
KELUARGA SAKINAH DALAM KONTEKS MILENIAL: (MENJAGA KEHARMONISAN DI TENGAH PERUBAHAN)

Eko Setiyo Ary Wibowo
Institut Karya Mulia Bangsa, Indonesia
ekosetiyo@kmb.ac.id

ABSTRACT

Sakinah Family in the context of millennials is an important topic to discuss, considering the challenges faced by families in this modern era. Sakinah family, which means peaceful and harmonious, is not only determined by material aspects or appearance, but more on harmony, religiosity, and obedience to Allah in living everyday life. In the digital and globalization era, families must be able to adapt to rapid social changes, including in communication and interaction patterns between family members. The main challenge faced is the increasing pressure from the external environment, such as economic competition and the influence of foreign cultures that can affect traditional values. Therefore, it is important for families to build good communication, respect differences, and provide quality time together in order to minimize conflict. In addition, education and economic ability are also important factors in creating a sakinah family that is not only religious but also able to compete in society. By understanding the characteristics of the millennial generation who tend to be more open to technology and social change, sakinah families are expected to be a strong foundation in forming a generation with noble morals and competitiveness. Families must play an active role in educating their children about religious and social values so that they can face the challenges of the times wisely.

Keywords: *Sakinah, Millennials, Harmony, Change.*

ABSTRAK

Keluarga Sakinah dalam konteks milenial merupakan tema yang penting untuk dibahas, mengingat tantangan yang dihadapi oleh keluarga di era modern ini. Keluarga sakinah, yang berarti damai dan harmonis, tidak hanya ditentukan oleh aspek materi atau penampilan, tetapi lebih pada keharmonisan, religiusitas, dan ketaatan kepada Allah dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Dalam era digital dan globalisasi, keluarga harus mampu beradaptasi dengan perubahan sosial yang cepat, termasuk dalam pola komunikasi dan interaksi antar anggota keluarga.

Tantangan utama yang dihadapi adalah meningkatnya tekanan dari lingkungan luar, seperti persaingan ekonomi dan pengaruh budaya asing yang dapat mempengaruhi nilai-nilai tradisional. Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk membangun komunikasi yang baik, menghargai perbedaan, serta menyediakan waktu berkualitas bersama agar dapat meminimalisir konflik. Selain itu, pendidikan dan kemampuan ekonomi juga menjadi faktor penting dalam menciptakan keluarga sakinah yang tidak hanya religius tetapi juga mampu bersaing di masyarakat.

Dengan memahami karakteristik generasi milenial yang cenderung lebih terbuka terhadap teknologi dan perubahan sosial, keluarga sakinah diharapkan dapat menjadi fondasi yang kuat dalam membentuk generasi yang berakhlak mulia dan memiliki daya saing. Keluarga harus berperan aktif dalam mendidik anak-anak mereka tentang nilai-nilai keagamaan dan sosial agar dapat menghadapi tantangan zaman dengan bijaksana.

Kata kunci: *Sakinah, Milenial, Keharmonisan, Perubahan.*

PENDAHULUAN

Di era milenial saat ini, dinamika kehidupan masyarakat mengalami perubahan yang cepat dan kompleks, terutama dengan kemajuan teknologi dan pengaruh budaya global. Perubahan ini berdampak signifikan pada struktur dan fungsi keluarga, yang merupakan unit sosial terkecil dan paling mendasar. Keluarga sakinah, yang diartikan sebagai keluarga yang harmonis, penuh kasih sayang, dan mampu menghadapi berbagai tantangan, menjadi semakin penting untuk dibahas dalam konteks ini. Keluarga sakinah tidak hanya berfungsi sebagai tempat berlindung bagi anggota-anggotanya, tetapi juga sebagai lembaga pendidikan pertama yang membentuk karakter dan nilai-nilai individu. Namun, tantangan-tantangan baru, seperti pergeseran nilai-nilai sosial, tekanan ekonomi, serta pengaruh media sosial, dapat mengganggu keharmonisan dalam keluarga. Oleh karena itu, perlu adanya pemahaman dan strategi yang tepat untuk menjaga keseimbangan dan keharmonisan keluarga di tengah perubahan ini.

Perkembangan teknologi informasi telah mengubah cara individu berinteraksi dan berkomunikasi. Media sosial, misalnya, dapat menjadi alat yang positif untuk mempererat hubungan, tetapi juga dapat menimbulkan masalah, seperti perbandingan sosial dan tekanan untuk tampil sempurna. Dalam konteks ini, keluarga sakinah harus mampu beradaptasi dengan perubahan tersebut, sambil tetap mempertahankan nilai-nilai tradisional yang mendasari keharmonisan dan kebersamaan. Selain itu, faktor ekonomi juga berperan penting dalam dinamika keluarga. Dengan meningkatnya biaya hidup dan tuntutan pekerjaan, anggota keluarga sering kali menghadapi stres yang berdampak pada hubungan interpersonal. (Community, 2023) Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk mengembangkan keterampilan komunikasi yang efektif dan saling mendukung agar dapat mengatasi tantangan ini bersama-sama. (Rahmayanty et al., 2023)

Tulisan ini bertujuan untuk mengeksplorasi konsep keluarga sakinah dalam konteks milenial, serta mengidentifikasi langkah-langkah yang dapat diambil untuk

memperkuat fondasi keluarga dalam menghadapi tantangan zaman. Dengan memahami berbagai faktor yang memengaruhi keharmonisan keluarga, diharapkan masyarakat dapat lebih siap untuk menciptakan lingkungan keluarga yang sehat dan sejahtera. (Jamil, 2022) Tulisan ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai pentingnya membangun keluarga sakinah di era milenial. Dengan mengidentifikasi tantangan yang ada dan merumuskan solusi yang relevan, diharapkan keluarga dapat menjadi fondasi yang kokoh bagi individu untuk tumbuh dan berkembang dengan baik, meskipun berada di tengah perubahan yang dinamis. Melalui pendekatan yang holistik, kita dapat menciptakan lingkungan keluarga yang tidak hanya harmonis, tetapi juga resilient dan siap menghadapi masa depan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur. Data dikumpulkan melalui literatur kepustakaan yang berhubungan dengan keluarga sakinah serta diikuti dengan analisis deskriptif untuk memahami konteks dan makna dari data-data tersebut.

Studi ini bertujuan untuk memahami karakteristik generasi milenial yang cenderung lebih terbuka terhadap teknologi dan perubahan sosial. Keluarga sakinah diharapkan dapat menjadi fondasi yang kuat dalam membentuk generasi yang berakhlak mulia dan memiliki daya saing. Keluarga harus berperan aktif dalam mendidik anak-anak mereka tentang nilai-nilai keagamaan dan sosial agar dapat menghadapi tantangan zaman dengan bijaksana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Keluarga Sakinah

Keluarga sakinah merupakan istilah yang sering digunakan dalam konteks budaya dan agama Islam untuk menggambarkan keluarga yang harmonis dan penuh kedamaian. Kata "sakinah" sendiri berasal dari bahasa Arab yang berarti ketenangan atau kedamaian. Dalam konteks ini, keluarga sakinah adalah unit sosial yang tidak

hanya memberikan rasa aman secara fisik, tetapi juga emosional dan spiritual bagi setiap anggota keluarganya. Keluarga ini diharapkan dapat menjadi tempat berlindung yang nyaman, di mana setiap individu merasa dicintai dan dihargai. (Chadijah, 2018)

Dalam keluarga sakinah, hubungan antar anggota keluarga dibangun berdasarkan prinsip kasih sayang, saling menghormati, dan memahami satu sama lain. Interaksi yang positif dan komunikatif menjadi kunci dalam menjaga keharmonisan. Anggota keluarga saling mendukung dalam menghadapi tantangan hidup, baik itu masalah ekonomi, kesehatan, atau pendidikan. (Rosmita et al., 2022) Dengan demikian, keluarga sakinah akan menciptakan lingkungan yang kondusif untuk pertumbuhan dan perkembangan pribadi setiap individu. (Jurusan et al., n.d.)

Selain itu, keluarga sakinah juga memiliki peran penting dalam pendidikan moral dan spiritual. Keluarga adalah lembaga pertama yang memperkenalkan nilai-nilai dan norma-norma kepada anak-anak. Dalam lingkungan yang sakinah, pendidikan ini dilakukan dengan cara yang mendidik dan penuh kasih, sehingga anak-anak dapat menyerap nilai-nilai tersebut dengan baik. (Rahayu et al., 2023) Hal ini menjadi dasar bagi mereka untuk berinteraksi dengan masyarakat yang lebih luas, membentuk karakter yang baik, dan menjunjung tinggi etika dan moral. (Subianto, 2013)

Akhirnya, dalam konteks keluarga sakinah, penting untuk memahami bahwa keharmonisan tidak berarti tidak adanya konflik. Sebaliknya, keluarga sakinah adalah keluarga yang mampu mengatasi perbedaan pandangan dan konflik dengan cara yang konstruktif. Proses penyelesaian masalah yang baik dan terbuka dapat menguatkan ikatan keluarga, menjadikan hubungan antar anggota semakin erat. Dengan demikian, keluarga sakinah bukan hanya sekadar konsep ideal, tetapi juga merupakan praktek nyata yang perlu diupayakan dan dijaga oleh setiap individu dalam keluarga.

Ciri-Ciri Keluarga Sakinah

1. Keharmonisan Relasi

Keluarga sakinah ditandai dengan hubungan yang harmonis antara anggota keluarga. Ini mencakup komunikasi yang terbuka, saling menghormati, dan dukungan emosional. Setiap individu merasa dihargai dan memiliki ruang untuk mengekspresikan diri tanpa takut dihakimi.

2. Kasih Sayang dan Perhatian

Rasa kasih sayang yang tulus menjadi ciri utama keluarga sakinah. Anggota keluarga saling mencintai dan memberikan perhatian satu sama lain, baik dalam hal kebutuhan fisik, emosional, maupun spiritual. Ini menciptakan ikatan yang kuat dan meningkatkan kedekatan antar anggota keluarga.

3. Pendidikan Moral dan Agama

Keluarga sakinah berfungsi sebagai lembaga pendidikan pertama yang menanamkan nilai-nilai moral dan ajaran agama. Dengan memberikan pendidikan yang baik, keluarga ini membantu setiap anggota untuk mengembangkan karakter yang baik, mengikuti norma-norma yang berlaku, serta memahami pentingnya etika dalam kehidupan sehari-hari.

4. Kemampuan Menghadapi Konflik

Dalam keluarga sakinah, konflik dan perbedaan pandangan adalah hal yang wajar. Namun, keluarga ini memiliki kemampuan untuk mengatasi permasalahan secara konstruktif. Anggota keluarga saling mendengarkan, mencari solusi bersama, dan belajar dari konflik yang terjadi, sehingga hubungan tetap terjaga dengan baik.

5. Dukungan dalam Pertumbuhan Individu

Keluarga sakinah mendukung setiap anggotanya dalam mencapai potensi terbaik. Ini mencakup dukungan dalam pendidikan, karier, dan pengembangan diri. Dengan memberikan motivasi dan bimbingan, keluarga ini membantu individu untuk tumbuh dan berkembang dengan baik dalam kehidupan mereka. (Rosmita et al., 2022)

Dengan ciri-ciri ini, keluarga sakinah dapat menjadi fondasi yang kuat bagi kesejahteraan dan kebahagiaan setiap anggotanya, menciptakan lingkungan yang sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan.

Indikator Keluarga Sakinah

1. Keharmonisan dan Keterbukaan Komunikasi

Keluarga sakinah memiliki komunikasi yang terbuka dan jujur antara anggota keluarga. Indikator ini dapat dilihat dari frekuensi diskusi, keberanian anggota untuk mengungkapkan pendapat, serta kemampuan untuk mendengarkan satu sama lain.

2. Saling Menghargai dan Menghormati

Anggota keluarga saling menghargai perbedaan pendapat dan menghormati satu sama lain. Tindakan kecil, seperti menghargai waktu dan ruang pribadi, menjadi indikator penting dalam menciptakan suasana yang penuh rasa hormat.

3. Keterlibatan dalam Kegiatan Bersama

Keluarga sakinah sering melakukan kegiatan bersama, seperti makan malam, berlibur, atau mengadakan acara keluarga. Keterlibatan ini memperkuat ikatan emosional dan meningkatkan rasa kebersamaan.

4. Dukungan Moral dan Emosional

Anggota keluarga saling mendukung dalam situasi sulit, baik secara moral maupun emosional. Indikator ini terlihat dari kehadiran anggota keluarga satu sama lain dalam waktu-waktu penting, serta kemampuan untuk memberikan dorongan dan penghiburan.

5. Pendidikan dan Pembinaan Karakter

Keluarga sakinah aktif dalam mendidik anak-anak mengenai nilai-nilai moral dan ajaran agama. Indikator ini dapat diamati dari partisipasi dalam kegiatan pendidikan agama, serta upaya untuk membentuk karakter yang baik di dalam keluarga.

6. Kemandirian dan Tanggung Jawab

Anggota keluarga memiliki rasa tanggung jawab terhadap peran masing-masing dan mampu menjalankan tugasnya dengan baik. Kemandirian dalam mengambil keputusan dan menyelesaikan masalah juga menjadi indikator yang menunjukkan kedewasaan dalam keluarga.

7. Kemampuan Mengelola Konflik

Keluarga sakinah menunjukkan kemampuan untuk mengatasi perbedaan dan konflik dengan cara yang konstruktif. Indikator ini terlihat dari penggunaan teknik penyelesaian masalah yang baik, serta kemampuan untuk belajar dari konflik yang terjadi. (Mochtaruddin, 2024)

Dengan indikator-indikator ini, kita dapat lebih mudah mengevaluasi dan memahami bagaimana sebuah keluarga dapat mencapai keharmonisan dan menciptakan lingkungan yang sakinah.

Keharmonisan

Keharmonisan dalam Islam merujuk pada kondisi saling menghormati, memahami, dan bekerja sama antar individu dalam masyarakat, serta di dalam keluarga. Konsep ini sangat penting karena Islam menekankan pentingnya hubungan yang baik antara manusia dengan Allah, sesama manusia, dan lingkungan. Keharmonisan menciptakan suasana damai yang memungkinkan setiap individu untuk menjalani hidup dengan penuh makna dan tujuan, sesuai dengan ajaran agama. (Yunita & Valentine, 2020)

Dalam konteks keluarga, keharmonisan menjadi landasan bagi terciptanya lingkungan yang penuh kasih sayang dan saling mendukung. Islam mengajarkan bahwa keluarga adalah unit sosial yang harus dijaga keharmonisannya melalui komunikasi yang baik, saling menghargai, dan perhatian terhadap kebutuhan masing-masing anggota. Dengan demikian, keharmonisan keluarga menjadi faktor penting dalam membentuk karakter anak dan menciptakan generasi yang sehat secara mental dan spiritual.

Keharmonisan juga tercermin dalam interaksi sosial di masyarakat. Islam mendorong umatnya untuk berbuat baik kepada sesama, menunjukkan empati, dan menjalin hubungan persaudaraan. Melalui prinsip-prinsip seperti keadilan, kerjasama, dan toleransi, umat Islam diajarkan untuk menciptakan suasana yang harmonis, di mana setiap individu merasa dihargai dan berkontribusi untuk kesejahteraan bersama. Aktivitas sosial seperti membantu sesama dan menghindari konflik menjadi bagian dari upaya untuk mencapai keharmonisan ini. (Sugitanata, 2017)

Akhirnya, keharmonisan dalam Islam tidak hanya terbatas pada hubungan antar manusia, tetapi juga mencakup hubungan manusia dengan alam. Islam mengajarkan untuk menjaga dan merawat lingkungan sebagai bagian dari tanggung jawab moral. Dengan demikian, keharmonisan dalam Islam adalah suatu kondisi ideal yang meliputi hubungan yang baik antar individu, dalam keluarga, serta dengan lingkungan, sehingga menciptakan kehidupan yang seimbang dan saling mendukung. (Jainuddin, 2023)

Upaya Menerapkan Keharmonisan

1. Membangun Komunikasi yang Terbuka

Salah satu upaya utama untuk mencapai keharmonisan adalah dengan membangun komunikasi yang terbuka dan jujur. Anggota keluarga atau masyarakat perlu merasa nyaman untuk mengungkapkan pendapat, perasaan, dan kebutuhan mereka. Diskusi yang konstruktif dapat membantu mengatasi perbedaan dan mencegah konflik. (*Komunikasidalammembangunhubungansosialyangharmonis*, n.d.)

2. Menumbuhkan Rasa Empati

Menerapkan keharmonisan juga memerlukan pengembangan rasa empati antar individu. Dengan memahami perspektif dan perasaan orang lain, kita dapat menciptakan hubungan yang lebih baik. Kegiatan seperti berbagi cerita atau pengalaman dapat membantu meningkatkan rasa empati dan saling pengertian.

3. Menghargai Perbedaan

Keharmonisan tidak berarti menghilangkan perbedaan, melainkan menghargai dan menerima keberagaman. Mengajarkan nilai-nilai toleransi dan saling menghormati sejak dini, baik dalam keluarga maupun di masyarakat, dapat membantu menciptakan lingkungan yang lebih harmonis.

4. Melakukan Kegiatan Bersama

Mengadakan kegiatan bersama, seperti acara keluarga, kegiatan komunitas, atau kerja bakti, dapat memperkuat hubungan antar individu. Kegiatan ini tidak hanya menciptakan momen kebersamaan, tetapi juga menumbuhkan rasa solidaritas dan kebersamaan dalam mencapai tujuan bersama.

5. Pendidikan Moral dan Spiritual

Pendidikan tentang nilai-nilai moral dan spiritual sangat penting dalam menerapkan keharmonisan. Mengajarkan ajaran agama dan nilai-nilai etika kepada anak-anak dan anggota keluarga dapat membentuk karakter yang baik dan memperkuat fondasi keharmonisan dalam hidup sehari-hari.

6. Menangani Konflik dengan Bijak

Ketika konflik muncul, penting untuk menangani situasi tersebut dengan bijaksana. Menggunakan teknik mediasi dan mencari solusi yang saling menguntungkan dapat membantu menyelesaikan perselisihan tanpa memperburuk hubungan. Menerima bahwa konflik adalah bagian dari kehidupan, dan menghadapinya dengan cara yang positif, adalah kunci dalam menjaga keharmonisan.

7. Berpartisipasi dalam Kegiatan Sosial

Mengikuti kegiatan sosial di lingkungan masyarakat juga merupakan upaya untuk menerapkan keharmonisan. Dengan membantu sesama dan berkontribusi pada kesejahteraan komunitas, individu dapat memperkuat ikatan sosial dan menciptakan suasana yang lebih damai dan harmonis.

Melalui upaya-upaya ini, keharmonisan dapat terwujud dalam berbagai aspek kehidupan, baik dalam keluarga, masyarakat, maupun hubungan dengan lingkungan sekitar.

Ciri Keluarga Harmonis Menurut Islam

1. Komunikasi yang Baik

Keluarga harmonis dalam Islam ditandai dengan komunikasi yang terbuka dan jujur antara anggota keluarga. Setiap individu merasa bebas untuk menyampaikan pendapat dan perasaannya, sehingga tercipta saling pengertian dan kepercayaan.

2. Kasih Sayang dan Perhatian

Rasa kasih sayang yang tulus menjadi fondasi utama dalam keluarga harmonis. Anggota keluarga saling mencintai dan memberikan perhatian satu sama lain, baik dalam situasi suka maupun duka. Ini menciptakan lingkungan yang hangat dan mendukung.

3. Penghargaan Terhadap Perbedaan

Keluarga yang harmonis menghargai perbedaan pandangan dan karakter antar anggotanya. Dalam Islam, perbedaan dianggap sebagai bagian dari takdir Allah, dan menghormati perbedaan ini akan memperkuat hubungan antar anggota keluarga.

4. Pendidikan Moral dan Agama

Keluarga harmonis aktif dalam mendidik anak-anak mengenai nilai-nilai moral dan ajaran agama. Pendidikan ini dilakukan dengan cara yang positif, sehingga anak-anak dapat tumbuh menjadi individu yang berakhlak baik dan memiliki pemahaman yang kuat tentang agama.

5. Kemampuan Menghadapi Konflik

Keluarga harmonis memiliki kemampuan untuk mengatasi konflik dengan cara yang konstruktif. Ketika perbedaan pendapat muncul, anggota keluarga dapat berdiskusi dan mencari solusi bersama tanpa menciptakan ketegangan yang berkepanjangan.

6. Dukungan Emosional dan Moral

Keluarga yang harmonis memberikan dukungan emosional dan moral kepada masing-masing anggota. Dalam situasi sulit, anggota keluarga saling membantu dan memberikan dorongan, sehingga setiap individu merasa dihargai dan diperhatikan.

7. Kegiatan Bersama

Keluarga harmonis sering melakukan kegiatan bersama, seperti beribadah, berlibur, atau mengadakan acara keluarga. Kegiatan ini tidak hanya memperkuat ikatan emosional, tetapi juga menciptakan kenangan indah yang dapat dikenang sepanjang hidup.

Dengan ciri-ciri ini, keluarga dapat menciptakan lingkungan yang harmonis, penuh kasih, dan saling mendukung, sesuai dengan ajaran Islam.

Era Milenial

Perubahan di era milenial ditandai dengan kemajuan teknologi yang pesat dan transformasi sosial yang signifikan. Kehadiran internet dan perangkat mobile telah mengubah cara komunikasi, interaksi sosial, dan akses informasi. Generasi milenial, yang tumbuh dalam lingkungan digital, lebih terbuka terhadap ide-ide baru dan keberagaman, serta lebih peka terhadap isu-isu sosial dan lingkungan. Selain itu, perubahan nilai-nilai keluarga juga terlihat, di mana banyak milenial mencari keseimbangan antara karier dan kehidupan pribadi, serta lebih menghargai pengalaman daripada kepemilikan materi. Perubahan ini menciptakan tantangan sekaligus peluang bagi individu dan keluarga dalam menyesuaikan diri dengan dinamika kehidupan modern, sehingga penting untuk mengembangkan keterampilan dan sikap yang relevan untuk menghadapi kompleksitas zaman ini. (Nayra et al., 2025)

Salah satu dampak signifikan dari perubahan di era milenial adalah pergeseran dalam pola pendidikan. Generasi ini lebih mengutamakan pembelajaran yang praktis dan berbasis teknologi, dengan metode seperti e-learning dan pembelajaran berbasis proyek yang semakin populer. Pendidikan tidak lagi hanya berlangsung di dalam kelas, melainkan juga melibatkan platform daring yang memungkinkan akses ke sumber daya global. Hal ini mempersiapkan milenial untuk menghadapi tuntutan dunia kerja yang terus berkembang dan memerlukan keterampilan yang lebih adaptif.

Di sisi lain, kesadaran akan isu lingkungan semakin meningkat di kalangan milenial. Generasi ini menunjukkan kepedulian yang tinggi terhadap keberlanjutan

dan dampak lingkungan dari gaya hidup mereka. Banyak milenial yang terlibat dalam gerakan lingkungan dan memilih untuk menerapkan praktik ramah lingkungan dalam kehidupan sehari-hari, seperti mengurangi penggunaan plastik dan mendukung produk yang etis. Kesadaran ini juga mendorong perusahaan untuk lebih bertanggung jawab dalam kebijakan dan praktik bisnis mereka, menjadikannya lebih berkelanjutan.

Ekonomi kreatif menjadi salah satu ciri khas era milenial, di mana individu dapat memanfaatkan bakat dan kreativitas mereka untuk menciptakan peluang usaha. Banyak milenial yang memilih jalur kewirausahaan atau pekerjaan freelance, mengutamakan fleksibilitas dan kemandirian finansial. Dengan memanfaatkan platform digital, mereka dapat menjangkau pasar yang lebih luas tanpa batasan geografis. Hal ini tidak hanya menciptakan lapangan kerja baru, tetapi juga mendorong inovasi dalam berbagai sektor.

Terakhir, pola konsumsi generasi milenial juga mengalami perubahan yang signifikan. Mereka lebih memilih produk yang etis, ramah lingkungan, dan memiliki nilai sosial, serta lebih mengutamakan pengalaman daripada kepemilikan barang. Hal ini mendorong perusahaan untuk mengadaptasi strategi pemasaran mereka, berfokus pada nilai-nilai yang relevan bagi konsumen milenial. Dengan demikian, perubahan di era milenial menciptakan ekosistem yang dinamis, di mana individu dan perusahaan saling berinteraksi dalam konteks yang lebih responsif terhadap tantangan dan aspirasi zaman. (Septiana & Damanuri, 2024)

Keluarga Sakinah dalam Konteks Milenial: Menjaga Keharmonisan di Tengah Perubahan"

Penelitian ini mengungkapkan bahwa keluarga milenial menghadapi tantangan unik akibat perubahan nilai dan budaya yang cepat. Transformasi ini seringkali disebabkan oleh pengaruh globalisasi dan teknologi, yang menggeser norma-norma tradisional. Meskipun demikian, banyak keluarga yang berhasil mengadaptasi nilai-nilai sakinah dengan memadukan tradisi dan aspek modern, sehingga tetap dapat menjaga keharmonisan dalam rumah tangga. (Setyawan & Hidayati, 2021)

Salah satu temuan penting dari penelitian ini adalah bahwa komunikasi yang efektif menjadi kunci utama dalam menjaga keharmonisan keluarga. Penggunaan teknologi komunikasi, seperti aplikasi pesan instan dan media sosial, telah memungkinkan anggota keluarga untuk tetap terhubung meskipun memiliki kesibukan masing-masing. Keluarga milenial cenderung lebih terbuka dalam berbagi pengalaman dan perasaan, yang membantu memperkuat ikatan emosional di antara mereka. (Rahmayanty et al., 2023)

Selain itu, pendidikan moral dan spiritual di dalam keluarga terbukti berperan signifikan dalam menciptakan generasi yang sakinah. Penelitian menunjukkan bahwa keluarga yang aktif dalam memberikan pendidikan karakter kepada anak-anak memiliki tingkat keharmonisan yang lebih tinggi. Nilai-nilai Islam yang diajarkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari dapat membentuk sikap dan perilaku positif, sehingga anggota keluarga tumbuh menjadi individu yang berakhlak baik.

Dukungan emosional dan sosial juga menjadi faktor penting dalam menjaga keharmonisan keluarga. Penelitian menemukan bahwa keluarga sakinah dalam konteks milenial menunjukkan tingkat dukungan emosional yang kuat, di mana anggota keluarga saling membantu dalam menghadapi tantangan hidup, baik dalam karier maupun kehidupan pribadi. Dukungan ini sangat berkontribusi terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan anggota keluarga. (Hidayati & Purwandari, 2023)

Akhirnya, penelitian ini menunjukkan bahwa penanganan konflik secara konstruktif menjadi salah satu ciri keluarga harmonis. Keluarga milenial lebih cenderung menggunakan dialog dan mediasi untuk menyelesaikan perbedaan pendapat, dibandingkan dengan generasi sebelumnya yang mungkin lebih mengandalkan otoritas. Dengan pendekatan yang lebih terbuka ini, keluarga tidak hanya dapat mengatasi konflik, tetapi juga memperkuat hubungan dan menciptakan lingkungan yang lebih positif di dalam rumah tangga.

Selain aspek-aspek tersebut, penelitian juga menemukan bahwa kegiatan bersama yang inovatif menjadi salah satu cara efektif untuk memperkuat

keharmonisan dalam keluarga. Keluarga milenial seringkali terlibat dalam aktivitas yang tidak hanya menyenangkan, tetapi juga edukatif, seperti mengikuti seminar, kegiatan sosial, atau olahraga. Kegiatan ini tidak hanya menciptakan momen kebersamaan, tetapi juga memberikan kesempatan untuk belajar dan tumbuh bersama sebagai sebuah unit keluarga, yang pada gilirannya memperkuat ikatan antar anggota.

Lebih jauh lagi, penelitian ini menyoroti pentingnya penyesuaian nilai-nilai sakinah dengan konteks modern. Keluarga yang mampu menyesuaikan tradisi dengan kondisi terkini, seperti mengintegrasikan teknologi dalam kehidupan sehari-hari, cenderung lebih berhasil dalam menciptakan lingkungan yang harmonis. Ini mencakup penggunaan platform digital untuk berbagi pengalaman, menyelenggarakan pertemuan keluarga secara virtual, atau bahkan mendiskusikan nilai-nilai keluarga dalam forum online. Dengan cara ini, nilai-nilai sakinah tidak hanya dipertahankan, tetapi juga diperbarui dan disesuaikan dengan perkembangan zaman.

Penelitian ini juga mencatat bahwa kolaborasi antara suami istri dalam menjalankan peran mereka di rumah menjadi indikator penting dalam mencapai keharmonisan. Keluarga yang menerapkan pembagian tugas yang adil dan saling menghargai peran masing-masing menunjukkan tingkat kepuasan dan keharmonisan yang lebih tinggi. Kesadaran akan pentingnya kerjasama dalam berbagai aspek kehidupan keluarga menjadi landasan untuk menciptakan suasana yang damai dan saling mendukung.

Akhirnya, penelitian ini menekankan bahwa tantangan yang dihadapi keluarga milenial tidak harus menjadi penghalang untuk mencapai keharmonisan. Sebaliknya, dengan menerapkan prinsip-prinsip yang sesuai dengan konteks modern, keluarga dapat tetap menjadi tempat yang aman dan penuh kasih. Keluarga sakinah, yang dibangun di atas dasar komunikasi yang baik, pendidikan yang kuat, dan dukungan emosional, akan selalu relevan, meskipun berada di tengah perubahan yang cepat. Kesimpulannya, hasil penelitian ini memberikan wawasan penting mengenai

bagaimana keluarga milenial dapat menjaga keharmonisan di tengah perubahan zaman. Dengan memahami dan mengimplementasikan nilai-nilai sakinah dalam konteks yang lebih modern, keluarga tidak hanya dapat bertahan, tetapi juga berkembang dalam menghadapi berbagai tantangan yang ada. (Sugitanata, 2017)

KESIMPULAN

Dengan memahami karakteristik generasi milenial yang cenderung lebih terbuka terhadap teknologi dan perubahan sosial, keluarga sakinah diharapkan dapat menjadi fondasi yang kuat dalam membentuk generasi yang berakhlak mulia dan memiliki daya saing. Keluarga harus berperan aktif dalam mendidik anak-anak mereka tentang nilai-nilai keagamaan dan sosial agar dapat menghadapi tantangan zaman dengan bijaksana.

DAFTAR PUSTAKA

- Chadiyah, S. (2018). Karakteristik Keluarga Sakinah Dalam Islam. *Rausyan Fikr : Jurnal Pemikiran Dan Pencerahan*, 14(1), 113–129. <https://doi.org/10.31000/rf.v14i1.676>
- Community, E. D. (2023). *SIGn Jurnal Hukum*. 5(1), 59–73.
- Hidayati, D. L., & Purwandari, E. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesehatan Mental di Indonesia: Kajian Meta-Analisis. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(1), 270. <https://doi.org/10.24127/gdn.v13i1.6536>
- Jainuddin, N. (2023). Hubungan Antara Alam dan Manusia Menurut Pandangan Islam. *MUSHAF JOURNAL: Jurnal Ilmu Al Quran Dan Hadis*, 3(2), 292–298.
- Jamil, M. (2022). Tantangan Keluarga Sakinah Era Generasi Milenial. *Jurnal Literasiologi*, 8(4), 39–49. <https://doi.org/10.47783/literasiologi.v8i4.392>
- Jurusan, D., Penyuluhan, B., Sakinah, K., & Family, S. (n.d.). *Al-Irsyad Al-Nafs, Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 69–81.
- komunikasidalammembangunhubungansosialyangharmonis*. (n.d.).

-
- Mochtaruddin, M. (2024). Bimbingan Pranikah Untuk Membentuk Keluarga Sakinah. *Bayan Lin-Naas : Jurnal Dakwah Islam*, 8(1), 49. <https://doi.org/10.28944/bayanlin-naas.v8i1.1790>
- Nayra, C., Samekto, O., & Widyatama, U. (2025). *Milenial sudah lewat saatnya digital native memimpin dunia. February.*
- Rahayu, D., Endah, E., Ahmad, A., Intan, D., & Santika, T. A. (2023). Peran Keluarga, Sekolah, dan Masyarakat Dalam Meningkatkan Kualitas Belajar dan Pembentukan Karakter Peserta Didik. *ANTHOR: Education and Learning Journal*, 2(4), 551-554. <https://doi.org/10.31004/anthor.v2i4.202>
- Rahmayanty, D., Simar, S., Thohiroh, N. S., & Permadi, K. (2023). Pentingnya Komunikasi Untuk Mengatasi Problematika Yang Ada Dalam Keluarga. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 5(6), 28-35. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i6.20180>
- Rosmita, R., Fatimah Sahrah, & Nasaruddin, N. (2022). Konsep Keluarga Sakinah dalam Al-Qur'an dan Implementasinya dalam Kehidupan Rumah Tangga. *BUSTANUL FUQAHA: Jurnal Bidang Hukum Islam*, 3(1), 68-80. <https://doi.org/10.36701/bustanul.v3i1.523>
- Septiana, E., & Damanuri, A. (2024). Perubahan Perilaku Konsumen Generasi Milenial Dan Generasi Z Terhadap Pembelian Consumer Goods Pada Era Digital Di Desa Beton. *IJMA (Indonesian Journal of Management and Accounting)*, 5(2), 248-261. <https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/IJMA/index>
- Setyawan, I., & Hidayati, F. N. R. (2021). Keluarga di mata remaja milenial: Studi deskriptif tentang makna keluarga. *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, August.*
- Subianto, J. (2013). Peran Keluarga, Sekolah, Dan Masyarakat Dalam Pembentukan Karakter Berkualitas. *Edukasia : Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 8(2), 331-354. <https://doi.org/10.21043/edukasia.v8i2.757>
- Sugitanata, A. (2017). *Jurnal Keislaman. Pembaharuan Konsep Kafa'Ah Dalam*

Perkawinan, 4(2), 9-15.

Yunita, N., & Valentine, F. (2020). Nilai-Nilai Pendidikan Islam Serta Hikmah Pengurusan Jenazah. *Belajea; Jurnal Pendidikan Islam*, 5(2), 289. <https://doi.org/10.29240/belajea.v5i2.1418>