

Pola Hubungan Keluarga (Analisis Masalah dan Penyelesaiannya Dalam Perspektif Hukum Islam)

Muh. Sudirman, Mustaring

Universitas Negeri Makassar (UNM)

muh.sudirman@unm.ac.id, mustaring@unm.ac.id

Abstract:

This article explores the patterns of family relationships and the common issues that arise, such as unclear roles, ineffective communication, and emotional conflicts, all of which affect household harmony. Various internal and external factors, such as patriarchal cultural values, gender stereotypes, and economic pressures, worsen intra-family dynamics. In this context, Islamic law offers conflict resolution principles grounded in justice, compassion, consultation (shura), and forgiveness. This paper aims to analyze family relationship dynamics and propose alternative solutions through self-regulation and third-party intervention approaches. By understanding Islamic principles in family building, this study seeks to promote harmonious and just family patterns capable of facing complex social challenges.

Keywords: family, interpersonal relations, conflict, Islamic law, consultation, justice

Abstrak:

Artikel ini membahas pola hubungan dalam keluarga serta permasalahan yang sering muncul, seperti ketidakjelasan peran, kurangnya komunikasi efektif, hingga konflik emosional, yang berdampak pada keharmonisan rumah tangga. Berbagai faktor internal dan eksternal, seperti nilai budaya patriarkal, stereotip gender, dan tekanan ekonomi turut memperburuk relasi antaranggota keluarga. Dalam konteks ini, hukum Islam menawarkan prinsip penyelesaian berbasis keadilan, kasih sayang, musyawarah, dan pemaafan sebagai solusi terhadap permasalahan tersebut. Artikel ini bertujuan menganalisis dinamika hubungan keluarga dan solusi alternatif melalui pendekatan self-regulation maupun intervensi pihak ketiga. Dengan memahami prinsip-prinsip Islam dalam membina keluarga, diharapkan dapat tercipta pola hubungan yang harmonis dan berkeadilan, serta mampu menghadapi tantangan sosial yang kompleks.

Kata kunci: keluarga, hubungan interpersonal, konflik, hukum Islam, musyawarah, keadilan

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memegang peranan penting dalam pembentukan karakter dan nilai-nilai sosial bagi individu maupun masyarakat. Dalam kehidupan berkeluarga, hubungan yang harmonis antara anggota keluarga, seperti antara suami dan istri,

orangtua dan anak, serta hubungan antar anggota keluarga lainnya, merupakan fondasi utama untuk menciptakan lingkungan yang sehat dan penuh kasih sayang. Pola hubungan keluarga yang baik dapat memperkuat rasa kebersamaan, tanggung jawab, serta saling pengertian di antara anggota keluarga.

Namun, dalam kenyataannya, berbagai masalah sering kali muncul dalam hubungan keluarga. Masalah-masalah tersebut dapat bersifat struktural, seperti ketidaksetaraan peran dalam rumah tangga, ataupun masalah emosional, seperti kurangnya komunikasi yang efektif antara suami dan istri, serta orangtua dengan anak-anak mereka. Sabarua dan Mornene dalam tulisannya menyebutkan bahwa komunikasi keluarga bertujuan dalam memprakarsai dan memelihara interaksi antara satu anggota dengan anggota lainnya sehingga tercipta komunikasi yang efektif.¹ Ketidakmampuan untuk berkomunikasi secara efektif dapat mengarah pada ketidakpahaman, konflik, dan ketidakharmonisan. Selain itu, masalah kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perceraian, dan ketidakharmonisan keluarga yang disebabkan oleh perbedaan pandangan hidup, juga sering terjadi dalam masyarakat. Berbagai faktor, seperti pengaruh ekonomi, budaya, serta teknologi, turut memperburuk keadaan ini dan menyebabkan ketidakstabilan dalam hubungan keluarga.

Dalam konteks ini, hukum Islam sebagai pedoman hidup umat Islam memiliki aturan yang jelas tentang hubungan keluarga. Islam mengajarkan nilai-nilai kasih sayang, keadilan, serta pentingnya peran masing-masing anggota keluarga. Meskipun demikian, dalam prakteknya, penerapan prinsip-prinsip ini dalam kehidupan keluarga tidak selalu mudah dan sering kali menghadapi tantangan. Oleh karena itu, penting untuk menganalisis masalah-masalah yang muncul dalam pola hubungan keluarga serta mencari solusi yang ditawarkan oleh hukum Islam untuk mengatasi persoalan-persoalan tersebut.

Berdasarkan latar belakang ini, artikel ini bertujuan untuk menganalisis pola hubungan keluarga, mengidentifikasi masalah-masalah yang sering terjadi, dan memberikan solusi penyelesaian dalam perspektif hukum Islam. Dengan demikian, diharapkan artikel ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana hukum Islam memberikan panduan yang relevan dalam menjaga keharmonisan keluarga, serta memberikan solusi yang adil bagi keluarga yang menghadapi kesulitan dalam menjaga hubungan mereka.

PEMBAHASAN

A. Pola Hubungan Dalam Keluarga

1. Pengertian Pola hubungan dalam keluarga

Secara harfiah, metode kerja, sistem, dan pola kerja dapat digunakan untuk menggambarkan pola. Sebaliknya, hubungan digambarkan sebagai interaksi sosial dalam hal gagasan sosiologis. Salah satu topik penelitian dalam sosiologi keluarga adalah pola interaksi dalam keluarga, yaitu cara anggota keluarga berinteraksi satu sama lain. Hubungan keluarga mengikuti pola interaksi individu ketika mereka dibagi menjadi dua kategori, yaitu hubungan-hubungan yang menghasilkan pembentukan gerakan asosiatif menuju kerja sama atau penyatuan, dan hubungan-hubungan atau interaksi yang menghasilkan pembentukan gerakan disosiatif menuju perpecahan atau konflik.² Sehingga, dapat dikatakan bahwa definisi pola hubungan keluarga mencakup dinamika kompleks dari interaksi, komunikasi, dan hubungan interpersonal antaranggota keluarga. Pola ini mencerminkan cara keluarga berfungsi dan bagaimana anggota keluarga saling berinteraksi sehari-hari.

¹Jeffrey Oxianus Sabarua dan Imelia Mornene, Komunikasi Keluarga dalam Membentuk Karakter Anak, *International Journal of Elementary Education*, 4(1), hal. 83, 2020.

² A. Octamaya Tenri Awaru, *Sosiologi Keluarga*, Bandung: Media Sains Indonesia, 2021, hal. 15

Interaksi antara anggota keluarga adalah bagian dari pola hubungan keluarga. Sesuai pernyataan Bonner, interaksi sosial mengacu pada hubungan antara dua orang atau lebih di mana tindakan satu orang berdampak, memodifikasi, dan meningkatkan tindakan orang lain, dan sebaliknya.³ Interaksi yang dimaksud dalam hal ini termasuk keakraban, dukungan, atau bahkan konflik yang mungkin muncul dalam berbagai situasi.

Bentuk-bentuk interaksi sosial dalam keluarga adalah:⁴

1. Interaksi antara suami dan istri
2. Interaksi antara ayah, ibu dan anak
3. Interaksi antara ibu dan anak
4. Interaksi antara ayah dan anak
5. Interaksi anak dengan anak

Dalam keluarga, komunikasi terjadi secara metodis, dengan kedua belah pihak memiliki kemampuan untuk mempengaruhi satu sama lain dan membalas, juga dikenal sebagai komunikasi dua arah.⁵ Komunikasi ini melibatkan pertukaran informasi, ekspresi emosi, serta cara keluarga berkomunikasi untuk menyelesaikan masalah atau membuat keputusan. Pola komunikasi keluarga dapat diidentifikasi menjadi tiga pola, yaitu:⁶

1. Pola komunikasi membebaskan (*permissive*), yang ditandai dengan adanya kebebasan tanpa batas kepada anak untuk berbuat dan berperilaku sesuai dengan keinginan anak. Karena orang tua mengalah secara berlebihan, kepatuhan terhadap semua permintaan, perlindungan, dan mengabaikan semua keinginan anak-

³ Simanungkalit, R. E. S., Gulo, Y., & Sembiring, S. B., Hubungan Interaksi Sosial Dalam Keluarga Dengan Perilaku Sosial Siswa Kelas VI SD Perumnas Putri Deli Ta 2020/2021, *Jurnal Pendidikan Religius*, 4(2), 89, 2022.

⁴ *Ibid*, hal. 91

⁵ Djayadin, C., dan Munastiwi, E, Pola komunikasi keluarga terhadap kesehatan mental anak di tengah pandemi Covid-19, *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(2), hal. 168, 2020.

⁶ *Ibid*, hal. 169

anak, gaya komunikasi ini kadang-kadang disebut sebagai pola komunikasi "*all-let*".

2. Pola komunikasi otoriter, di mana orang tua justru melarang anaknya dengan mengorbankan otonomi anak. Jenis komunikasi ini didefinisikan oleh sikap menerima yang sangat rendah terhadap anak-anak tetapi gaya kontrol tinggi yang ketat dan berat, menuntut kepatuhan penuh dari anak-anak, dan bermuatan emosional, yang menyebabkan seringnya hukuman terhadap anak-anak. Anak-anak yang mengalami pola komunikasi ini seringkali lebih gelisah, pemalu, murung, dan stres. Mereka juga cenderung kurang ramah.
3. Pola komunikasi demokratis, ditandai dengan adanya sikap terbuka antara orang tua dan anak. Di bawah pola ini, orang tua dan anak-anak menetapkan semacam peraturan yang saling menguntungkan, dan orang tua juga berusaha untuk secara eksplisit mengenali keterampilan anak.

Pola hubungan keluarga juga mencakup pembagian peran dan tanggungjawab antar anggota keluarga. Pembagian peran dan tanggungjawab tersebut melibatkan peran sebagai orang tua, anak, atau pasangan, serta tugas dan kewajiban masing-masing anggota keluarga. Rahayu dalam David Ilham Yusuf menyebut pola pembagian peran dalam keluarga dipengaruhi oleh beberapa hal seperti berikut:⁷

1. Karena adanya kebijakan yang menjunjung tinggi sistem patriarki, dimana kebijakan tersebut dikeluarkan oleh pemerintah dan diabadikan dalam sejumlah aturan yang salah satunya mendorong ketidaksetaraan gender.
2. Faktor Pendidikan, bahkan di antara mereka yang memiliki tingkat pen-

⁷ Yusuf, D. I, Keluarga Tradisional dan Modern (Dual Career), Tipologi dan Permasalahannya, *Jurnal Al-Tatwir*, 6(2), hal. 1, 2019.

didikan tinggi, masih banyak orang yang percaya bahwa laki-laki termasuk dalam peran kepemimpinan dan perempuan seharusnya menjadi ibu rumah tangga.

3. Mengingat masih kuatnya keyakinan konvensional yang membatasi akses perempuan terhadap pendidikan, pekerjaan, dan pengambilan keputusan, faktor nilai, khususnya, kedudukan mereka dalam kehidupan sosial adalah sumber diskriminasi.
4. Unsur-unsur budaya, khususnya masyarakat patriarki, yang memandang kepemimpinan sebagai hak kesulungan laki-laki dan kadangkadang memisahkannya dari cinta dan tanggung jawab istri.
5. Faktor media massa sebagai agen utama budaya populer

Selanjutnya, aspek emosional seperti kehangatan, dukungan, dan rasa aman juga terkait dengan definisi pola hubungan keluarga. Dinamika ini menciptakan iklim emosional dalam keluarga yang memengaruhi kesejahteraan psikologis anggota keluarga. Keluarga memiliki peran yang penting didalam pengendalian perilaku emosional anak, cara orangtua dalam mengekspresikan emosi serta menangani emosi anak akan mempengaruhi anak dalam berinteraksi dengan lingkungannya.⁸ Selain itu, pola hubungan keluarga juga mencakup tradisi, nilai, dan norma keluarga yang membentuk cara keluarga berinteraksi dan merayakan peristiwa-peristiwa penting.

2. Faktor Penyebab Problematika Pola Hubungan

Faktor penyebab problematika pola hubungan dalam keluarga dapat berasal dari berbagai aspek yang saling terkait. Beberapa faktor utama yang dapat menyebabkan masalah dalam pola hubungan keluarga adalah komunikasi

yang tidak efektif, peran dan tanggung-jawab yang tidak jelas, perubahan sosial dan ekonomi, peran gender yang stereotip, ketidak mampuan mengelola konflik, serta kurangnya keterlibatan emosional.⁹ Ketidakmampuan untuk berkomunikasi dengan baik dapat mengarah pada ketidakpahaman dan konflik. Kesulitan dalam menyampaikan perasaan, kebutuhan, atau harapan dapat menciptakan celah komunikasi yang merugikan hubungan keluarga. Selain itu, ketidakjelasan dalam pembagian peran dan tanggung jawab di dalam keluarga dapat menciptakan ketidakseimbangan. Ekspektasi yang kaku terhadap peran gender dapat menciptakan ketidaksetaraan dan konflik dalam keluarga, seperti kehilangan pekerjaan, perubahan status ekonomi, atau perubahan lingkungan sosial, juga dapat menciptakan tekanan tambahan pada keluarga dan memengaruhi dinamika hubungan. Konflik adalah bagian alami dari setiap hubungan, tetapi ketidakmampuan untuk mengelolanya dengan baik dapat memperburuk masalah. Keterlibatan emosional yang minim atau kurangnya dukungan emosional dapat menciptakan kesan ketidakpedulian atau keengganan untuk saling mendukung, menghambat perkembangan hubungan keluarga.

Adapun penyebab disharmonis dalam keluarga yaitu secara faktor dari dalam atau internal dan faktor dari luar atau eksternal sebagai berikut:¹⁰

1. Faktor internal

- a. Ketidakmampuan untuk mempertahankan kedamaian keluarga berbasis agama karena kurangnya pemahaman agama.
- b. Anggota keluarga yang kurang dewasa dalam proses berpikir atau penalaran rentan terhadap argu-

⁸ Hasiana, I, Peran Keluarga dalam Pengendalian Perilaku Emosional pada Anak Usia 5-6 Tahun, *Child Education Journal*, 2(1), hal. 24, 2020.

⁹ A. Octamaya Tenri Awaru, *Sosiologi Keluarga*, Bandung: Media Sains Indonesia, 2021, hal. 340

¹⁰ A. Octamaya Tenri Awaru, *Sosiologi Keluarga*, Bandung: Media Sains Indonesia, hal. 332, 2021

men yang sedang berlangsung dan penurunan kerukunan.

- c. Pola pikir yang mengutamakan kepentingan pribadi di atas tujuan bersama disebut egoisme.

2. Faktor Eksternal

- a. Ketika emosi suami dan istri tidak berkembang secara memadai, mereka dapat menyebabkan kemiskinan dan gaya hidup mahal, yang dapat menyebabkan pertengkaran karena istri lebih menuntut dan suami menghasilkan gaji yang buruk.
- b. Keluarga yang kehilangan keharmonisan sering kali merupakan hasil dari orang tua yang terlalu banyak bekerja yang tidak benar-benar peduli dengan pasangan atau anak-anak mereka. Sebaliknya, mereka biasanya sibuk dengan masalah yang berhubungan dengan pekerjaan.
- c. Masalah dengan pendidikan, dimana mungkin sulit bagi anggota keluarga untuk memahami satu sama lain ketika ada kurangnya pengetahuan.

3. Dampak Problematika Pola Hubungan dalam Keluarga

Adanya problematika pola hubungan dalam keluarga dapat berdampak secara signifikan pada kesejahteraan dan kestabilan keluarga. Akibat yang ditimbulkan ketidakharmonisan dalam keluarga bisa beragam baik dari pasangan suami istri maupun anak, dan anak yang paling merasakan dampak dari ketidakharmonisan orangtuanya.¹¹ Beberapa dampak yang terjadi akibat adanya problematika pada pola hubungan dalam keluarga diantaranya adalah:

1. Anggota keluarga yang terlibat dalam hubungan yang konflik dapat mengalami tekanan psikologis. Stres

yang berkepanjangan dapat menyebabkan masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi.

2. Anak-anak dalam keluarga yang mengalami problematika hubungan seringkali terpengaruh secara negatif. Mereka mungkin mengalami kesulitan emosional, hambatan dalam perkembangan sosial, dan bahkan performa akademis yang menurun.
3. Konflik yang berkepanjangan dan tidak terselesaikan dapat menyebabkan ketidakstabilan dalam hubungan suami istri. Hal ini dapat berpotensi mengarah pada perceraian atau perpisahan, dengan dampak serius terhadap semua anggota keluarga.
4. Problem di dalam keluarga dapat menghambat perkembangan holistik anak-anak. Mereka mungkin kesulitan dalam membentuk hubungan sosial, mengembangkan kemampuan interpersonal, dan membangun rasa percaya diri.
5. Tingkat stres yang tinggi dalam keluarga dapat berkontribusi pada masalah kesehatan fisik. Anggota keluarga mungkin mengalami gangguan tidur, peningkatan tekanan darah, atau masalah kesehatan lainnya sebagai dampak dari ketidakstabilan hubungan.

Problem yang tidak teratasi dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan keluarga. Keluarga mungkin kesulitan untuk merencanakan masa depan, mencapai tujuan bersama, atau berkembang sebagai unit yang sehat.

B. Penyelesaian Masalah dalam Perspektif Hukum Islam

1. Prinsip Dasar Penyelesaian Masalah dalam Islam

Dalam Islam, penyelesaian masalah, termasuk dalam hubungan keluarga, didasarkan pada prinsip-prinsip yang menekankan keadilan, kasih sayang, musyawarah, dan pemeliharaan hak-hak setiap individu. Prinsip-prinsip ini bukan hanya berlaku dalam konteks keluarga,

¹¹A. Octamaya Tenri Awaru, *Sosiologi Keluarga*, Bandung: Media Sains Indonesia, hal. 340, 2021

tetapi juga dalam kehidupan sosial yang lebih luas. Beberapa prinsip utama yang menjadi dasar penyelesaian masalah dalam Islam adalah sebagai berikut:

a. Musyawarah (*Consultation*)

Musyawarah atau konsultasi merupakan salah satu prinsip penting dalam Islam yang berfungsi untuk mencari solusi secara bersama-sama. Prinsip ini terkandung dalam Al-Qur'an, seperti dalam Q.S. Ash-Shura (42:38), yang berbunyi:

وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ
وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ

Terjemahnya:

"Dan (orang-orang yang) menjawab panggilan Tuhannya dan mendirikan salat, serta urusan mereka (diputuskan) dengan musyawarah antara mereka..."

Ayat ini menunjukkan bahwa musyawarah adalah cara yang dianjurkan untuk menyelesaikan masalah, termasuk dalam rumah tangga. Dalam konteks keluarga, suami dan istri harus saling berdialog dan bermusyawarah untuk menemukan solusi terbaik bagi masalah yang muncul dalam hubungan mereka.

b. Keadilan (*Justice*)

Keadilan adalah salah satu nilai fundamental dalam hukum Islam, yang harus ditegakkan dalam semua aspek kehidupan, termasuk dalam urusan keluarga. Dalam hubungan keluarga, baik suami-istri, orangtua-anak, maupun hubungan antar anggota keluarga lainnya, keadilan harus dijunjung tinggi untuk menjaga hak dan kewajiban masing-masing. Sebagai contoh, dalam hal perceraian, Islam mengajarkan bahwa hak-hak pasangan harus dilindungi, termasuk hak nafkah dan hak pengasuhan anak. Sebagaimana disebutkan dalam Q.S. An-Nisa' (4:58):

إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا
وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا
بِالْعَدْلِ إِنَّ اللَّهَ نِعِمَّا يَعِظُكُمْ بِهِ إِنَّ اللَّهَ
كَانَ سَمِيعًا بَصِيرًا

Terjemahnya:

"Sesungguhnya Allah memerintahkan kamu untuk menyampaikan amanat kepada yang berhak menerimanya, dan apabila kamu memutuskan perkara di antara manusia hendaklah kamu memutuskan dengan adil..."

Prinsip keadilan ini sangat relevan dalam penyelesaian masalah keluarga, di mana setiap individu berhak mendapatkan perlakuan yang adil dan setara.

c. Kasih Sayang dan Toleransi (*Compassion and Tolerance*)

Islam sangat mendorong agar hubungan keluarga dibangun dengan kasih sayang dan rasa saling menghormati. Kasih sayang antara suami dan istri serta antara orangtua dan anak adalah landasan utama dalam membentuk keluarga yang harmonis. Dalam hal ini, Islam mengajarkan toleransi dan kesabaran sebagai cara untuk menyelesaikan perbedaan yang mungkin muncul dalam kehidupan berkeluarga.

Al-Qur'an menekankan pentingnya kasih sayang dalam rumah tangga, seperti yang disebutkan dalam Q.S. Ar-Rum (30:21):

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ
أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً
وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Terjemahnya:

Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan

untukmu pasangan-pasangan dari jenismu sendiri, supaya kamu merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya di antaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada demikian itu terdapat tanda-tanda kekuasaan Allah terhadap orang-orang yang berpikir

d. Pembinaan dan Pemaafan (*Reconciliation and Forgiveness*)

Islam mengajarkan bahwa dalam menyelesaikan masalah, terutama dalam keluarga, pemaafan dan pembinaan sangat penting. Islam tidak hanya memberikan solusi untuk mengatasi masalah yang ada, tetapi juga mendorong untuk melakukan introspeksi diri dan memaafkan kesalahan pasangan. Rasulullah SAW bersabda dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Muslim No. 2588:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : مَا نَقَصَتْ صَدَقَةٌ مِنْ مَالٍ، وَمَا زَادَ اللَّهُ عَبْدًا بِعَفْوٍ إِلَّا عِزًّا، وَمَا تَوَاضَعَ أَحَدٌ لِلَّهِ إِلَّا رَفَعَهُ اللَّهُ. رواه مسلم وغيره

Artinya:

Dari Abu Hurairah ra, bahwa Rasulullah Saw. bersabda, "Tidaklah sedekah itu mengurangi harta, dan tidaklah Allah menambah bagi seorang hamba dengan pemberian maafnya (kepada saudaranya), kecuali kemuliaan (di dunia dan akhirat), serta tidaklah seseorang merendahkan diri karena Allah kecuali Dia akan meninggikan (derajat)nya (di dunia dan akhirat)."

Prinsip pemaafan ini penting dalam menjaga keharmonisan keluarga, di mana setiap anggota keluarga diajarkan untuk memaafkan kesalahan dan memperbaiki hubungan yang rusak.

3. Alternatif solusi Penyelesaian Problematika Pola Hubungan dalam Keluarga

Berbagai alternatif penyelesaian dapat diimplementasikan untuk mengatasi problematika pola hubungan dalam keluarga. Ada 2 resolusi konflik yang dapat digunakan untuk menyelesaikan konflik yang terjadi di dalam keluarga yakni dengan pengaturan sendiri (*self-regulation*) dan melibatkan pihak ketiga (intervensi pihak ketiga).¹² Beberapa hal yang dapat dilakukan berdasarkan kedua strategi tersebut diantaranya adalah:

a. Pengaturan sendiri (*self-regulation*)

- 1) Mendorong komunikasi terbuka dan jujur antaranggota keluarga. Mengadakan waktu khusus untuk berbicara tentang perasaan, harapan, dan kebutuhan masing-masing anggota keluarga.
- 2) Mengajarkan keterampilan penyelesaian konflik yang konstruktif, seperti mendengarkan aktif, mencari solusi bersama, dan memahami sudut pandang satu sama lain.
- 3) Mendidik keluarga tentang pentingnya peran gender yang fleksibel. Memberikan dukungan terhadap pilihan peran yang sesuai dengan minat dan keahlian individu, tanpa memandang jenis kelamin.
- 4) Membangun kegiatan bersama dan mendukung kebersamaan dalam keluarga, seperti liburan bersama, kegiatan olahraga, atau proyek bersama, untuk memperkuat ikatan emosional.
- 5) Mendorong partisipasi aktif semua anggota keluarga dalam mengidentifikasi masalah dan merumuskan solusi, sehingga setiap individu merasa memiliki peran penting dalam perbaikan hubungan keluarga.

¹² Susilowati, A. Y., dan Susanto, A, Strategi penyelesaian konflik dalam keluarga di masa pandemi covid-19, *Hasanuddin Journal of Sociology (HJS)*, 2(2), hal.96, 2020.

- 6) Mengikuti program pendidikan keluarga untuk meningkatkan pemahaman tentang dinamika keluarga dan memberikan keterampilan yang diperlukan untuk mengelola konflik dan membangun hubungan yang sehat.
 - 7) Membahas dan menetapkan batasan-batasan sehat dalam keluarga, termasuk pengelolaan waktu dan tanggung jawab masing-masing anggota keluarga.
- b. Melibatkan pihak ketiga (intervensi pihak ketiga)
- 1) Melibatkan pihak profesional seperti psikolog atau konselor keluarga untuk membantu mengidentifikasi masalah, meningkatkan komunikasi, dan memberikan dukungan psikologis.
 - 2) Terapi khusus untuk pasangan atau anggota keluarga tertentu yang mungkin memerlukan bantuan dalam mengatasi masalah pribadi atau hubungan mereka.
 - 3) Mencari dukungan dari kelompok dukungan keluarga, teman, atau anggota masyarakat untuk memperoleh perspektif tambahan dan dukungan sosial.
- Menerapkan kombinasi dari beberapa alternatif penyelesaian ini sesuai dengan kebutuhan dan konteks keluarga dapat membantu membangun pola hubungan yang lebih sehat dan harmonis.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian pada pembahasan makalah ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pola hubungan keluarga merujuk pada cara anggota keluarga saling berinteraksi, berkomunikasi, dan membentuk hubungan interpersonal di dalam keluarga. Ini melibatkan dinamika emosional, komunikasi, serta pembagian peran dan tanggung jawab antar anggota keluarga.

2. Faktor-faktor seperti kurangnya komunikasi efektif, peran gender yang kaku, dan konflik internal dapat menyebabkan problematika dalam pola hubungan keluarga. Dampaknya mencakup ketidakharmonisan, kesejahteraan psikologis yang terganggu, dan potensi dampak negatif terhadap perkembangan anak-anak.
3. Alternatif penyelesaian yang mungkin dapat digunakan seperti, mengedepankan komunikasi terbuka, jujur, dan empatik antar anggota keluarga untuk membangun pemahaman yang lebih baik, menerapkan strategi penyelesaian konflik yang konstruktif, seperti pendekatan mediasi dan kompromi, untuk mengurangi ketegangan dalam keluarga, serta mempromosikan pemahaman yang lebih inklusif terkait peran gender, memberikan kebebasan dalam pilihan peran, dan mengurangi ekspektasi yang kaku.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliza, N. F. (2023). *Konseling Keluarga: Buku Ajar*. Sukabumi: CV Jejak (Jejak Publisher).
- Djayadin, C., & Munastiwi, E. (2020). Pola komunikasi keluarga terhadap kesehatan mental anak di tengah pandemi Covid-19. *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(2), 160-180.
- Hasiana, I. (2020). Peran Keluarga dalam Pengendalian Perilaku Emosional pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Child Education Journal*, 2(1), 24-33.
- Pratisiya, V., Pantes, A., Fahira, S., Musa, D. T., Alamri, A. R., & Mutmainnah, M. (2023). Perubahan konstruksi sosial dalam pembagian kerja domestik: Studi hubungan antara suami istri keluarga modern. *Yinyang: Jurnal Studi Islam Gender dan Anak*, 18(2), 197-222.

- Sabarua, J. O., & Mornene, I. (2020). Komunikasi Keluarga dalam Membentuk Karakter Anak. *International Journal of Elementary Education*, 4(1), 83-89.
- Simanungkalit, R. E. S., Gulo, Y., & Sembiring, S. B. (2022). Hubungan Interaksi Sosial Dalam Keluarga Dengan Perilaku Sosial Siswa Kelas Kelas VI SD Perumnas Putri Deli TA 2020/2021. *Jurnal Pendidikan Religius*, 4(2), 87-97.
- Susilowati, A. Y., & Susanto, A. (2020). Strategi penyelesaian konflik dalam keluarga di masa pandemi covid-19. *Hasanuddin Journal of Sociology (HJS)*, 2(2), 88-97.
- Tendean, J. J., Sinaga, J., Nainggolan, S., & Sinambela, J. L. (2023). Strategi Adaptif Dalam Meredakan Konflik Keluarga. *Mutiara: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 1(2), 31-45.
- Tenri Awaru, A. O. (2021). *Sosiologi Keluarga*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Yusuf, D. I. (2019). Keluarga Tradisional dan Modern (Dual Career), Tipologi dan Permasalahannya. *Jurnal Al-Tatwir*, 6(2), 1-16.