

PENDEKATAN KOMUNIKASI RESILIENSI: MEREDAM PERKEMBANGAN COVID-19 PADA KLASER KELUARGA

EuisNurul Bahriyah¹, Ahmad Sururi Afif², ResmanMuharul T³

FakultasIlmuKomunikasiUniversitasEsaUnggul

FakultasEkonomidanBisnisUniversitasEsaUnggul

FakultasIlmuKomunikasiUniversitasEsaUnggul

JalanArjunaUtaraNo.9.TolTomang,KebonJeruk,JakartaBarat11510

euis.nurul@esaunggul.ac.id, ahmad.afif@esaunggul.ac.id, resman.muharul@esaunggul.ac.id

Abstract

Family consequences more than merely surviving a crisis, but they also offer the potential to grow from adversity. Overcoming a crisis with a family can bring about more love, be stronger, and more resolutions in dealing with the challenge (Walsh 1998; White et al 2004) there are prosecutions. Celarga exceeds the family's ability, when the imbalance exists, some can replace others and restore the equilibrium. Of course, some family processes fail to adapt to short - and long-term results (Patterson, 2002). Family communication and family relationships are associated with the communication and family relationships that are communication behaviors between family members, so that communication plays a role both at the individual level and at the family level as the one closest to us of support, the change in attitude and behavior of familymembers in the face of the changes in life resultingfrom the covid-19 pandemic.

Keywords: Resilience, Family communication, Communication resilience, Covid-19

Abstrak

Resiliensi keluarga lebih dari sekedar bertahan dari krisis, tetapi juga menawarkan potensi bertumbuh dari kesulitan. Dalam mengatasi krisis bersama, sebuah keluarga dapat memunculkan lebih banyak cinta, lebih kuat, dan lebih banyak solusi dalam menghadapi tantangan (Walsh, 1998; White et al., 2004). Ada kalanya tuntutan keluarga melebihi kemampuan keluarga. Ketika ketidakseimbangan ini ada, beberapa kemampuan dapat menggantikan yang lain menuju memperoleh kembali kondisi ekuilibrium. Tentu saja, beberapa proses keluarga gagal beradaptasi dengan hasil jangka pendek dan jangka panjang yang buruk (Patterson, 2002). Komunikasi keluarga berkaitan dengan proses komunikasi dan hubungan keluarga yang merupakan hubungan perilaku komunikasi antar anggota keluarga, sehingga dibutuhkan peran komunikasi resiliensi baik pada level individu maupun dalam tingkat keluarga sebagai orang yang paling dekat disekitar kita berupa dukungan, perubahan sikap dan perilaku anggota keluarga dalam menghadapi perubahan, tuntutan dan kekecewaan yang muncul dalam kehidupan yang diakibatkan oleh pandemi Covid-19.

Kata kunci: Resiliensi, Komunikasi Keluarga, Komunikasi Resiliensi, Covid-19

PENDAHULUAN

Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat, pengembangan sumber daya manusia dimulai dalam keluarga, dan untuk menciptakan sumber daya manusia tersebut, pembangunan yang unggul maka keluarga perlu mendapatkan perhatian. Kualitas kehidupan keluarga memberi dampak sangat luas pada individu anggotanya. Banyak masalah dapat diselesaikan dengan lebih baik, jika pendekatan keluarga diterapkan untuk mengatasinya, termasuk menghadapi bencana pandemi C-19.

Membangun resiliensi keluarga ketika menghadapi wabah C-19, seperti kita ketahui pada saat situasi C-19 banyak perubahan-perubahan yang terjadi akibat adanya pandemi C-19, dan perubahan-perubahan ini disebabkan atau tentu saja membawa hal-hal yang tidak mengenakan sehingga memunculkan tantangan apa yang akan terjadi pada keluarga seperti yang kita ketahui banyaknya orang tua yang di PHK dikerakan perusahaan melakukan pengurangan jumlah tenaga kerja efek pandemi, krisis finansial didalam rumah tangga, ibu-ibu mempunyai tugas yang luar biasa, atau konflik pasangan yg memungkinkan individu bekerja di rumah setiap hari/WFH, sehingga menghadapi situasi konflik di dalam keluarga sehingga terjadi stress dan depresi.

Selain itu C-19 saat ini mengalami pergeseran dimana klaster keluarga menjadi penyumbang tertinggi kasus C-19 dikarenakan ketidaksiplinan dalam menjalankan protokol kesehatan yang menjadi sumber pemicu berkembangnya jumlah kasus penularan tersebut. Sebelumnya klaster tempat ibadah, banyak pemuka agama terpapar bahkan meninggal akibat C-19. Pergeseran pun terjadi pada klaster perkantoran dan saat ini

menyentuh klaster keluarga sebagai penyumbang berkembangnya kasus ini dikarenakan faktor dari luar rumah sehingga perlu dicermati saat ada anggota keluarga yang sering berpergian keluar rumah. Satuan Tugas Penanganan Covid-19 mengungkapkan bahwa klaster keluarga memiliki resiko penularan lebih tinggi dibanding klaster lainnya, karena di dalam suatu keluarga, jika satu anggota keluarga dengan anggota keluarga lainnya cenderung sulit untuk menjaga jarak di dalam rumah. Selain itu, kebiasaan lain yang cenderung dilakukan oleh anggota keluarga di dalam rumah saat berinteraksi biasanya tidak menggunakan masker dan dilakukan dengan jarak yang lebih dekat ketika berinteraksi.

Lalu bagaimana menciptakan resiliensi di dalam keluarga dan bagaimana menurunkan dan mencegah klaster keluarga sebagai penyumbang tertinggi perkembangnya pandemi c-19 ini.

Ecological models

Teori sistem Bronfenbrenner (1994) mengemukakan tentang *ecological models* yaitu sebuah sistem tempat individu tumbuh dan berkembang yang dimulai dari hubungan individu dengan lingkungan terdekat dan kemudian berkembang keluar yaitu sampai pada budaya. Artinya jika ada sistem yang terganggu maka akan mengganggu pada hal yang lainnya. Sistem yang paling kecil adalah *microsystem*, yang paling besar adalah *chronosystem* seperti perubahan-perubahan kebijakan, perubahan pandemi C19 sehingga memunculkan perubahan pada lingkungan akhirnya akan terbawa pada sistem keluarga antar anak dan orangtua, suami dan istri dimana ada perubahan pasti akan ada ketidaknyamanan di dalam keluarga dengan kondisi tersebut, sehingga kita harus beradaptasi dimana beradaptasi tersebut dibutuhkan waktu, tenaga, dan mempelajari terlebih dahulu untuk berperilaku yang baik.

Chronosystem yang membentuk perilaku dan karakter masyarakat dan lingkungan sosial yang lebih luas mengarah kepada *microsystem* yaitu sebuah pola aktivitas, tanggung jawab sosial dan relasi interpersonal yang dialami individu di dalam keluarganya. *Microsystem* yaitu sebuah pola aktivitas, tanggung jawab sosial dan relasi interpersonal yang dialami individu di dalam keluarganya

Komunikasi Keluarga

Komunikasi keluarga berkaitan proses komunikasi dan hubungan keluarga yang merupakan hubungan perilaku komunikasi antar anggota keluarga. Teori ini berasal dari sejumlah disiplin ilmu berbeda berdasarkan berbagai methodologi mulai dari teori kritis ke teori ilmiah.

a. Teori Kritis Komunikasi keluarga

Pendekatan teori ini mempunyai peran relatif kecil dalam komunikasi keluarga karena fokusnya pada penindasan dan emansipasi secara individu. biasanya menarik paralel antara hubungan keluarga dengan hubungan sosial lainnya yang mendefinisikan struktur kekuatan sosial, seperti cara pemerintah membatasi kebebasan dan pilihan individu, menggambarkan hubungan sosial yang lebih besar dan struktur kekuasaan mempengaruhi hubungan keluarga.

b. Teori Ilmiah Komunikasi keluarga

Pendekatan teori ini untuk menemukan tentang hubungan manusia, secara umum untuk melihat perilaku sehingga model teoritisnya dapat digeneralisasikan secara kuantitatif sedangkan kualitatif memahaminya sebagai cara proses sosial yang mencerminkan realitas objektif. Dalam konteks keluarga dimana saling ketergantungan dan mempengaruhi satu sama lain sesuai peran didalam keluarga sehingga perubahan salah satu anggota mempengaruhi semua anggota keluarga yang lain. (Littlejohn, 2009)

Komunikasi keluarga adalah menciptakan, berbagi dan mengatur makna dalam interaksi antar anggota keluarga sebagai suatu proses komunikasi berkelanjutan, kompleks, perubahan aktivitas mulai

dari masa lampau hingga realitas anggota keluarga ke masa depan (Chris Segrin, 2005). Dalam komunikasi keluarga harus dipahami secara keseluruhan tidak hanya sebagai komunikasi timbal balik saja akan tetapi memusatkan komunikasi interpersonal menjadi perhatian anggota keluarga pada pasangan keluarga seperti komunikasi anak dengan orang tua, komunikasi antar pasangan pernikahan, sehingga dalam komunikasi keluarga mendorong komunikasi interpersonal menjadi komunikasi kelompok yang fokus pada interaksi sesama anggota keluarga sehingga menjadikan konstruksi utama dalam pengorganisasian, bukan hanya dilihat dalam konteks komunikasi.

Kehidupan berkeluarga terjadi karena ketidakmampuan dalam meningkatkan hubungan mereka sebagai individu dan ketidakmampuan mempertanggungjawabkan atas permasalahan suatu hubungan berkeluarga yang biasa disebut reaktor, sedangkan aktor adalah orang lain yang bertindak dan dipercaya membuat perubahan hubungan relasional yang diinginkan individu, semua anggota keluarga dapat menjadi aktor atau reaktor, sehingga komunikasi keluarga dipahami sebagai kreasi dari keterbukaan sesama anggota keluarga daripada dominasi pada salah satu anggota keluarga yang mendominasi (Kathleen M. Galvin, Dawn O. Braithwaite, 2016). Keterbukaan diperlukan dalam proses memberikan pola komunikasi pada anak remaja agar dapat menjadi teladan yang baik, sekaligus mengajak anak remaja untuk lebih terbuka dalam perkembangannya. Oleh karena itu, diperlukan perhatian, pengasuhan, perhatian dan komunikasi yang optimal dari orang tua untuk meluruskan persepsi anak agar anak tidak takut. (Baharudin, 2019)

Resiliensi Keluarga

Kemampuan keluarga sebagai sebuah sistem untuk dapat mempertahankan keluarga tersebut untuk bangkit dari keterpurukan dan merupakan proses yang di jalani sepanjang kehidupan keluarga

(Walsh, 2016). Resiliensi keluarga atau ketahanan keluarga dapat juga diartikan sebagai kondisi dimana keluarga mempunyai kemampuan untuk menghadapi berbagai perubahan, masalah dan tantangan baik dari dalam maupun dari luar keluarga sehingga keluarga dapat berjalan terus mencapai kesejahteraan. (termasuk tetap bertahan dalam situasi pandemi C19).

Bagaimana keluarga itu bisa bertahan atau bangkit kembali dari keterpurukannya, resiliensi keluarga adalah suatu teori yang berkembang dari resiliensi individu. Dan resiliensi individu adalah bagaimana individu ketika menghadapi masalah bisa bangkit dengan keterbatasan yang dimilikinya bukan hanya bertahan tapi memanfaatkan sumber daya yang dimilikinya itu. Penelitian terdahulu McCubbin bahwa resiliensi keluarga mengatakan bahwa resiliensi itu merupakan suatu karakteristik/*trait*, tapi penelitian selanjutnya Walsh, 2016, mengatakan bahwa resiliensi keluarga merupakan sebuah proses artinya bisa dipelajari dan dilakukan seperti kebahagiaan itu bukan dijalani tapi kita yang menciptakan. Walsh mengatakan ketika muncul suatu masalah maka ada suatu proses yang bisa dijalani sehingga individu bisa bangkit lagi dan paling tidak bisa tetap memberdayakan dirinya, jadi wabah C19 ini individu bisa memberdayakan dirinya atau membuka sumberdaya dirinya sehingga individu tersebut bisa maju.

Mackay, 2003, mengatakan tentang adanya faktor protektif dan resiko. Berikutnya bicara tentang faktor-faktor yaitu faktor resiko dan faktor protektif. Faktor resiko adalah faktor yang dinilai negatif yang dapat menurunkan satu kondisi tertentu. Faktor resiko dalam resiliensi keluarga adalah stress yang dapat menurunkan resiliensi keluarga jadi ketika ada C-19 dan stress maka resiliensi keluarga akan menurun. Ditambah stress-stress lainnya seperti, menurunnya pendapatan keluarga, atau tingkat PHK (pemutusan hubungan

kerja) yang terjadi akibat pandemi ini, atau adanya peran ganda seorang ibu/istri dengan tugas-tugas selain tugas mengurus rumah tangga melainkan juga tugas/peran sebagai guru di rumah bagi anak-anak mereka selama program *school from home*.

Faktor Protektif yaitu akumulasi dari satu kejadian ke kejadian lainnya seperti konflik dalam komunikasi, percekocokan di dalam rumah tangga, kekesalan terhadap anak, pasangan atau anggota keluarga lainnya, yang memacu munculnya stress.

Faktor Protektif yang ada pada resiliensi keluarga antara lain:

- a. Individu, meliputi diantaranya kemampuan individu dalam regulasi emosi, sistem keyakinan yang kuat, pendidikan dan keterampilan yang baik
- b. Keluarga, meliputi struktur keluarga, stabilitas hubungan dengan pasangan, interaksi antara orang tua dan anak, dukungan sosial, kestabilan dalam penghasilan dan sebagainya (Benzis dan Mychasiuk, 2008)
- c. Komunitas, keterlibatan dalam komunitas, penerimaan teman sebaya, lingkungan yang aman, dan sebagainya.

Bagaimana membangun resiliensi keluarga dalam pandemi C-19 ini, Walsh mengungkapkan adanya Komponen kunci yang menjadi dasar untuk mengembangkan resiliensi keluarga pada masa pandemi C-19 ini antara lain:

A. Sistem Keyakinan Keluarga (*family belief system*)
Nilai-nilai yang ditanamkan termasuk nilai-nilai spiritual dan aturan-aturan serta tradisi-tradisi di dalam keluarga.

Pembentukan suatu lingkaran kepercayaan dan kebersamaan yang penting di dalam terbentuknya resiliensi keluarga antara lain:

1. Memberi makna pada situasi krisis, kesulitan yang dihadapi sebagai tantangan yang harus dilalui yang dapat membentuk pribadi mereka menjadi lebih baik

2. Pandangan positif, menghadapi kesulitan selalu optimis dan memiliki harapan akan masa depan.
3. Transedens dan spritualis, keyakinan yang dibangun dari sesuatu yang berasal dari agama dan spritual manusia

a.

b. B. Proses Organisasi (*organizational processes*)

Struktur untuk dapat menciptakan adanya kesatuan, keterhubungan dan komunikasi antar keluarga. Pola organisasi ini dibentuk untuk menciptakan:

1. Fleksibilitas, kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan kondisi yang mereka hadapi dalam situasi yang sulit dengan cara menciptakan kebiasaan-kebiasaan baru yang dapat mereka jalani bersama.
2. Keterhubungan, komitmen di dalam keluarga yang berasal dari ikatan emosional yang kuat antara anggota keluarga sehingga terbentuk hubungan yang saling mendukung di setiap situasi terutama ketika menghadapi krisis.
3. Sumber daya sosial ekonomi, keterbukaan dalam sumber daya ekonomi yang dimiliki dan memberikan dukungan sosial yang optimal ketika menghadapi krisis.

C. Proses Komunikasi dan Pemecahan Masalah (*communication and problem solving processes*)

Terjadinya pertukaran informasi, keyakinan, ekspresi emosi dan proses pemecahan masalah sehingga bersama-sama bersinergi untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi.

Aspek komunikasi di dalam keluarga meliputi:

1. Kejelasan, informasi yang jelas dengan kata-kata sikap dan perbuatan yang baik maka akan membantu anggota keluarga untuk dapat memaknai situasi secara menyeluruh.
2. Keterbukaan ungkapan emosi, terbuka dalam mengungkapkan emosi atau perasaan antar anggota keluarga sehingga dapat saling

menghibur dan dapat saling menunjukkan empati antara anggota keluarga.

3. Penyelesaian masalah yang kolaboratif, kemampuan untuk memecahkan masalah bersama-sama ketika menghadapi krisis dengan memberikan ide, saran yang konstruktif untuk dapat bangkit dari krisis yang dialami oleh keluarga.

Buzzanell (2010) baru-baru ini menggeser konseptualisasi ketahanan dari sifat abadi menjadi menyatakan bahwa ketahanan manusia adalah dibentuk dalam dan melalui proses komunikatif yang meningkatkan orang. Buzzanell mengasumsikan pendekatan konstruktivis sosial dan berpendapat bahwa ketahanan diciptakan, dipertahankan dan ditingkatkan melalui manusia dimana ketahanan dibangun secara komunikatif terutama melalui: a. membuat keadaan normal, b. menegaskan jangkai identitas, c. memelihara dan menggunakan jaringan komunikasi, d. menggunakan logika alternatif dan, e. meremehkan perasaan negatif sambil mengesampingkan emosi positif, seperti harapan dan kemandirian.

Menurut Buzzanell, resiliensi adalah proses relasional di mana orang tidak hanya membangun tetapi juga bersama-sama membangun cerita baru, mengatur logika, dan bingkai yang memungkinkan mereka untuk mengintegrasikan kembali realitas baru dan membentuk normalitas baru ke dalam kehidupan sehari-hari mereka. Berfokus pada proses adaptasi dan transformasi komunikatif yang berkelanjutan, reaktivitas dan proaktivitas, stabilitas dan perubahan, gangguan dan reintegrasi, destabilisasi dan restabilisasi, b. Menempatkan ketahanan dalam interaksi dan relationships, mengintegrasikan konteks interpersonal, keluarga, organisasi, kesehatan, dan komunikasi yang dimediasi.

Menurut Isaacson (2002), resiliensi adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dan beradaptasi terhadap perubahan, tuntutan dan kekecewaan yang muncul dalam kehidupan. Werner and Smith (dalam Isaacson, 2002) mengatakan

bahwa kapasitas untuk secara efektif menghadapi stres internal berupa kelemahan-kelemahan mereka maupun stres eksternal. Stres disini diakibatkan adanya tekanan peningkatan kasus C-19 pada klaster keluarga.

Konsep dan Indikator Ketahanan Keluarga (KPPPA-RI, 2013,2016)

1. Ketahanan Fisik
2. Ketahanan Ekonomi
3. Ketahanan Sosial-Psikologi
4. Ketahanan Sosial-Budaya

Dampak Sosial Ekonomi C-19:

- a. Kemiskinan Meningkat
- b. PHK Meningkat
- c. Peran Ganda Perempuan
- d. Pendapat RT dan Pertumbuhan Ekonomi Menurun

Dampak sosial ekonomi C19 ini artinya perlu peran dan upaya pemerintah dalam mengatasi dampak sosial ekonomi. Beberapa program pemberdayaan sosial pun harus dilakukan. Pemberdayaan sosial merupakan semua upaya yang diarahkan untuk menjadikan warga negara yang mengalami masalah sosial mempunyai daya, sehingga mampu memenuhi kebutuhan dasarnya sesuai UU No. 11/2009.

Maksud dari program pemberdayaan sosial tersebut adalah untuk memberdayakan seseorang keluarga, kelompok dan masyarakat yang mengalami masalah Kesejahteraan Sosial agar mampu memenuhi kebutuhannya secara mandiri. Selain itu program pemberdayaan sosial juga digunakan untuk meningkatkan peran serta Lembaga dan/atau perseorangan sebagai potensi dari sumber daya dalam penyelenggaraan Kesejahteraan Sosial.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan

penelitian kualitatif, khususnya penelitian grounded dimana diharapkan mampu menambah ilmu pengetahuan sehingga ilmu pengetahuan dapat berkembang bersama waktu. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri dengan bantuan dokumentasi dan jurnal atau materi-materi terkait komunikasi keluarga dan resiliensi keluarga. Metode penulisan dalam artikel ini adalah kajian pustaka dengan cara mengumpulkan berbagai informasi dari literatur atau buku, jurnal dan artikel.

PEMBAHASAN

Pendekatan Resiliensi Keluarga saat Krisis

Sebagai sebuah konsep, resiliensi kemudian dipandang dari beberapa perspektif. Perspektif konsep resiliensi berkembang sejak konsep tersebut diperkenalkan sebagai konstruk pada level keluarga. Dalam pandangan tradisional, resiliensi keluarga merupakan jumlah dari ketahanan anggota keluarga. Sebuah perspektif kontemporer memandang resiliensi keluarga dengan memberikan penekanan pada sifat relasional dari keluarga sebagai sebuah unit. Perspektif tersebut juga memandang proses relasional yang memfasilitasi kelangsungan hidup dan pertumbuhan keluarga di bawah kondisi yang tidak menguntungkan. Perubahan besar yang terjadi pada perkembangan konsep resiliensi keluarga adalah cara pandang yang berbeda tentang resiliensi keluarga sebagai sebuah sifat dan resiliensi keluarga sebagai sebuah proses. Peneliti kemudian membuat dua kubu dalam menyelidikannya.

McCubbin dan McCubbin menggunakan resiliensi keluarga dari sudut pandang dimensi, sifat yang dimiliki keluarga untuk memiliki ketahanan terhadap situasi krisis. Sementara Patterson adalah peneliti yang menggunakan konsep resiliensi keluarga melalui sudut pandang proses, yaitu melihat kemampuan keluarga memobilisasi kekuatan secara aktif saat mengalami krisis, dimana

kondisi tersebut memungkinkan keluarga dapat berfungsi kembali seperti sedia kala sebelum stressor atau krisis dialami. Namun demikian, saat ini penelitian terbaru tentang resiliensi keluarga cenderung menekankan interaksi dari sudut pandang sifat dan proses, sehingga menghasilkan sebuah pemahaman yang holistik (Herdiana, Suryanto, & Handoyo, 2018)

Pada literatur yang lain, disebutkan bahwa konsep resiliensi keluarga merupakan topik bahasan pada masa psikologi kontemporer (Luthar, Cicchetti & Becker, 2000). Penelitian sudah banyak dilakukan untuk mengkaji konsep resiliensi keluarga ini, dimana bicara mengenai bagaimana sebuah keluarga mampu menjalankan fungsinya sebagai tempat untuk memberikan kasih sayang, keamanan, perlindungan, dukungan antara satu sama lain, meskipun dihadapkan pada sebuah stressor yang mengakibatkan keluarga dalam kondisi krisis. Pengertian resiliensi keluarga merupakan suatu cara atau strategi yang dilakukan oleh keluarga dalam menghadapi tekanan, permasalahan atau konflik yang timbul. Keberhasilan dari strategi tersebut tergantung dari bagaimana keluarga menilai permasalahan yang dihadapi.

Luthar dan koleganya (2000) mengatakan bahwa perspektif mengenai resiliensi keluarga merupakan mengenali kekuatan satu sama lain, mampu berdinamika, menjaga hubungan timbal balik untuk menghadapi konflik yang muncul, hingga masalah tersebut menjadi penguat bagi ketahanan keluarga, dan bukan sebagai perusak. Untuk menghadapi keadaan krisis yang menimpa, keluarga harus memiliki sumber daya yang mendukung antara lain :

Tabel 1. Sumber Daya yang dimiliki keluarga Untuk Mendukung Ketahanan Keluarga Saat Krisis

Sumber Daya	Penjelasan
pandang positif	Emosi positif seperti rasa kasih sayang, humor, optimism, solusi yang positif

	serta sugesti yang menguatkan satu sama lain akan membuat keluarga menjadi lebih kuat (Bradbury&Karney, 2004)
Spiritualitas	Keyakinan yang dianut oleh sebuah keluarga dirasa mampu memberikan sugesti terhadap jalan keluar yang positif bagi permasalahan yang dialami keluarga (Mahoney, Pargament, Tarakeshwar&Swank, 2001)
Keterikatan anggota keluarga	Keterikatan satu sama lain menjadikan keluarga mampu bekerjasama dan mencari jalan keluar atas permasalahan yang ada. Koordinasi yang baik, saling menarik dari keterpurukan satu sama lain memberi dampak yang besar bagi pemulihan dari konflik.
Fleksibilitas	Fleksibilitas mengacu pada kemampuan keluarga untuk melakukan rebound dan reorganisasi dalam menghadapi tantangan sambil mempertahankan kontinuitasnya (McCubbin & McCubbin, 1988). Mutualitas paling baik dicapai ketika anggota keluarga memilikipengertian yang jelas tentang diri mereka sendiri, baik di dalam maupun di luar konteks keluarga.
Komunikasi keluarga	Komunikasi yang harmonis merupakan inti dari bagaimana keluarga menciptakan rasa bersama yang bermakna, mengembangkan strategi penanggulangan masalah dan menjaga kesepakatan dan keseimbangan (DeFrain,1999). Walsh (1998) menyebutkan ada tiga aspek penting dalam komunikasi keluarga yaitu kejelasan, ekspresi emosional yang terbuka dan pemecahan masalah secara kolaboratif.
Manajemen keuangan	Pengambilan keputusan yang baik dalam pengelolaan keuangan dengan status ekonomi keluarga dapat berkontribusi terhadap kesejahteraan keluarga. Tekanan keuangan keluarga juga dapat memunculkan stress dan ketegangan dalam keluarga serta berpengaruh terhadap kesejahteraan emosional dan hubungan interpersonal (Mederer,1999; Walsh,2002)
Waktu untuk bersama	Menghabiskan waktu bersama keluarga seperti makan bersama, santai bersama dan mengerjakan tugas bersama merupakan cara untuk menciptakan kontinuitas dan stabilitas dalam kehidupan berkeluarga (McCubbin&McCubbin,1988)
Minat terhadap rekreasi	Rekreasi dan menghabiskan waktu luang bersama keluarga berfungsi untuk memfasilitasi kesehatan keluarga. Waktu keluarga yang menyenangkan dapat menghasilkan kelekatan, penghargaan intrinsik, kebahagiaan, pembelajaran, humor, dan kesenangan berbagi pengalaman (Bowlby, 1982; Hill, 1988; Russell, 1996).
Kegiatan ritual dan rutin	Fiese dan rekan (2002) melaporkan bahwa kegiatan rutin atau ritual bersama keluarga memberikan kontribusi mengeratkan hubungan keluarga. Keluarga yang memiliki rutinitas

	bersama cenderung menghasilkan kebiasaan pola asuh anak yang baik dan dapat menstabilkan keluarga daripada keluarga yang tidak memiliki rutinitas. Rutinitas sering menjadi berhenti saat terjadi krisis keluarga, seperti perceraian atau penyakit (Walsh, 1998)
Dukungan sosial	Keluarga yang sehat tidak hanya mendapatkan dukungan sosial dari masyarakat, namun juga dapat memberikan dukungan kembali kepada masyarakat. Sistem dukungan keluarga dan kerabat yang luas dapat berinteraksi secara timbal balik untuk memberikan informasi dan berkontribusi pada kesejahteraan orang lain (Luthar et al,2000; Rutter, 1987; Seccombe,2002)

Sumber : Disarikan dari *A Conceptual Review of Family Resilience Factors* (Black&Lobo,2008)

Kesimpulannya, resiliensi keluarga lebih dari sekedar bertahan dari krisis, tetapi juga menawarkan potensi bertumbuh dari kesulitan. Dalam mengatasi krisis bersama, sebuah keluarga dapat memunculkan lebih banyak cinta, lebih kuat, dan lebih banyak solusi dalam menghadapi tantangan (Walsh, 1998; White et al., 2004). Ada kalanya tuntutan keluarga melebihi kemampuan keluarga. Ketika ketidakseimbangan ini ada, beberapa kemampuan dapat menggantikan yang lain menuju memperoleh kembali kondisi ekuilibrium. Tentu saja, beberapa proses keluarga gagal beradaptasi dengan hasil jangka pendek dan jangka panjang yang buruk (Patterson, 2002).

Pendekatan komunikasi resiliensi dalam meredam perkembangan covid19 pada klaster keluarga salah satunya adalah mengembangkan komunikasi individual di dalam keluarga agar dapat meningkatkan ketahanan dalam keluarga. Komunikasi dalam hubungan yang erat antar anggota keluarga dengan mengembangkan pola komunikasi termasuk sikap hormat dan kesopanan memoderasi hubungan antara emosi dan kepuasan hubungan di dalam keluarga. Afifi 2016 berpendapat bahwa ketika orang memvalidasi pasangan relasionalnya dalam hal ini hubungan antar anggota keluarga secara teratur melalui strategi, tindakan dan perilaku pemeliharaan

hubungan yang positif, seperti saling mendukung, mengingatkan dan membantu serta melindungi anggota keluarga mereka

KESIMPULAN

Artikel ini dikaitkan dengan penerapan resiliensi keluarga saat pandemi c-19 dimana terjadi pergeseran klaster keluarga, yang sebelumnya didominasi oleh klaster ibadah, perkantoran dan saat ini terjadi pada klaster keluarga. Terjadinya pergeseran ini menimbulkan tingkat stres di dalam anggota keluarga sehingga dibutuhkan peran komunikasi resiliensi baik pada level individu maupun dalam tingkat keluarga sebagai orang yang paling dekat disekitar kita berupa dukungan, perubahan sikap dan perilaku anggota keluarga dalam menghadapi perubahan, tuntutan dan kekecewaan yang muncul dalam kehidupan yang diakibatkan oleh pandemi ini.

Daftar Pustaka

- Black,K.,&Lobo,M. (2008). A Conceptual Review of Family Resilience Factors. *Journal of Family Nursing*.
- Baharudin.(2019). Pentingnya Pola Komunikasi orang tua terhadap pubertas remaja, *Journal of Community Engagement in Health*, 1(1), pp. 1–12. Available at: <https://jurnal.iain-bone.ac.id/index.php/anisa>.
- Chris Segrin, J. F. (2005) *Family Communication, Analysis*. doi: 10.1016/j.patrec.2005.01.006.
- Connor, K.M., & Davidson, J.R.T. (2003). Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), *Depression and Anxiety*
- H. Tamsah, G Bata Ilyas Y. Nur, U. Farida. (2019). The Resilience of Poor Families and Their Effects on Poverty: A Grounded Research Approach, *IOSR Journal of Business and Management*.

- Isaacson, B. (2002). Characteristics and enhancement of resiliency in young people.
- Kathleen M. Galvin, Dawn O. Braithwaite, C. L. B. (2016) Family Communication Cohesion and Change.
- Kristina M. Scharp, Kyle F. Kubler & Tiffany R. Wang (2020). Individual and community practices for constructing communicative resilience: exploring the communicative processes of coping with parental alienation, *Journal of Applied Communication Research*
- Littlejohn, K. (2009). *Encyclopedia of Communication Theory*, SAGE Publication. doi: 10.1002/9781118785317.weom110113.
- McCubbin, M., & McCubbin, H. (1993). Families coping with illness: The resiliency model of family stress, adjustment and adaptation. In C. Danielson, B. Hamel-Bissell, & P. Winstead-Fry (Eds.), *Families, health and illness: Perspectives on coping and intervention* (pp. 21—61). St. Louis, MO: Mosby.
- Patrice M. Buzzanell, Patrice M, *Resilience: Talking, Resisting, and Imagining New Normalcies Into Being*, *Journal of Communication*, Department of Communication, Purdue University, West Lafayette, USA
- Herdiana, Ike. (2018). Resiliensi Keluarga: Teori, Aplikasi dan Riset, *Proceeding National Conference Psikologi UMG2018*
- Mawarpury, Marty. Mirza, (2017). Resiliensi dalam Keluarga: Perspektif Psikologi, *Jurnal Psikoislamediam* vol. 2, No. 1, April 2017
- McCubbin, M., & McCubbin, H. (1993). Families coping with illness: The resiliency model of family stress, adjustment and adaptation. In C. Danielson, B. Hamel-Bissell, & P. Winstead-Fry (Eds.), *Families, health and illness: Perspectives on coping and intervention* (pp. 21—61). St. Louis, MO: Mosby.
- S. Wok, J. Hashim, K. Abdullah. (2016). Social Media Influence on Malay Family Resilience towards Challenges of the Internet, *Jurnal Komunikasi UKM*.my
- Tamara.D. Afifi, Anne F. Merrill and Sharde Davis. (2016). The theory of resilience and relational load, *Journal of The International Association for Relationship Research*, Printed in the United States of America
- Walsh, F. (2006). *Strengthening Family Resilience (Second)*. New York: The Guilford Press.
- Walsh, F. (1996). The concept of family resilience: Crisis and challenge. *Family Process*, 35(3), 261–281. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1996.00261.x>