangguan (ATHG) yang dapat menghancurkan bangsa Indonesia, baik yang berasal dari dalam maupun luar negeri. Pada tahun 2020, ketahanan nasional Indonesia mengalami kelemahan dan penurunan. Banyak orang yang menjadi cemas akibat wabah covid, hal tersebut dapat

memicu atau memperburuk masalah kesehatan mental yang jauh lebih serius. Melalui unit kelompok sosial terkecil yaitu keluarga, ketahanan dalam keluarga menggambarkan interaksi dan komunikasi antar individu yang harmonis dan sejahtera secara fisik maupun psikis. Keluarga dengan ketahanan yang baik berdampak pada resiliensi atau ketahanan diri sebagai individu.

Ketahanan keluarga adalah mengenali kekuatan orangtua, dinamika keluarga, hubungan timbal balik yang terjadi dalam keluarga dan lingkungan sosial. Ketahanan keluarga dianggap sebagai pilar atau penyanggah berdirinya ketahanan nasional. Pendapat dari para ahli di bidang ketahanan nasional juga mengatakan bahwa ketahanan keluarga adalah tumpuan ketangguhan sebuah negara. Bangsa Indonesia harus memiliki tiga syarat ketahanan untuk menjadi sebuah bangsa yang besar. Diantaranya Ketahanan Militer, Ketahanan Ekonomi, dan Ketahanan Jiwa. Ketiga harapan tersebut menggambarkan akan kondisi dinamis bangsa Indonesia meliputi aspek kehidupan nasional yang terintegrasi di dalam menghadapi dan mengatasi segala Ancaman, Terorisme, Hambatan, dan Gangguan (ATHG). Dengan begitu, dapat disimpulkan bahwa peningkatan ketahanan keluarga (family resilience) sebagai bagian dari perwujudan ketahanan nasional. Semakin tangguh ketahanan yang dimiliki keluarga, maka akan semakin tangguh ketahanan nasional Indonesia.

#### SARAN

Ketahanan Keluarga (family resilience) memang terbukti dapat menjadi pilar untuk terwujudnya ketangguhan nasional. Namun, masih banyak lagi faktor lain yang dapat mempengaruhi ketahanan nasional, seperti ketahanan sosial dan budaya, ketahanan ekonomi, dan masih banyak yang lainnya. Studi ini memiliki kelemahan dalam data terbaru, karena studi ini menggunakan metode studi pustaka, yaitu pengumpulan data dengan cara memahami dan mempelajari teori-teori dari berbagai literatur yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Pencarian data dilakukan melalui *Google*, *Google Scholar*, dan *Research Gate*. Untuk peneliti yang ingin meneliti terkait ketahanan keluarga dan ketahanan nasional, saran untuk mengambil data secara langsung, sehingga hasil yang didapat akan semakin dalam. Serta, menggunakan teori dasar terkini, agar data lebih reliabel.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adlini, M.N, Anisya, H. D, Sarah, Y., Octavia, C., & Sauda, J.M. (2022). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka. *Edumaspul - Jurnal Pendidikan*.
- Agus, A. Aco. (2015). Urgensi Ketahanan Nasional Sebagai Geostrategi Indonesia. *Jurnal Integrasi PIPS Pascasarjana UNM*. Volume 1 Edisi 2.
- Badan Narkotika Nasional. (2022). Mari kita sama-sama mengulas mengenai Ketahanan Keluarga!. Diakses tanggal 4 Mei 2023 pada link <https://batamkota.bnn.go.id/mari-kita-sama-sama-mengulas-mengenai-ketahanan-keluarga/>
- Black, K and Lobo, M. 2008. A Conceptual Review of Family Resilience Factors. *Journal of Family Nursing*, Vol.14, No.1, 33-55.
- Dewi Utari, dkk. (2022). Peningkatan Ketahanan Keluarga (Family Resilience) dengan Metode ABC di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. Vol.5, No.2, hal, 281-291.
- Hendrayu, V.F, Kinanthi, M.R, & Brebabama, A. (2017). Resiliensi Keluarga Pada Dual Career Family. *SHEMA : Jurnal Of Psychological Research*.
- Herdiana, I. (2018). Resiliensi Keluarga : Teori, Aplikasi Dan Riset. *Proceeding National Conference Psikologi UMG*. ISBN : 978-602-60885-1-2.
- Hikmawan, R. (2020). Redefinisi Ketahanan Nasional Guna Mewujudkan Ketahanan Regional Di Asia Tenggara. *LINO : Jurnal Hubungan Internasional*. Volume 01, No 01.

- Khafidhoh, I. (2021). Pemberdayaan Keluarga Dalam Peningkatan Ketahanan Keluarga Melalui Structural Family Counseling. *Community Development: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*. Volume 05 Nomor 1.
- Lembaga Ketahanan Nasional Republik Indonesia. (2020). *Laporan Kinerja LEMHANNAS RI T.A. 2020*.
- Maddy, S. (2020). *Dampak psikologis akibat pandemi Covid-19 diduga akan bertahan lama*. Diakses tanggal 6 Mei 2023 pada link <https://www.bbc.com/indonesia/vert-fut-54808663>
- McCubbin M & McCubbin H. 1993. Families coping with illness: The resiliency model of family stress, adjustment and adaptation. In C. Danielson, B.
- Mudrikah, A. S. (2022, June 17). Esensi Ketahanan Nasional Indonesia di Mata Masyarakat Melalui Pendekatan Kesejahteraan Rakyat. <https://doi.org/10.31219/osf.io/pxe9f>
- Olson, D., DeFrain, J., & Skogrand, L. (2010). *Marriages and families: Intimacy, diversity, and strengths*. McGraw Hill.
- Purwito, Adi. (2016). Pembudayaan Nilai-Nilai Pancasila Bagi Masyarakat Sebagai Modal Dasar Pertahanan Nasional NKRI. *Jurnal Moral Kemasyarakatan*. Vol. 1, No.1.
- Reich, J. W., Zautra, A. J., & Hall, J. S. (Eds.). (2010). *Handbook of adult resilience*. The Guilford Press.
- Soedarsono, S. (2002). *Ketahanan Pribadi Dan Ketahanan Keluarga Sebagai Tumpuan Ketahanan Nasional*. Penerbit : Internusa.
- Stuart, G.W. (2013). *Buku Saku Keperawatan Jiwa, edisi 5*. EGC, Jakarta.
- WiRA. (2018). *Ketahanan Nasional Dan Bela Negara*. Kementrian Pertahanan RI.