



Ketangguhan Keluarga Menghadapi Pandemi COVID 19: Perspektif Psikologi dan Islam

Nani Nuranisah Djamal, Ila Nurlaila Hidayat, Tahrir, Ujam Jaenudin

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung

Abstrak. Seringkali peristiwa stres atau traumatis memiliki efek yang berbeda pada individu yang berbeda dalam keluarga. Namun, ketahanan keluarga mengacu pada kemampuan untuk mempertahankan fungsi keluarga, termasuk memberikan dukungan untuk semua anggota keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan relevansi makna yang terdapat pada konsep *family resilience* dengan nilai-nilai Islam, serta implementasinya dalam konteks pandemi COVID-19. Metode penelitian menggunakan pengembangan Psikologi Islam. Hasil penelitian menemukan terdapat sejumlah ayat Alquran maupun Hadis yang memiliki makna relevan dengan enam dimensi *family resilience* menurut Oh dan Chang (2014). Dimensi kepercayaan diri kolektif relevan dengan konsep sabar, keyakinan diri, teguh pendirian dan tidak berputus asa. Dimensi keterikatan relevan dengan perintah menjaga diri dan keluarga, bersatu (tidak bercerai-berai) dan menghindari prasangka. Dimensi pandangan hidup positif relevan dengan husnuzan terhadap ketetapan Allah SWT, meyakini setelah kesulitan ada kemudahan, serta meyakini bahwa setiap diri hanya dibebani sesuai dengan batas kesanggupannya. Dimensi *resourcefulness* relevan dengan perintah ikhtiar dan bekerja keras. Dimensi pola komunikasi terbuka relevan dengan cinta dan kasih sayang, saling berdialog, serta saling mengingatkan. Sedangkan dimensi pemecahan masalah kolaboratif relevan dengan tolong-menolong, berlomba dalam kebaikan, serta mengutamakan orang lain.

Kata kunci: COVID-19, family resilience, perspektif Islam

Family Resilience in Facing the COVID 19 Pandemic: Psychological and Islamic Perspectives

Abstract. Often stressful or traumatic events have different effects on different individuals in the family. However, family resilience refers to the ability to maintain the family functions, including to provide supports for all family members. This study aims to explain the relevance of the meaning contained in the concept of family resilience through Islamic values, associated with its implementation in the context of the COVID-19 pandemic. The research method was Islamic Psychology development. The results found that there are a number of verses of the Quran and Hadith that have relevant meaning to the six dimensions of family resilience according to Oh dan Chang (2014). The dimension of collective confidence is relevant to the concepts of patience, self-confidence, firm conviction and being not desperate. Dimension of interconnectedness is relevant to the command to protect oneself and the family, to unite (not being divorced) and to avoid prejudice. The dimension of positive life view is relevant to have the positive thinking (husnuzan) towards the decree of Allah, to believe that after difficulties there will be ease, and to believe that each self is only burdened according to the limits of his ability. The dimension of resourcefulness is relevant to the command to make effort on the things we do and to have th hard work. The dimension of open communication patterns is relevant to have love and affection, to have dialogue with others, and to remind each other. Whereas the dimension of collaborative problem solving is relevant to help each other, to compete in good deeds, and to prioritize others.

Keyword: COVID-19, family resilience, Islamic perspective

Korespondensi: Nani Nuranisah Djamal. Email: nani.nuranisah@uinsgd.ac.id

Keluarga merupakan bagian integral dalam kehidupan setiap individu. Keluarga dapat menjadi sumber dukungan sosial yang sangat penting bagi individu, namun sebaliknya dapat pula menjadi sumber stressor bagi individu. Berkaitan dengan ini, sebagaimana dikemukakan Herdiana (2019) keluarga dapat dipandang sebagai faktor protektif maupun risiko, tergantung pada sejauh mana keluarga memiliki karakteristik yang mengarah pada ketahanan individu anggota keluarganya atau tidak. Dengan demikian keluarga dapat menjadi sasaran maupun sarana penting dalam intervensi psikologis. Keluarga juga memiliki potensi sumber daya yang besar, yang dapat digunakan untuk menghadapi berbagai macam krisis yang dialami dalam kehidupan.

Krisis yang dihadapi oleh keluarga seringkali menyebabkan gesekan bahkan disintegrasi pada proses dan struktur keluarga (Chang et al, 2015). Peristiwa krisis dan tekanan yang terus-menerus dapat memengaruhi seluruh anggota keluarga, menimbulkan risiko tidak hanya disfungsi individual, melainkan juga konflik relasional dan kehancuran keluarga (Myers-Walls, 2017). Kadang-kadang suatu peristiwa awalnya memengaruhi satu anggota keluarga tetapi kemudian menyebabkan efek riak pada seluruh keluarga, yang dapat menyebabkan masalah keluarga, mengganggu rasa aman keluarga tentang kemampuan mereka untuk menjaga anggota tetap merasa aman, dan mengancam fungsi dan sumber daya keluarga (Vogel & The Family Systems Collaborative Group, 2017).

Studi Chang et al. (2015) menemukan bahwa pada saat krisis, orang Asia bereaksi dan mengelola tantangan secara kolektif, bereaksi sebagai satu unit daripada sebagai individu yang terpisah. Serangkaian bencana di Asia yaitu tsunami, gempa bumi, dan letusan gunung berapi, tim menunjukkan bahwa penyelamat menemukan adanya dukungan sosial dan solidaritas yang kuat di tingkat keluarga dan masyarakat. Diperkuat oleh penelitian lain bahwa hubungan interpersonal dan tanggung jawab kolektif merupakan kekuatan inti pada keluarga India (Rajeev & Kunjachan, 2014).

Beberapa peristiwa traumatis yang dapat dialami oleh seluruh keluarga diantaranya, bencana alam, peristiwa seperti perang atau terorisme, atau kekerasan komunitas atau rumah tangga (Vogel & The Family Systems Collaborative Group, 2017). Salah satu jenis bencana adalah epidemi yang diartikan sebagai penyebaran terjangkitnya penyakit menular secara tiba-tiba akibat beberapa penyakit alami atau buatan manusia (Balasubramanian, 2014). Sedangkan epidemi yang bersifat global atau epidemi yang terjadi di seluruh dunia, atau di wilayah yang sangat luas, melintasi batas internasional dan biasanya mempengaruhi banyak orang disebut dengan *pandemic* (Qiu et al, 2017).

Salah satu pandemi yang tengah melanda dunia pada abad 21 ini adalah pandemi COVID-19, yang secara resmi dideklarasikan oleh WHO pada tanggal 11 Maret 2020 (World Health Organization [WHO], 2020). Di Indonesia sendiri perkembangan secara masif pandemi

COVID-19 ini dimulai awal Maret 2020. Sampai dengan 3 Mei 2020 tercatat jumlah korban terpapar mencapai 10,843, jumlah yang sembuh 1,665 orang dengan jumlah meninggal 831 orang (PIKOBAR, 2020).

Pemerintah telah menetapkan Wabah Coronavirus atau COVID-19 sebagai Bencana Nasional melalui Kepres No. 12 Tahun 2020 (Gunadha & Intan, 2020). Ada empat alasan penetapan COVID-19 sebagai bencana nasional, yaitu: *pertama*, Jumlah korban dan kerugian harta benda yang disebabkan oleh COVID-19 semakin meningkat setiap harinya; *Kedua*, Cakupan wilayah yang terdampak semakin meluas (banyak provinsi di Indonesia yang terjangkiti); *Ketiga*, Dampak wabah COVID-19 tidak hanya dari segi kesehatan, namun juga aspek sosial ekonomi yang luas (tercatat hampir 25 juta orang terancam PHK massal akibat wabah tersebut); *Keempat*, *World Health Organizations* (WHO) atau Badan Kesehatan Internasional telah menetapkan COVID-19 sebagai pandemi (Gunadha & Intan, 2020).

Pandemi COVID-19 telah menimbulkan dampak bagi kehidupan masyarakat. Balasubramanian (2014) menyebutkan dampak tersebut meliputi: gangguan gaya hidup, kehilangan mata pencaharian dan pekerjaan, kekurangan sumber makanan, kerugian ekonomi nasional, efek sosiologis dan efek psikologis. Masyarakat tidak bisa secara bebas berinteraksi satu sama lain, akibat pembatasan sosial. Banyak masyarakat yang kehilangan pekerjaan, sehingga tidak bisa

memenuhi kebutuhan keluarganya. Disebutkan oleh Brooks et al. (2020) efek psikologis yang merugikan selama karantina pandemi COVID-19 meliputi kecemasan, suasana hati yang buruk, cepat marah, insomnia, gejala stres pasca trauma serta kelelahan emosional. Joshua C Morganstein, asisten direktur di Pusat Studi Stres Traumatis di Maryland, Amerika Serikat, menyatakan “Secara historis, dampak buruk bencana pada kesehatan mental mempengaruhi lebih banyak orang, dan bertahan lebih lama daripada dampak kesehatan” (Savage, 2020).

Penelitian Kasdi dan Saifudin (2020) terhadap keluarga milenial Muslim Indonesia, menunjukkan bahwa selama pandemi COVID-19 ini, kemitraan gender, kesehatan dan keamanan, ketahanan sosial psikologis, dan ketahanan sosial budaya berada dalam kondisi cukup baik, sedangkan kondisi ekonomi keluarga muslim milenial justru sebaliknya. Namun demikian hal itu tidak serta merta menempatkan keluarga pada tekanan sosial psikologis.

Semua situasi yang muncul sebagai dampak dari pandemi COVID-19 menjadi *stressor* yang dapat memengaruhi kesehatan mental individu maupun masyarakat. Dibutuhkan kemampuan untuk beradaptasi dengan situasi sulit tersebut. Kemampuan ini di dalam psikologi dikenal dengan istilah resiliensi (*resilience*). Resiliensi dapat diartikan sebagai kapasitas untuk pulih dari kesulitan dan kemampuan untuk menemukan solusi terhadap masalah secara cepat dengan cara-cara cerdas

(Walsh, 2006). Sesuai konteks pandemi COVID-19 ini, tentu saja kesulitan yang dihadapi bukan hanya dirasakan secara individual, tetapi juga oleh masyarakat secara luas. Tulisan ini akan memfokuskan kajian pada masyarakat terkecil, yaitu keluarga. Ketahanan keluarga sangat dibutuhkan di masa pandemi guna mendukung pengembangan dan pemeliharaan keluarga terhadap situasi tersebut serta membangun kepercayaan yang lebih kuat untuk menjalani berbagai peristiwa yang dialami terkait COVID-19 (Prime et al., 2020).

Bagaimana keluarga bisa bertahan dan beradaptasi dengan baik dalam menghadapi berbagai tantangan yang muncul sebagai dampak dari situasi pandemic COVID-19. Kemampuan keluarga untuk menghadapi berbagai situasi sulit yang dialaminya dikenal dengan istilah *family resilience*. Beberapa pengertian menyebutkan bahwa *family resilience* memiliki makna yang sama dengan ketahanan keluarga atau *family strength* (Puspitawati, 2012). Merujuk pada Patterson, Walsh mendefinisikan *family resilience* sebagai 'proses dinamis yang mendorong adaptasi positif dari unit keluarga dan anggota-anggotanya dalam konteks kesulitan yang signifikan (Walsh, 2006).

Tulisan ini akan lebih memfokuskan pada hasil kajian literatur tentang *family resilience* dalam perspektif Psikologi dan Islam. Beberapa alasan yang menjadi pertimbangan mengapa kajian *family resilience* ini disandingkan antara perspektif psikologi dengan perspektif Islam:

pertama, karena tuntutan untuk melakukan pengembangan psikologi Islam semakin besar; *kedua* dari segi konten, dimensi-dimensi yang terkandung dalam konsep *family resilience* sendiri, ada dimensi yang secara khusus membahas pentingnya peran keyakinan dan spiritualitas dalam mengatasi kesulitan yang dialami oleh keluarga.

Adapun tujuan dilakukannya kajian literatur tentang *family resilience* dalam perspektif Psikologi dan Islam dalam konteks COVID-19 ini adalah untuk menemukan kesesuaian makna yang terkandung dibalik konsep *family resilience* dengan nilai-nilai keIslaman. Hasil kajian ini diharapkan dapat berkontribusi bagi pengembangan psikologi Islam, khususnya yang berkenaan dengan konsep *family resilience*.

Penelitian ini tidak melibatkan responden yang secara langsung terdampak pandemi COVID-19. Oleh karena itu kajian terhadap resiliensi keluarga dalam menghadapi situasi pandemi dilakukan melalui analisis teoretik terhadap dimensi-dimensi yang terkandung dalam *family resilience*. Berdasarkan analisis teoretik ini, dapat diperoleh prediksi apa yang akan terjadi pada keluarga yang memiliki resiliensi tinggi dan resiliensi rendah ketika mereka menghadapi pandemic COVID-19.

Beberapa penelitian terdahulu mengenai *family resilience* telah banyak dilakukan. Penelitian pada perawat pasien SARS dan pasien yang diduga terinfeksi SARS selama wabah di Singapura, menunjukkan bahwa *family*

resilience dapat memprediksi kesejahteraan individu baik secara langsung maupun secara tidak langsung yaitu melalui mediasi *individual resilience* (Chang et al., 2015). Hasil riset tersebut menunjukkan bagaimana keluarga bisa berkontribusi dalam membantu para anggota keluarga untuk menjadi lebih baik, sekalipun dalam kondisi sulit.

Keluarga yang resilien dapat diberdayakan untuk membentuk individu-individu dan berkontribusi bagi masyarakat dengan memanfaatkan sumber daya masyarakat secara efektif. Kemampuan alamiah untuk 'Bangkit kembali' dari kondisi yang sulit yang dialami suatu keluarga, dapat disebut strategi koping keluarga. Strategi koping keluarga yang efektif dan alami mencerminkan resiliensi keluarga untuk membantu individu dan komunitasnya keluar dari kesulitan (Nadrowska et al., 2017).

Metode

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan relevansi makna yang terdapat pada konsep *family resilience* dengan nilai-nilai Islam, serta implementasinya dalam konteks pandemi COVID-19. Sesuai dengan tujuan tersebut, maka penelitian ini menggunakan metode pengembangan psikologi Islam, yaitu kajian tentang konsep-konsep yang berkaitan dengan jiwa dalam khazanah keislaman dengan jenis penelitian kepustakaan (Faridah, 2016). Metode pragmatis dipilih dalam penelitian ini, oleh karena di dalamnya lebih mengutamakan

aspek praktis. Peneliti dalam hal ini menetapkan variabel penelitian yaitu *family resilience* dengan mengambil salah satu kerangka teori Psikologi modern yang dikemukakan Oh dan Chang (2014) yang selanjutnya dilakukan legalisasi dan justifikasi terhadap dimensi-dimensinya dengan nash Alquran ataupun Hadis sehingga diperoleh dimensi-dimensi *family resilience* yang bernuansa islami atau relevan dengan ayat-ayat Alquran ataupun Hadis (Faridah, 2016). Bentuk metode pragmatis yang digunakan berupa pola komplementasi yaitu antara Alquran dan sains saling melengkapi satu sama lain, dengan tetap mempertahankan eksistensi masing-masing (Haluddin & Bahri, 2020; Mujid, 2008; Nurjan, 2017).

Upaya pengembangan Psikologi Islam yang dilakukan dalam penelitian ini, dapat dinilai sebagai bagian paling sederhana jika dikaitkan dengan agenda besar islamisasi ilmu pengetahuan sebagaimana digagas oleh Isma'il Raji al-Faruqi (Haluddin & Bahri, 2020). Islamisasi ilmu merupakan upaya memberikan definisi baru, mengatur data-data, memikirkan kembali sudut pandang dan menghubungkan data-data, mengevaluasi kembali kesimpulan-kesimpulan, memproyeksikan tujuan-tujuan guna memperkaya wawasan Islam dan bermanfaat bagi cita-cita Islam itu sendiri (Haluddin & Bahri, 2020). Dengan demikian langkah atau prosedur yang ditempuh pun baru memenuhi 5 dari 12 langkah sistematis yang ditetapkan (Haluddin & Bahri, 2020). Kelima

langkah yang dimaksud yaitu: 1) Penguasaan disiplin ilmu modern, dalam hal ini bidang ilmu Psikologi, dengan tema konsep resiliensi, lebih khususnya *family resilience*; 2) Survei disiplin ilmu, dalam hal ini peneliti meninjau ruang lingkup konsep *family resilience* yang telah digagas berbagai tokoh serta peneliti dalam Psikologi *mainstream*, meliputi definisi, dimensi serta faktor-faktor yang memengaruhi; 3) Penguasaan khazanah Islam, dalam hal ini peneliti meninjau beberapa ayat Alquran, Hadis, maupun sumber khazanah keislaman lainnya yang secara khusus berkaitan dengan sikap dan perilaku manusia; 4) Penguasaan terhadap khazanah Islam untuk tahap analisa, dalam hal ini peneliti menyusun beberapa ayat dan Hadis untuk dicocokkan dengan dimensi-dimensi yang terdapat pada konsep *family resilience* Psikologi modern menurut Oh dan Chang (2014); dan 5) Penentuan relevansi spesifik, pada tahap ini sejumlah ayat ataupun Hadis yang menunjukkan relevansi dari segi makna terhadap suatu dimensi tertentu, kemudian ditempatkan ke dalam keenam dimensi yang melengkapi sebagai indikator-indikatornya.

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan relevansi makna yang terdapat pada konsep *family resilience* dengan nilai-nilai Islam, serta implementasinya dalam konteks pandemi

COVID-19. Bagian berikut ini akan menyajikan beberapa hasil terkait.

Pengertian *family resilience* menurut para ahli

Menurut Faccio et al. (2018), tiga tokoh yang memiliki peran besar dalam pengembangan konsep *family resilience* adalah Hawley dan DeHaan (1996); McCubbin dan McCubbin (1988); dan Walsh (2006). Tokoh lain yang juga kersern dengan kajian *family resilience* adalah Gauvin-lepage et al. (2014). Tabel 1 menyajikan pengertian *family resilience* menurut empat orang ahli, termasuk perbedaan fokus kajiannya.

Definisi yang dikemukakan Gauvin-lepage pada dasarnya menegaskan unsur-unsur yang melekat pada konsep ketahanan dalam berbagai literatur secara umum. Adapun hal baru yang menjadi fokus perhatian adalah bahwa dalam ketahanan keluarga, tidak mengabaikan penderitaan, kesedihan, dan rasa sakit yang dapat dialami anggota keluarga ketika dihadapkan pada situasi tidak menguntungkan, artinya setiap keluarga berurusan dengan situasi dengan cara yang unik. Selain itu, keluarga adalah satu-satunya yang dapat mengungkapkan makna yang dikaitkan dengan pengalaman ini, dengan kata-kata mereka sendiri, yang merupakan bagian dari bahasa dan budaya mereka, yang terdiri dari serangkaian nilai, kepercayaan, dan keyakinan.

Tabel 1*Perbandingan Definisi Family Resilience menurut Ahli*

Nama ahli dan definisi family resilience	Fokus yang dikaji
McCubbin dan McCubbin (1996) <i>Family resilience</i> merupakan gabungan antara <i>pola tingkah laku positif dan kompetensi fungsional yang dimiliki masing-masing individu</i> dalam keluarga dan unit keluarga secara keseluruhan.	Lebih memfokuskan pada keberfungsian sistem keluarga dan model-model <i>coping</i> yang digunakan keluarga (Hadfield & Ungar, 2018)
Hawley dan De Haan (1996) <i>Family resilience</i> menggambarkan proses dimana keluarga beradaptasi dan bangkit kembali dari situasi sulit. <i>Family resilience</i> bukan hanya ditentukan oleh kualitas dan kekuatan yang dimiliki keluarga melainkan harus dilihat berdasarkan proses yang terjadi sepanjang waktu yang dipengaruhi konteks yang unik yang meliputi tahap perkembangan keluarga, interaksi antara faktor risiko dan faktor pelindung serta pandangan bersama keluarga.	Fokus pada proses yang dialami keluarga untuk bisa bertahan dari kesulitan. Proses ini dipengaruhi oleh perkembangan keluarga, interaksi antara faktor risiko dan faktor pelindung, serta pandangan yang dimiliki keluarga
Walsh (2006) <i>Family resilience</i> merupakan kemampuan untuk bangkit kembali dari kesulitan dan kembali menjadi kuat dan berkembang setelah melewati krisis. <i>Family resilience</i> bukan sekedar kemampuan untuk mengatasi dan bertahan dalam situasi sulit, tapi juga <i>dapat menggunakan kesulitan tersebut sebagai sarana untuk mengembangkan diri dan hubungan dengan orang lain.</i>	Fokus utama yang menjadi perhatian Walsh adalah pola adaptasi dalam keluarga (Hadfield & Ungar, 2018); lebih menekankan pada pertumbuhan pribadi (Faccio dkk., 2018)
Gauvin-Lepage (2013) Proses kompleks pada diri manusia, yang digunakan ketika sebuah keluarga dihadapkan pada trauma. konsekuensinya, keluarga akan melakukan proses transformasi yang fluktuatif, sesuai dengan makna yang ditentukan oleh situasi tersebut. Keterkaitan unsur-unsur yang melekat pada keluarga dan lingkungan akan memengaruhi proses ini baik secara positif maupun negatif, untuk mencapai rekonstruksi positif dari proyek kehidupan (Gauvin-Lepage, 2013, hlm. 143 dalam Gauvin-lepage et al., 2014)	Fokus pada keunikan evolusi setiap keluarga; pentingnya mengidentifikasi kata-kata yang diungkapkan anggota keluarga guna kepentingan intervensi; family resilience merupakan proses dinamis, bukan bersifat linier, searah, atau eksponensial; mempertimbangkan pengaruh lingkungan, individu dan konteksnya

Ketahanan keluarga bukanlah proses yang linier, searah, atau eksponensial; keluarga yang dihadapkan dengan trauma tidak menjadi “tangguh” dari satu hari ke hari berikutnya. Ketangguhan adalah suatu proses yang berkembang dari waktu ke waktu dan selama itu pula sebuah keluarga dapat muncul untuk

“bangkit kembali” atau maju, tetapi juga dapat mengalami kemunduran, dan kadang-kadang dirasa gagal. Selama proses ini pun keterkaitan antara faktor-faktor yang melekat pada keluarga dan lingkungannya akan mempengaruhi, baik secara positif maupun negatif, dalam membangun kembali rencana

hidup. Dengan demikian, ketahanan keluarga adalah proses yang dinamis, karena keluarga, dalam keadaan rentan, akan memusatkan energinya tidak hanya pada bagaimana beradaptasi dengan keterbatasan baru melainkan juga bagaimana belajar dari situasi tersebut. Selama proses ketahanan keluarga, keluarga harus beradaptasi terhadap situasi dengan menggunakan strategi yang berbeda dan menyadari potensinya untuk tumbuh melalui cobaan, dan akhirnya menerima transformasi rencana kehidupan mereka.

Faktor-faktor yang memengaruhi *family resilience*

Ketahanan keluarga akan bervariasi tergantung pada beberapa faktor, yaitu: tantangan dari *stressor* yang terjadi saat ini, tingkat stres yang sudah ada sebelumnya serta perselisihan sehari-hari, keterampilan koping keluarga, dan sumber daya yang tersedia baik dari anggota keluarga maupun sumber-sumber lain seperti masyarakat (Vogel & The Family Systems Collaborative Group, 2017). Penelitian Koskela et al. (2020) menunjukkan pentingnya sekolah dan guru sebagai mitra dalam mendukung ketahanan keluarga saat terjadi perubahan yang cepat. Kebutuhan setiap individu anggota keluarga harus diakui dan dipenuhi secara berkelanjutan untuk mendukung pembelajaran anak dalam masa perubahan, termasuk sekolah jarak jauh. Individu yang memperoleh dukungan dari berbagai sumber, memiliki *family resilience* yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan

mereka yang hanya memperoleh dukungan psikologis (Cihan & Var, 2022). Pendapat lain menyatakan bahwa keyakinan serta spiritualitas dapat membantu individu dalam menghadapi hari selama pandemi berlangsung (Roberto et al., 2020). Penelitian pada masa pandemi COVID-19 di Indonesia diantaranya menemukan bahwa pendapatan suami, tekanan ekonomi serta peran gender menjadi faktor yang berpengaruh terhadap *family resilience* (Sukmawati & Puspitawati, 2022).

Penelitian kepada para ibu di negara Jepang menunjukkan bahwa *marital adjustment* meningkatkan *family resilience* mereka (Izumi & Gullón-Rivera, 2018). Hasil yang sama ditemukan pada individu dewasa yang menikah dan memiliki anak berusia 4 – 18 tahun selama masa pandemi COVID-19 (Cihan & Var, 2022). Sebaliknya, terkait individu sebagai anggota keluarga, ditemukan bahwa wanita yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga memiliki resiliensi yang lebih rendah (Tsirigotis & Łuczak, 2018).

Penelitian *family resilience* pada pasangan dengan usia pernikahan di bawah 20 tahun, menemukan 35% pengaruh dari tekanan ekonomi dan strategi koping. Ditemukan pula pengaruh positif dari jumlah anggota keluarga dan lamanya menikah. Dengan lamanya usia pernikahan serta bertambahnya anggota keluarga, mereka semakin mampu mengelola masalah keluarga pada berbagai aspek meliputi aspek fisik, psikologis, sosial dan ekonomi (Herawati et al., 2017).

***Family resilience* dalam perspektif psikologi dan perspektif Islam**

Menyandingkan perspektif Islam dalam kajian mengenai *family resilience* memiliki dasar kuat. Salah satunya adalah pernyataan Walsh (2016) yang menyebutkan bahwa dimensi spiritual berkontribusi pada resiliensi keluarga. Banyak studi yang melaporkan bahwa nilai-nilai Islam merupakan nilai yang sangat penting. Sebagai contoh, studi yang dilakukan oleh Bensaid et al. (2014) menyimpulkan bahwa kecerdasan spiritual itu berkembang sesuai dengan kerangka Alquran yang menggabungkan kesadaran spiritual ke dalam sistem kepercayaan, ibadah, moralitas dan tanggung jawab social (Yumpi-R, 2018).

Menurut Pargament dan Raiya (2007) biasanya orang akan menggunakan solusi

agama untuk menyelesaikan masalah yang dipicu oleh situasi yang melampaui batas keumuman atau di luar batas kemampuan pribadi maupun sosial. Sedangkan Cotton et al. (2006) menyatakan bahwa agama dianggap sebagai *protective factor* bagi tekanan dalam hidup dan kesehatan yang negatif (Yumpi-R, 2018).

Lebih jauh Yumpi-R (2018) menyebutkan ada beberapa faktor pelindung (*protective factor*) yang signifikan dalam ajaran Islam yang bisa dimasukkan ke dalam proses *resilience*, khususnya untuk konsep *family resilience*, maka yang digunakan adalah, strategi koping keluarga dan sistem kepercayaan (*belief system*). Faktor pelindung yang dimaksud adalah: keyakinan bahwa kesulitan yang dialami oleh manusia merupakan bagian dari ujian.

Tabel 2

Relevansi Dimensi Family Resilience dengan Nilai-nilai Islam

Dimensi Family Resilience	Nilai-nilai Islam yang relevan
Kepercayaan diri kolektif (<i>collective confidence</i>)	Sabar (QS. Al-Baqarah: 45) Keyakinan diri (QS. Ali Imran: 139) Teguh pendirian (QS. Fusshilat: 30) Tidak berputus asa (QS. 41: 49; QS. 41: 61; QS. 30: 36; QS. 39: 53; QS. 15: 56; Q 87)
Keyakinan kuat bahwa semua anggota keluarga mampu mengelola kesulitan yang mereka hadapi dan mengendalikan respon mereka terhadap kesulitan tersebut, dengan memilih respon yang produktif atau lebih sehat, baik secara psikologis maupun praktis. Sering disebut dengan "collective efficacy", "family mastery", atau "getting on together"	
Keterikatan (<i>interconnectedness</i>)	Menjaga diri dan keluarga (QS. At-Tahrîm: 6) Bersatu, tidak bercerai-berai (QS. Ali Imran: 103) Hindari prasangka (QS. Al-Hujurat: 12) Abu Ayyub Ra. meriwayatkan bahwa seseorang pernah memohon kepada Rasulullah Saw.: "Beritahukanlah kiat saya yang dapat membawa saya ke surga." Beliau bersab "Beribadahlah pada Allah dan jangan menyekutukan-Nya dengan siapa pun. Lakukanlah shalat berjamaah, bayarlah zakat, dan jalinlah ikatan silaturahmi dengan keluarga di berbuat baiklah dengan mereka." (HR. Muslim)
Rasa keterikatan kolektif, ikatan keluarga, atau solidaritas, dan keyakinan bahwa mereka dapat saling bergantung. Setiap anggota keluarga berbagi orientasi bahwa mereka milik keluarga (sebagai unit), bekerja bersama, menyesuaikan peran dan tanggung jawab individu, dan mampu melakukan upaya kolektif untuk mencapai tujuan keluarga	
Pandangan hidup positif	Husnudzan pada ketetapan Allah "Sesungguhnya Allah berkata: Aku sesuai prasangka hamba padaku. Jika prasangka itu baik, maka kebaikan baginya. apabila prasangka itu buruk, maka keburukan baginya." (Muslim no. 4849) Setelah kesulitan ada kemudahan (QS. Al-Insyirah: 6; QS. A Thalaq: 7) Setiap orang hanya dibebani sesuai dengan kadar kesanggupannya (QS. Al-Baqarah: 286; QS. Al-An'am: 152; QS. Al-'araf: 42 At-Thalaq: 7; QS. Al-Mu'minuun: 62; QS. At-Thalaq: 7).
Pandangan positif dan optimis tentang kehidupan yang memengaruhi penilaian mereka tentang kesulitan. Pandangan hidup yang positif membekali dua hal, yaitu: secara khusus, keluarga menganggap peristiwa yang penuh tekanan sebagai tantangan dan dapat dikelola secara bersamaan, selanjutnya keluarga memiliki kerangka kerja positif dalam memandang dunia secara umum	
Kemampuan menemukan solusi masalah secara cepat dengan cara-cara cerdas (<i>resourcefulness</i>)	Ikhtiar (QS. Al-Insyiqaq: 6; QS. Al-Insyirah: 7; QS. Ar-Ra'd: Bekerja keras (QS. At-Taubah: 105)
Persepsi dan kemampuan keluarga untuk mengidentifikasi dan memanfaatkan dukungan sosial dan sumber daya sesuai kebutuhan. Keluarga mengetahui betul bahwa ada sumber daya yang tersedia bagi mereka, dan mereka dapat memobilisasi sumber daya dan dukungan sesuai kebutuhan, baik dari luar maupun dalam keluarga.	
Pola komunikasi terbuka	Cinta dan kasih sayang "Perumpamaan orang-orang mukmin dalam saling mencintai saling menyayangi dan saling mengasihi, adalah bagaikan tubuh. Apabila satu anggota tubuh menderita, maka menjalarlah penderitaan itu ke seluruh badan sehingga ti dapat tidur dan merasa panas badan." (HR. Bukhari & Muslim) "Tidak sempurna iman kalian sampai ia mencintai saudara sebagaimana ia mencintai dirinya sendiri." (HR. Bukhari)
Pola komunikasi keluarga yang ditandai oleh dua hal, yaitu: suasana bebas untuk mengekspresikan atau berbagi emosi antar anggota; serta sikap anggota yang jujur dan produktif dalam membahas masalah	Saling berdialog (QS. As-Shaffaat: 102) Saling mengingatkan (QS. Al-Asr: 1-3)

Keluarga menjadi resilien ketika mengubah keyakinan inti (*core-belief*) yang tidak produktif menjadi asumsi yang lebih positif. Misal dengan meyakini bahwa kesulitan itu merupakan ujian dari keimanan, seperti tercantum dalam firman Allah: “*Apakah manusia itu mengira bahwa mereka dibiarkan (saja) mengatakan: “Kami telah beriman”, sedang mereka tidak diuji lagi?”* (QS. Al-‘Ankabut: 2).

Dimensi-dimensi *family resilience* dan relevansinya dengan nilai-nilai Islam

Oh dan Chang (2014) melakukan studi terhadap 6 database elektronik dengan menggunakan kata pencarian *family resilience*, diperoleh 38 hasil review tentang konsep tersebut. Dari ke-38 konsep itu dapat disimpulkan bahwa resiliensi keluarga memiliki 6 dimensi utama, yaitu: 1) kepercayaan diri kolektif; 2) keterikatan; 3) pandangan hidup positif; 4) kemampuan untuk menemukan solusi terhadap masalah secara cepat dengan cara-cara cerdas (*resourcefulness*); 5) pola komunikasi terbuka; dan 6) pemecahan masalah kolaboratif. Selain menjelaskan uraian mengenai keenam dimensi *family resilience*, pada bagian ini akan ditambahkan uraian mengenai relevansi masing-masing dimensi yang terkandung dalam *family resilience* dengan nilai-nilai Islam yang menjelaskan tentang dimensi tersebut. Untuk lebih jelasnya bisa dilihat melalui Tabel 2.

Implementasi *family resilience* dalam konteks pandemi COVID-19

Berkaitan dengan pandemi COVID-19 yang dialami saat ini, dapat dijelaskan bagaimana peran resiliensi keluarga (*family resilience*) dalam menghadapi krisis tersebut. Situasi krisis ini menjadi salah satu penyebab munculnya stres. Istilah stres bisa mengarah pada sumber kesulitan (*stressor*) dan dampaknya (*strain*) (Hill et al, 2007). Kondisi pandemi COVID-19 secara objektif telah menjadi *stressor*, yang dapat menimbulkan berbagai macam dampak bagi setiap orang baik sebagai individu maupun sebagai anggota keluarga.

Dampak ini bisa dirasakan di berbagai aspek kehidupan baik secara ekonomi, sosiologis, maupun psikologis (Balasubramanian, 2014). Dampak ini dirasakan berbeda-beda oleh setiap keluarga, tergantung pada seberapa banyak *stressor* yang sedang dihadapi keluarga pada saat sebelum terjadinya pandemi. Dapat dibayangkan jika sebuah keluarga sebelum pandemi COVID-19 ini telah mengalami berbagai kendala misalnya kendala ekonomi, maka kehadiran pandemi COVID-19 dapat lebih memperburuk keadaan. Sebagaimana yang digambarkan oleh Hill et al. (2007) bahwa adaptasi terhadap satu *stressor* atau krisis mempengaruhi bagaimana keluarga bereaksi terhadap *stressor* berikutnya.

Islam memandang bahwa COVID-19 dapat digolongkan sebagai sebuah musibah. perlu diyakini bahwa musibah tersebut merupakan kehendak Allah SWT. yang harus diterima dengan lapang dada. Keyakinan seperti

itu akan membuat para keluarga mampu menahan diri dari perasaan gelisah, cemas atau khawatir yang berlebihan, menahan lisan dari ucapan keluh kesah serta menahan anggota tubuh dari tindakan yang tidak bermanfaat atau bahkan destruktif. Sikap lainnya yang perlu dimiliki adalah Rida, karena Rida sebagai sifat menerima segalanya atas apa yang diberikan Allah SWT., merupakan cara yang efektif dalam mengatasi berbagai kesulitan hidup (Rusdi, 2017). Selanjutnya seorang muslim perlu memiliki sikap tawakal, karena dengan tawakal kepada Allah seseorang akan meyakini rasa kecukupan Allah sebagai penolong dan pelindung, menyerahkan keputusan terbaik kepada Allah serta meyakini bahwa segala hal yang terjadi dalam kehidupan baik positif maupun negatif, manfaat maupun madlarat semuanya terjadi atas kehendak Allah SWT. Sartika dan Kurniawan (2015) yang melakukan konstruksi alat ukur Tawakal, mengemukakan tiga aspek yang terdapat dalam Tawakal yaitu: keyakinan kepada Allah, tidak khawatir, serta beribadah.

Pembahasan

Strain (dampak) yang belum terselesaikan dari krisis sebelumnya atau tahap awal dari krisis saat ini dapat muncul ke permukaan dan menghambat upaya dalam mengatasi masalah. Masalah atau trauma dapat diminimalkan melalui strategi *coping*. Membangun kekuatan harus fokus pada mengubah bahaya lingkungan dan *stressor*, serta meningkatkan respon individu dan keluarga

terhadap kesulitan. Untuk membangun *family resilience* saat terjadi pandemi COVID-19, setidaknya setiap keluarga perlu mempersiapkan enam hal.

Pertama, kepercayaan diri kolektif. Keluarga yang tangguh (*family resilience*) memiliki kemampuan untuk membedakan mana yang bisa mereka ubah dan mana yang tidak. Pandemi COVID-19 merupakan hal yang sudah pasti tidak bisa diubah, dan sudah terjadi. Oleh karena itu perubahan lebih difokuskan pada “apa yang bisa mereka (individu dan keluarga) lakukan”. Keluarga yang tangguh akan memilih untuk tidak merasa khawatir secara berlebihan dan mulai merencanakan berbagai hal yang akan dilakukan dalam mengatasi persoalan yang mereka hadapi. Kepercayaan diri kolektif saat menghadapi pandemi COVID-19 dapat diwujudkan dengan cara: 1) Bersabar (QS. Al-Baqarah: 45); 2) Meningkatkan keyakinan diri (QS. Ali Imran: 139); 3) Memperteguh pendirian (QS. Fussilat: 30); dan 4) Tidak berputus asa (QS. 41: 49; QS. 41: 61; QS.30: 36; QS. 39: 53; QS.15: 56; QS.12: 87).

Kedua, keterikatan. Untuk menjadi keluarga yang tangguh (*family resilience*), dibutuhkan keterikatan antar anggota keluarga. Menjadikan keluarga sebagai sumber dukungan (*social support*) yang saling menguatkan satu sama lain. Di dalam ajaran Islam, keterikatan keluarga ini bisa diupayakan melalui: 1) Menjaga diri dan keluarga (QS. At-Tahrîm: 6); 2) Bersatu, tidak bercerai-berai (QS. Ali Imran: 103); 3) Menghindari prasangka (QS. Al-Hujurat: 12).

Penelitian Daks et al (2020) menegaskan bahwa kunci penting yang harus ada dalam intervensi untuk membantu agar keluarga dapat mengatasi krisis pandemi COVID-19 adalah fleksibilitas orang tua. Dalam penelitiannya terhadap 742 orang tua, ia menemukan bahwa orang tua yang tidak fleksibel, menyebabkan lebih besarnya stres COVID-19, perselisihan pengasuhan dan perselisihan keluarga, pengasuhan kaustik (reaktif, tidak konsisten, agresif), dan distress orang tua dan anak. Sebaliknya orang tua yang fleksibel dapat membuat kohesi keluarga lebih besar, perselisihan keluarga lebih rendah, dan penggunaan strategi pengasuhan yang lebih konstruktif (induktif, demokratis/ mendukung otonomi, positif).

Ketiga, pandangan hidup positif. Mensikapi permasalahan secara positif, akan lebih meringankan dan memungkinkan untuk berpikir jernih, sehingga akan memudahkan dalam menemukan solusi. Di dalam ajaran Islam, pandangan hidup yang positif ini relevan dengan istilah *husnudzan* atau berbaik sangka. Berbaik sangka terhadap ketetapan Allah SWT, termasuk datangnya musibah pandemi COVID-19 yang melanda seluruh belahan dunia. Berusaha mengambil hikmah di balik peristiwa yang dianggap negatif oleh manusia itu lebih baik, dibandingkan mengeluh atau menyesalnya. Sebagaimana disebutkan dalam Hadis: *"Sesungguhnya Allah berkata: Aku sesuai prasangka hambaku padaku. Jika prasangka itu baik, maka kebaikan baginya. Dan apabila*

prasangka itu buruk, maka keburukan baginya." (HR. Muslim no. 4849). Lebih jauh, Allah SWT. menegaskan dalam firmanNya, QS. Ali Imran: 154 bahwasanya *su'udzan* kepada Allah SWT. akan menimbulkan kecemasan pada diri manusia.

Nilai-nilai Islam yang menganjurkan pandangan hidup positif, termasuk dalam menghadapi pandemi COVID-19 antara lain dengan mengembangkan pemikiran bahwa: 1) Setelah kesulitan ada kemudahan (QS. Al-Insyirah: 6; QS. At-Thalaq: 7), dan 2) Setiap orang hanya dibebani sesuai dengan kadar kesanggupannya: *"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya..."* (QS. Al-Baqarah: 286). Pernyataan serupa juga terdapat pada bagian lain dari Alquran yaitu: QS. Al-An'am: 152; QS. Al-'araf: 42; QS. At-Thalaq: 7; QS. Al-Mu'minuun: 62; QS. At-Thalaq: 7.

Keempat, kemampuan untuk menemukan solusi terhadap masalah secara cepat dengan cara-cara cerdas (*resourcefulness*). Setiap keluarga memiliki kebebasan untuk mencari solusi yang sesuai dengan kondisi masing-masing. Tidak ada pola yang baku dalam menyelesaikan suatu persoalan. Sekalipun wabah yang dialami sama, tetapi dinamika permasalahan yang dihadapi oleh setiap keluarga akan berbeda.

Kondisi seperti ini menuntut setiap keluarga untuk kreatif mencari pemecahan masalah yang mereka hadapi. Menurut ajaran Islam, kreativitas untuk menentukan solusi yang

tepat dan sesuai dengan masalah yang dihadapi, diperkuat oleh HR. Muslim no. 2363 yang berbunyi: *"Kalian lebih tahu tentang perkara dunia kalian."* (media.isnet.org/kmi/islam). Adapun nilai-nilai Islam yang relevan dengan dimensi keempat dari *family resilience* dalam menghadapi COVID-19 adalah: 1) Ikhtiar (QS. Al-Insyiqaq: 6; QS. Al-Insyirah: 7; QS. Ar-Ra'd: 11), dan 2) Bekerja keras (QS. At-Taubah: 105).

Kelima, pola komunikasi terbuka. Keterbukaan dalam keluarga merupakan salah satu syarat penting agar setiap anggota keluarga bisa saling terhubung satu dengan lainnya. Bisa saling memahami, saling berbagi dan saling menguatkan. Apalagi dalam situasi COVID-19, intensitas pertemuan antar anggota keluarga lebih tinggi dibanding dalam situasi biasa. Mereka melalui hari-harinya di rumah. Rumah menjadi sentral seluruh aktivitas anggota keluarga. Akses untuk berinteraksi langsung dengan orang lain di luar keluarga, menjadi terbatas. Kondisi ini bisa menimbulkan kejenuhan dan mungkin juga menjadi pemicu konflik antar anggota keluarga.

Penelitian Cusinato et al. (2020) menunjukkan rutinitas sehari-hari selama karantina COVID-19 berdampak negatif pada kondisi psikologis orang tua sehingga menempatkan anak-anak pada risiko kesejahteraan yang signifikan. Beberapa faktor risiko ketidaksesuaian psikologis yang terjadi, seperti stres orang tua, tingkat resiliensi anak yang lebih rendah, perubahan kondisi kerja, dan masalah psikologis, fisik, atau genetik orang tua.

Agar terjalin komunikasi yang terbuka antar anggota keluarga, ajaran Islam meletakkan pondasi cinta dan kasih sayang sebagai perekatnya. Hal ini sejalan dengan HR. Bukhari dan Muslim yang menyebutkan bahwa: *"Perumpamaan orang-orang mukmin dalam saling mencintai, saling menyayangi dan saling mengasihi, adalah bagaikan satu tubuh. Apabila satu anggota tubuh menderita, maka menjalarlah penderitaan itu ke seluruh badan sehingga tidak dapat tidur dan merasa panas badan."* Bahkan pada Hadis lain dinyatakan bahwa kecintaan terhadap saudara itu merupakan penyempurna iman: *"Tidak sempurna iman kalian sampai ia mencintai saudaranya sebagaimana ia mencintai dirinya sendiri."* (HR. Bukhari).

Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk membangun pola komunikasi terbuka dalam perspektif Islam diantaranya adalah: 1) Saling berdialog. Dicontohkan dalam dialog antara Nabi Ibrahim As. saat menceritakan mimpinya kepada Nabi Ismail As. Nabi Ibrahim As. meminta pendapat anaknya tentang perintah Allah SWT. yang disampaikan dalam mimpinya (QS. As-Shaffaat: 102); dan 2) Saling mengingatkan. Seperti disebutkan dalam salah satu firman Allah: *"Demi masa. Sesungguhnya manusia benar-benar dalam keadaan merugi. Kecuali orang-orang yang senantiasa beriman dan beramal shaleh dan saling menasehati di dalam kebenaran dan menasehati dalam kesabaran".* (QS. Al-Asr: 1-3).

Keenam, pemecahan masalah kolaboratif. Syarat lain agar keluarga menjadi resilien dalam menghadapi masa COVID-19 adalah dengan meningkatkan kolaborasi atau kerjasama antar anggota keluarga dalam menyelesaikan masalah. Setiap anggota keluarga memiliki peran sosial yang harus dimainkan dengan kelebihan dan kelemahan masing-masing. Kondisi ini akan menjadi potensi bagi keluarga untuk saling bekerja sama dan saling melengkapi.

Agar bisa berkolaborasi, masing-masing anggota keluarga perlu memiliki sikap mengutamakan kepentingan orang lain (*Itsar*). Sebagaimana disebutkan dalam Hadis: “*Sebaik-baik orang ialah yang paling berguna bagi orang lain.*” (HR. Ath-Thabarani). Memberikan kemanfaatan yang dilakukan antar anggota keluarga. Diantara perilaku yang dapat mendorong adanya kolaborasi dalam menyelesaikan masalah adalah: 1) Tolong-menolong (QS. Al-Maidah: 2); dan 2) Berlomba dalam kebaikan (QS. Al-Baqarah: 148). Sumber lain yang menganjurkan untuk berlomba-lomba dalam kebaikan, ada pada QS. Al-Baqarah: 148; QS. Al-Faathir: 32 dan QS. An-Nahl: 97.

Penelitian ini memiliki keterbatasan secara metodologis, terkait dengan penggunaan pola komplementasi sebagai bagian dari metode pragmatis dalam pengembangan Psikologi Islam. Metode idealistik tentu harus menjadi prioritas dalam pengembangan Psikologi Islam. Namun menurut Mujib (Nurjan, 2017) pola-pola pengembangan yang terdapat pada metode

pragmatis pun tetap diperlukan guna mendorong minat terhadap integrasi Islam dan Psikologi. Temuan mengenai relevansi setiap dimensi *family resilience* dengan ayat Alquran dan Hadis sebagai indikatornya, dapat ditindaklanjuti dengan menyempurnakan metodologi, misalnya melalui proses konstruksi alat ukur yang selanjutnya menggunakan *exploratory factor analysis* guna meninjau sejauhmana indikator-indikator yang bersumber dari ayat Alquran serta Hadis tersebut *fit* terhadap dimensi maupun konstruk *family resilience*.

Simpulan

Berdasarkan tujuan penelitian, yakni menjelaskan relevansi makna yang terdapat pada konsep *family resilience* dengan nilai-nilai Islam dan implementasinya dalam konteks pandemi COVID-19, diperoleh simpulan bahwa nilai-nilai Islam yang berhasil diidentifikasi relevan dengan makna yang terkandung dalam enam dimensi *family resilience* untuk konteks fenomena COVID-19 terdiri dari 30 ayat dan lima Hadis. Pertama, dimensi kepercayaan diri kolektif relevan dengan makna sabar, keyakinan diri, teguh pendirian dan tidak berputus asa. Kedua, dimensi keterikatan, relevan dengan makna perintah menjaga diri dan keluarga, bersatu (tidak bercerai-berai) dan menghindari prasangka. Ketiga, dimensi pandangan hidup positif relevan dengan husnudzan terhadap ketetapan Allah SWT., meyakini setelah kesulitan ada kemudahan,

serta meyakini bahwa setiap diri hanya dibebani sesuai dengan batas kesanggupannya. Keempat, dimensi *resourcefulness* relevan dengan perintah ikhtiar dan bekerja keras. Kelima, dimensi pola komunikasi terbuka relevan dengan cinta dan kasih sayang, saling berdialog, serta saling mengingatkan. Keenam, dimensi pemecahan masalah kolaboratif relevan dengan tolong-menolong, berlomba dalam kebaikan, serta mengutamakan orang lain.

Saran

Penelitian selanjutnya mengenai *family resilience* berdasarkan perspektif Psikologi dan Islam dalam menghadapi masa pandemi COVID-19 perlu dilakukan secara kolaboratif baik dari segi konten keilmuan maupun secara metodologis. Penelitian lebih lanjut, dapat dimulai dari padanan istilah konsep resiliensi, *family resilience*, sampai dengan dimensinya, dari perspektif Psikologi dan perspektif Islam.

Ucapan terima kasih

Tim peneliti mengucapkan terima kasih kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung yang telah memfasilitasi terselenggaranya penelitian ini sebagai salah satu diantara kegiatan penelitian yang dapat mendukung pencapaian visi serta misi mengembangkan keilmuan Psikologi yang berlandaskan nilai-nilai Islam serta kearifan lokal. Peneliti menyampaikan pula ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M)

Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung yang telah mendanai penelitian ini.

Pendanaan

Penelitian ini didanai oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

Referensi

- Balasubramanian, A. (2014). *Types of disasters*.
- Bensaid, B., Machouche, S., & Grine, F. (2014). A Qur'anic framework for spiritual intelligence. *Religions*, 5(1), 179–198. <https://doi.org/10.3390/rel5010179>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Chang, W. C., Neo, A. H. C., & Fung, D. (2015). In search of family resilience. *Psychology*, 06(13), 1594–1607. <https://doi.org/10.4236/psych.2015.613157>
- Cihan, H., & Var, E. C. (2022). Developing a model on the factors affecting family resilience in the COVID-19 pandemic: Risk and protective factors. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03008-y>
- Cotton, S., Zebracki, K., Rosenthal, S. L., Tsevat, J., & Drotar, D. (2006). Religion/spirituality and adolescent health outcomes: A review. *Journal of Adolescent Health*, 38(4), 472–480. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2005.10.005>
- Cusinato, M., Iannattone, S., Spoto, A., Poli, M., Moretti, C., Gatta, M., & Miscioscia, M. (2020). Stress, resilience, and well-being in Italian children and their parents during

- the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 8297. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228297>
- Daks, J. S., Peltz, J. S., & Rogge, R. D. (2020). Psychological flexibility and inflexibility as sources of resiliency and risk during a pandemic: Modeling the cascade of COVID-19 stress on family systems with a contextual behavioral science lens. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18, 16–27. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.08.003>
- Faccio, F., Renzi, C., Giudice, A. V., & Pravettoni, G. (2018). Family resilience in the oncology setting: Development of an integrative framework. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00666>
- Faridah, S. (2016). Metodologi dalam kajian psikologi islam. *Jurnal Studia Insania*, 4(1), 69. <https://doi.org/10.18592/jsi.v4i1.1114>
- Gauvin-lepage, J., Lefebvre, H., & Malo, D. (2014). Family resilience: Defining the concept from a humanist perspective. *Interdisciplinary Journal of Family Studies*, 22–36. <https://www.semantic scholar.org/paper/Family-resilience%3A-defining-the-concept-from-a-Gauvin-Lepage-Lefebvre/b001462665cf217bf3914a91101a7478a196f239>
- Gunadha, R., & Intan, R. (2020). *Wabah virus corona covid-19 jadi bencana nasional, apa artinya?* Suara.Com. suara.com/news/2020/04/14/135322/wabah-virus-corona-covid-19.
- Haluddin, & Bahri, S. (2020). Islamisasi ilmu pengetahuan: Pengertian, tujuan, langkah, dan pengaruh. *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 1(1), 48–54. <https://doi.org/10.55623/au.v1i1.6>
- Hawley, D. R., & DeHaan, L. (1996). Toward a definition of family resilience: Integrating life-span and family perspectives. *Family Process*, 35(3), 283–298. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1996.00283.x>
- Herawati, T., Tyas, F. P. S., & Trijayanti, L. (2017). Tekanan ekonomi, strategi coping, dan ketahanan keluarga yang menikah usia muda. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 10(3), 181–191. <https://doi.org/10.24156/jikk.2017.10.3.181>
- Herdiana, I. (2019). Resiliensi keluarga: Teori, aplikasi dan riset. *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018*, 1(1), 1–12. <http://journal.umg.ac.id/index.php/proceeding/article/view/891>
- Hill, M., Stafford, A., Seaman, P., Ross, N., & Daniel, B. (2007). *Parenting and resilience*. Joseph Rowntree Foundation, University of Glasgow.
- Izumi, M., & Gullón-Rivera, A. L. (2018). Family resilience among sojourning Japanese mothers: Links to marital satisfaction and children's behavioral adjustment. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 46(3), 282–296. <https://doi.org/10.1111/fcsr.12247>
- Kasdi, A., & Saifudin. (2020). Resilience of muslim families in the pandemic era: Indonesian millennial muslim community's response against covid-19. *Jurnal Penelitian*, 17(1), 81–94. <https://doi.org/https://doi.org/10.28918/jupe.v17i1.2781>
- Koskela, T., Pihlainen, K., Piispa-Hakala, S., Vornanen, R., & Hämäläinen, J. (2020). Parents' views on family resiliency in sustainable remote schooling during the COVID-19 outbreak in Finland. *Sustainability*, 12(21), 8844. <https://doi.org/10.3390/su12218844>
- McCubbin, H. I., & McCubbin, M. A. (1988). Typologies of resilient families: Emerging roles of social class and ethnicity. *Family Relations*, 37(3), 247. <https://doi.org/10.2307/584557>
- Mujid, A. (2008). Pola pengembangan psikologi islam oleh mahasiswa fakultas psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Journal*

- Tazkiya of Psychology*, 8(1), 428–447. [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/32514/3/Pola Pengembangan Psikologi Islam oleh Mahasiswa Fakultas Psikologi.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/32514/3/Pola%20Pengembangan%20Psikologi%20Islam%20oleh%20Mahasiswa%20Fakultas%20Psikologi.pdf)
- Myers-Walls, J. A. (2017). Strengthening family resilience (3rd ed.). *Journal of Family Theory and Review*, 9(4), 584–588. <https://doi.org/10.1111/jftr.12233>
- Nadrowska, N., B³a_zek, M., & Lewandowska-Walter, A. (2017). Family resilience – definition of construct and preliminary results of the polish adaptation of the Family Resilience Assessment Scale (FRAS). *Current Issues in Personality Psychology*, 5(4), 313–322. <https://doi.org/10.5114/cipp.2017.67895>
- Nurjan, S. (2017). Refleksi psikologi islami dalam dunia psikologi di Indonesia. *Istawa: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(2), 61. <https://doi.org/10.24269/ijpi.v2i2.625>
- Oh, S., & Chang, S. J. (2014). Concept analysis: Family resilience. *Open Journal of Nursing*, 04(13), 980–990. <https://doi.org/10.4236/ojn.2014.413105>
- Pargament, K. I., & Raiya, H. A. (2007). A decade of research on the psychology of religion and coping: Things we assumed and lessons we learned. *Psyke and Logos*, 28(2), 742–766.
- PIKOBAR. (2020). *Pusat Informasi dan Koordinasi COVID-19 Provinsi Jawa Barat*. PIKOBAR: Pusat Informasi dan Koordinasi Provinsi Jawa Barat <https://pikobar.jabarprov.go.id/>
- Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631–643. <https://doi.org/10.1037/amp0000660>
- Puspitawati, H. (2012). *Gender dan keluarga: Konsep dan realita Indonesia*. IPB Press.
- Qiu, W., Rutherford, S., Mao, A., & Chu, C. (2017). The pandemic and its impacts. *Health, Culture and Society*, 9, 1–11. <https://doi.org/10.5195/HCS.2017.221>
- Rajeev, S. P., & Kunjachan, D. (2014). Building family resilience- A social work approach. *International Journal of Social Work and Human Services Practice*, 2(6), 250–255. <https://doi.org/10.13189/ijrh.2014.020608>
- Roberto, A., Sellon, A., Cherry, S. T., Hunter-Jones, J., & Winslow, H. (2020). Impact of spirituality on resilience and coping during the COVID-19 crisis: A mixed-method approach investigating the impact on women. *Health Care for Women International*, 41(11–12), 1313–1334. <https://doi.org/10.1080/07399332.2020.1832097>
- Rusdi, A. (2017). Rida dalam psikologi islam dan konstruksi alat ukurnya. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(1 SE-Empirical Research), 95–117. <https://jpi.api-himpisi.org/index.php/jpi/article/view/41>
- Sartika, A., & Kurniawan, I. N. (2015). Skala tawakal kepada Allah: Pengembangan ukuran-ukuran psikologis surrender to god dalam perspektif islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 20(2), 129–142. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol20.iss2.art3>
- Savage, M. (2020, November 6). Dampak psikologis akibat pandemi COVID-19 diduga akan bertahan lama. *BBC News Indonesia*. <https://www.bbc.com/indonesia/vert-fut-54808663>
- Sukmawati, I., & Puspitawati, H. (2022). The influence of economic pressures and gender roles to family resilience during COVID-19 pandemic. *Journal of Family Sciences*, 6(02), 140–154. <https://doi.org/10.29244/jfs.v6i02.36704>
- Tsirigotis, K., & Łuczak, J. (2018). Resilience in women who experience domestic violence. *Psychiatric Quarterly*, 89(1), 201–211. <https://doi.org/10.1007/s11126-017-9529-4>
- Vogel, J. M., & The Family Systems Collaborative Group. (2017). *Family resilience and traumatic stress: A guide for mental*

- health providers*. National Center for Child Traumatic Stress. <https://www.nctsn.org/resources/family-resilience-and-traumatic-stress-guide-mental-health-providers>
- Walsh, F. (2006). *Strengthening family resilience* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Walsh, F. (2016). Family resilience: A developmental systems framework. *European Journal of Developmental Psychology*, 13(3), 313–324. <https://doi.org/10.1080/17405629.2016.1154035>
- World Health Organization [WHO]. (2020). *WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19*. World Health Organization [WHO].
- Yumpi-R, F. (2018). Building family resilience in Islamic approach: A case study in a family with autism child. *International Journal of Islamic Psychology*, 1(1), 1-16.



Received 26 May 2021
Revised 19 May 2022
Accepted 9 July 2022

