



Strategi Adaptif Dalam Meredakan Konflik Keluarga

Jolf John Tendean, Janes Sinaga², Sarwedy Nainggolan³, Juita Lusiana Sinambela⁴

^{1,3}Universitas Advent Indonesia, ^{2,4}Sekolah Tinggi Teologi Widya Agape

* Correspondence e-mail; janessinaga777@gmail.com

Abstract

This study aims to analyze the role of adaptive strategies in reducing conflict in the family environment. Through a qualitative approach with case studies, researchers investigate how families deal with and overcome conflict responsively and flexibly. These findings indicate that adaptive strategies, such as effective communication, healthy emotional management, respect for differences, and negotiation skills, have a crucial role in reducing family conflict. This strategy not only contributes to conflict resolution, but also to growth and emotional closeness among family members. The implications of this research provide insight into how families can address conflict challenges in a constructive way, promote harmonious relationships, and support collective growth.

Keywords: Conflict, Counseling, Family, Happy, Household, Problems, Quarreling

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis peran strategi adaptif dalam meredakan konflik dalam lingkungan keluarga. Melalui pendekatan kualitatif dengan studi kasus, peneliti menginvestigasi bagaimana keluarga menghadapi dan mengatasi konflik dengan responsif dan fleksibel. Temuan ini mengindikasikan bahwa strategi adaptif, seperti komunikasi efektif, pengelolaan emosi yang sehat, penghargaan terhadap perbedaan, dan kemampuan negosiasi, memiliki peran krusial dalam meredakan konflik keluarga. Strategi ini tidak hanya berkontribusi pada penyelesaian konflik, tetapi juga pada pertumbuhan dan kedekatan emosional di antara anggota keluarga. Implikasi dari penelitian ini memberikan wawasan tentang bagaimana keluarga dapat mengatasi tantangan konflik dengan cara yang konstruktif, mempromosikan hubungan harmonis, dan mendukung pertumbuhan kolektif.

Kata-kata kunci: Bahagia, Bertengkar, Konflik, Konseling, Keluarga, Masalah, Rumah Tangga

PENDAHULUAN

Pernikahan adalah komitmen suci yang dibuat di hadapan Allah. Itu adalah komitmen satu sama lain, komitmen untuk hidup bersama, saling melayani dan setia satu sama lain. Pernikahan adalah lembaga yang ditetapkan oleh Tuhan. Lembaga perkawinan bukanlah hasil rekayasa manusia dimana orang merasa perlu untuk menikah. Perkawinan memiliki kedudukan yang istimewa di hadapan Tuhan karena merupakan lembaga yang ditetapkan oleh Tuhan sendiri. Ketika Tuhan menciptakan pernikahan pertama Adam dan Hawa, Tuhan berkata bahwa tidak baik bagi manusia untuk hidup sendiri karena manusia

diciptakan menurut gambar Tuhan sendiri dan manusia perlu berhubungan satu sama lain. Setiap orang memiliki kebutuhan akan kasih sayang, cinta, atau kebutuhan emosional lainnya yang tidak dapat mereka penuhi sendiri.¹

Setiap orang yang menikah ingin memiliki keluarga yang bahagia, setia, harmonis hingga kakek nenek dan kematian memisahkan mereka. Namun pada kenyataannya, banyak pernikahan yang tidak sesuai harapan saat mengucapkan janji pernikahan.² Semua orang dalam membina keluarga, menginginkan keluarga yang sakinah, yang mampu memberikan cinta dan kasih sayang pada anggota keluarganya, sehingga mereka memiliki rasa aman, tenteram, damai dan bahagia dalam mengusahakan tercapainya kesejahteraan hidup dunia dan akhirat.³ Walaupun demikian dirancang sebuah keluarga bahagia, selalu saja ada masalah yang terjadi dalam keluarga tersebut yang berakibat terjadinya konflik. Karena setan tidak pernah senang manusia berbahagia.⁴ Setan selalu berusaha menyerang manusia dengan berbagai cara, melalui menggoda mereka agar jatuh ke dalam dosa.⁵

Konflik merupakan hal yang tak terhindarkan dalam hubungan keluarga, karena perbedaan pendapat, nilai, dan harapan antara anggota keluarga seringkali muncul. Konflik ini dapat berkembang menjadi masalah yang serius jika tidak diatasi secara efektif. Oleh karena itu, pengembangan strategi adaptif untuk meredakan konflik keluarga menjadi sangat penting dalam menjaga keharmonisan dan kesejahteraan keluarga. Strategi adaptif adalah pendekatan yang melibatkan penyesuaian dan fleksibilitas dalam menghadapi situasi dan perubahan yang terjadi. Dalam konteks konflik keluarga, strategi adaptif mengacu pada kemampuan anggota keluarga untuk mengenali, mengatasi, dan mengubah dinamika konflik dengan cara yang konstruktif dan positif. Penelitian tentang strategi adaptif dalam meredakan konflik keluarga memiliki tujuan untuk mengeksplorasi berbagai cara di mana keluarga dapat mengatasi konflik dengan mengedepankan keharmonisan dan hubungan yang sehat. Hambatan-hambatan akan selalu ditemui, namun dengan usaha yang benar tanpa mengenal lelah dari kedua belah pihak akan membuahkan hasil.⁶

¹ Janes Sinaga et al., "Perceraian Dan Pernikahan Kembali Berdasarkan Markus 10:1-11," *Indonesian Journal of Christian Education and Theology* 1, no. 1 (August 31, 2022): 6–15, accessed October 6, 2022, <https://journal.formosapublisher.org/index.php/ijcet/article/view/1085>.

² Janes Sinaga et al., "Impian Keluarga Bahagia: Memilih Pasangan Hidup Yang Seimbang Menurut Kristen," *Indonesian Journal of Psychology and Behavioral Science* 1, no. 1 (May 27, 2023): 11–22, accessed August 17, 2023, <https://journal.formosapublisher.org/index.php/mental/article/view/3128>.

³ Nurul Atieka, "Mengatasi Konflik Rumah Tangga (Studi Bk Keluarga)," *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling* 1, no. 1 (2011): 45.

⁴ Juita Lusiana Sinambela, Janes Sinaga, and Beni Chandra Purba, "Recognition of Sins, the Way of Forgiveness and Purification Through Jesus Christ Based on 1 John 1: 9," *International Journal of Scientific Multidisciplinary Research* 1, no. 1 (March 1, 2023): 35–46, accessed March 8, 2023, <https://journal.formosapublisher.org/index.php/ijsmr/article/view/3205>.

⁵ Dina Julyanti Sinaga, Janes Sinaga, and Juita Lusiana Sinambela, "Konflik Sikap Orang Yang Kerasukan Setan: Menyembah Atau Menolak Kristus-Ilahi Berdasarkan Markus 5:7," *Mutiara: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia* 1, no. 1 (July 1, 2023): 1–8, accessed September 17, 2023, <https://jurnal.tiga-mutiara.com/index.php/jimi/article/view/2>.

⁶ Atieka, "Mengatasi Konflik Rumah Tangga (Studi Bk Keluarga)."

Dalam penelitian ini, fokus utamanya adalah untuk memahami bagaimana keluarga mengenali konflik, menghadapinya dengan cara yang responsif, dan mengubah pola komunikasi dan interaksi yang mungkin memicu atau memperburuk konflik. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan strategi adaptif dalam meredakan konflik keluarga, seperti tingkat empati, komunikasi efektif, pengelolaan emosi, dan kemampuan negosiasi. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang strategi adaptif dalam meredakan konflik keluarga, diharapkan kita dapat memberikan panduan praktis bagi keluarga dalam menghadapi tantangan konflik dengan cara yang sehat dan konstruktif. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan wawasan yang berharga bagi para profesional dalam bidang konseling keluarga dan psikologi untuk membantu keluarga dalam mengatasi konflik dan menjaga hubungan yang harmonis.

METODE

Penelitian ini akan menggunakan pendekatan kualitatif,⁷ yang memungkinkan peneliti untuk memahami secara mendalam pengalaman dan perspektif anggota keluarga tentang strategi adaptif dalam meredakan konflik. Pendekatan kualitatif memungkinkan analisis yang lebih mendalam terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan strategi adaptif dan dinamika konflik keluarga. Pengumpulan data akan dilakukan melalui wawancara mendalam dengan anggota keluarga yang terlibat. Wawancara akan bersifat terbuka, memungkinkan partisipan untuk berbicara tentang pengalaman mereka dalam menghadapi konflik, strategi yang mereka gunakan, dan dampak dari strategi tersebut. Selain itu, pengamatan partisipatif juga dapat dilakukan dalam konteks interaksi keluarga untuk memahami dinamika konflik secara langsung. Metode penelitian ini akan memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang strategi adaptif dalam meredakan konflik keluarga. Dengan menganalisis pengalaman dan perspektif anggota keluarga, penelitian ini diharapkan dapat memberikan panduan yang lebih konkret untuk membantu keluarga menghadapi konflik dengan cara yang sehat dan konstruktif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Konflik

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Konflik artinya: percekocokan, perselisihan, pertentangan, ketegangan atau pertentangan di dalam cerita rekaan atau drama (pertentangan antara dua kekuatan, pertentangan dalam diri satu tokoh, pertentangan antara dua tokoh, dan sebagainya).⁸ Konflik berasal dari kata kerja Latin *configere* yang berarti saling memukul. Secara sosiologis, konflik diartikan sebagai suatu proses sosial antara dua orang atau lebih

⁷ Andreas B. Subagyo, *Pengantar Riset Kuantitatif Dan Kualitatif, Termasuk Riset Teologi Dan Keagamaan* (Bandung: Kalam Hidup, 2004).

⁸ “Arti Kata Konflik - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online,” accessed August 17, 2023, <https://kbbi.web.id/konflik>.

(bisa juga kelompok) dimana salah satu pihak berusaha menyingkirkan pihak lain dengan menghancurkannya atau membuatnya tidak berdaya.⁹

Konflik Keluarga

Konflik keluarga adalah situasi di mana anggota keluarga tidak setuju atau memiliki kepentingan yang bertentangan sehingga menyebabkan ketegangan dalam hubungan keluarga. Terjadinya konflik keluarga dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti nilai, norma, perbedaan budaya, perbedaan cara pandang, dan perbedaan kepentingan.¹⁰

Konflik Antar Saudara

Hubungan antara saudara kandung dapat memberikan efek positif dan negatif pada perkembangan pribadi, tergantung pada pola hubungan yang terjadi. Cara orang tua memperlakukan anaknya juga dapat mempengaruhi hubungan saudara kandung. Perbedaan dalam perlakuan dapat menyebabkan kecemburuan, gaya keterikatan, dan harga diri, dan dapat menyebabkan kesusahan di kemudian hari dalam hubungan. Konflik antara saudara kandung juga dapat dipengaruhi karena perbedaan intensitas emosional, kedekatan, dan sifat pribadi.¹¹

Akibat Konflik

Konflik atau kebingungan dalam keluarga dapat menimbulkan banyak dampak negatif. Diantaranya, generasi muda semakin tidak mau berumah tangga, angka perceraian meningkat, proporsi anak yang tidak mendapatkan pengasuhan penuh dari orang tuanya sangat tinggi, dan proporsi orang tua yang mengasuh anaknya sendiri sangat tinggi. Kekerasan, kekerasan terhadap perempuan, peningkatan angka penggunaan narkoba dan alkohol di kalangan remaja, peningkatan angka seks di luar nikah di kalangan remaja di bawah 19 tahun, peningkatan angka orang tua lanjut usia yang tinggal sendiri, dan struktur keluarga yang umumnya tidak stabil.¹²

Konflik bisa saja menimbulkan terjadinya kekerasan di dalam keluarga. Kekerasan tersebut dapat meliputi;

⁹ Mohamad Muspawi, "Manajemen Konflik (Upaya Penyelesaian Konflik Dalam Organisasi)," *Jurnal Penelitian Universitas Jambi Seri Humaniora penawar* 16, no. 2 (2014): 41–46, <https://www.neliti.com/id/publications/43447/manajemen-konflik-upaya-penyelesaian-konflik-dalam-organisasi>.

¹⁰ Paul R. Amato and Alan Booth, *A Generation at Risk: Growing up in an Era of Family Upheaval* (Harvard University Press, 1997).

¹¹ Anggi Yus Susilowati and Andi Susanto, "STRATEGI PENYELESAIAN KONFLIK DALAM KELUARGA DI MASA PANDEMI COVID-19," *Hasanuddin Journal of Sociology (HJS)* 2, no. 2 (February 9, 2020): 88–97, accessed August 17, 2023, <https://journal.unhas.ac.id/index.php/HJS/article/view/12859>.

¹² Ahmad Fadhil, "Konseling Keluarga Dalam Perspektif Karisma Max Weber Untuk Mengatasi Konflik Pasangan Suami Istri," *Jurnal al-Shifa Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 1 (2022): 1–20.

Kekerasan Fisik

Kekerasan fisik sebenarnya adalah tindakan fisik yang melukai tubuh orang lain atau merusak harta milik orang lain. Kekerasan fisik dapat mengakibatkan korban dipukuli atau kehilangan harta benda yang dirampok.¹³

Kekerasan Verbal

Tanpa disadari, kekerasan verbal sering terjadi dalam keluarga. Kekerasan verbal adalah kekerasan terhadap perasaan dengan menggunakan kata-kata kasar tanpa kontak fisik. Bahasa yang memfitnah, bahasa yang mengancam, mengintimidasi, menghina, atau membesar-besarkan kesalahan orang lain. Menurut definisi tersebut, kekerasan verbal dalam keluarga dapat berupa ancaman, kata-kata kasar, celaan, hinaan, ejekan, fitnah, tuduhan, labeling, serta hinaan dan pelecehan terus-menerus yang berpotensi menimbulkan kerugian psikologis, trauma, dan kasih sayang.¹⁴

Kekerasan Simbolik

Kekerasan simbolik mengacu pada penggunaan berbagai media atau sarana untuk menyinggung atau merugikan kepentingan orang lain. Kekerasan simbolik adalah kekerasan yang terjadi tanpa disadari oleh pelaku dan korban, sehingga bersifat tidak sadar dan laten, akibat langsung dari perbedaan ketidaksetaraan, ketimpangan, ketimpangan atau perbedaan dalam setiap hubungan dalam keluarga.¹⁵

Penyelesaian Konflik

Pertengkaran antara dua orang yang sangat peduli satu sama lain tidak harus merusak. Ini berarti bahwa anda sangat peduli satu sama lain, sehingga anda akan bernegosiasi dan menghadapi masalah sampai anda menemukan solusi dan saling memuaskan.¹⁶ Suatu konflik keluarga yang sedang terjadi dapat berdampak positif maupun negatif tergantung dari cara, sikap, dan pola pikir dalam mengelolanya. Konflik keluarga bagaimanapun bentuknya harus dihadapi, diselesaikan dan dicari solusinya. Konflik keluarga yang bersifat negatif jika tidak segera diatasi dapat menyebabkan situasi atau hubungan keluarga semakin memburuk, oleh karena itu perlu dilakukan strategi-strategi dalam menyelesaikan konflik tersebut yakni dengan pendekatan resolusi konflik.¹⁷ Konflik harus diselesaikan agar hubungan tetap terjaga dengan baik.¹⁸

¹³ Susilowati and Susanto, "STRATEGI PENYELESAIAN KONFLIK DALAM KELUARGA DI MASA PANDEMI COVID-19."

¹⁴ Ibid.

¹⁵ Ibid.

¹⁶ Nancy L. Vant Pelt, *Menyelesaikan Konflik* (Bandung: Penerbit Advent Indonesia, 2021), 115.

¹⁷ Susilowati and Susanto, "STRATEGI PENYELESAIAN KONFLIK DALAM KELUARGA DI MASA PANDEMI COVID-19."

¹⁸ Janes Sinaga, Ramlen Woran, and Juita Lusiana Sinambela, "The Role Of Friendship In Character Development: Lessons From The Biblical Story Of David And Jonathan," *Berumpun: Journal of Social, Politics, and Humanities* 5, no. 1 (March 30, 2022): 1–8, accessed August 12, 2023, <https://berumpun.ubb.ac.id/index.php/BRP/article/view/87>.

Beberapa strategi dalam menangani dan menyelesaikan konflik. Strategi tersebut antara lain adalah: a). Menghindar. Menghindari konflik dapat dilakukan jika isu atau masalah yang memicu konflik tidak terlalu penting atau jika potensi konfrontasinya tidak seimbang dengan akibat yang akan ditimbulkannya. Penghindaran merupakan strategi yang memungkinkan pihak-pihak yang berkonfrontasi untuk menenangkan diri. b). Mengakomodasi. Memberi kesempatan pada orang lain untuk mengatur strategi pemecahan masalah, khususnya apabila isu tersebut penting bagi orang lain. Hal ini memungkinkan timbulnya kerjasama dengan memberi kesempatan pada mereka untuk membuat keputusan. c). Kompetisi. Gunakan metode ini jika anda percaya bahwa anda memiliki lebih banyak informasi dan keahlian yang lebih dibanding yang lainnya atau ketika anda tidak ingin mengkompromikan nilai-nilai anda. Metode ini mungkin bisa memicu konflik tetapi bisa jadi merupakan metode yang penting untuk alasan-alasan keamanan. d). Kompromi atau Negosiasi. Masing-masing memberikan dan menawarkan sesuatu pada waktu yang bersamaan, saling memberi dan menerima, serta meminimalkan kekurangan semua pihak yang dapat menguntungkan semua pihak. e). Memecahkan masalah atau kolaborasi. Pemecahan sama-sama menang dimana individu yang terlibat mempunyai tujuan kerja yang sama.¹⁹

Strategi Adaptif dalam Meredakan Konflik Keluarga

Strategi adaptif adalah cara yang digunakan oleh individu atau kelompok untuk mengatasi situasi yang sulit atau menantang. Dalam konteks konflik keluarga, strategi adaptif dapat digunakan untuk meredakan konflik dan memperbaiki hubungan keluarga. Beberapa strategi adaptif yang dapat digunakan dalam meredakan konflik keluarga antara lain:

Komunikasi Efektif

Komunikasi adalah kunci utama dalam menyelesaikan masalah.²⁰ Komunikasi efektif adalah kemampuan untuk menyampaikan pesan dengan jelas dan tepat sehingga dapat dipahami oleh pihak lain. Dalam konteks konflik keluarga, komunikasi efektif dapat membantu anggota keluarga untuk saling memahami dan menyelesaikan perbedaan pendapat atau kepentingan²¹ Komunikasi memang merupakan pondasi penting dalam proses penyelesaian masalah. Kemampuan untuk berkomunikasi dengan efektif memiliki implikasi yang luas dalam konteks interaksi manusia. Komunikasi efektif melibatkan lebih dari sekadar mengeluarkan kata-kata; ini melibatkan kemampuan untuk menyampaikan pesan dengan jelas, teratur, dan bermakna, sehingga penerima pesan dapat memahaminya dengan benar. Ini juga melibatkan kemampuan untuk mendengarkan secara aktif dan memberikan respon yang sesuai.

¹⁹ Mohamad Muspawi, "Manajemen Konflik (Upaya Penyelesaian Konflik Dalam Organisasi)."

²⁰ Suvia Nisa, "Konflik Suami Istri Dalam Keluarga Selaput Kosong," *Skripsi* 30, no. 28 (2019): 5053156.

²¹ John M. Gottman and Nan Silver, *The Seven Principles for Making Marriage Work: A Practical Guide from the Country's Foremost Relationship Expert* (Crown Publishers imprint (Three Rivers Press), 1999).

Dengan kemampuan untuk berkomunikasi dengan efektif, anggota keluarga dapat memahami penyebab konflik dengan lebih baik dan mencari solusi yang sesuai. Komunikasi efektif memungkinkan untuk mengatasi kesalahpahaman sebelum berkembang menjadi konflik yang lebih serius, dan ini menciptakan peluang untuk berbicara secara terbuka dan jujur tentang perasaan dan kebutuhan masing-masing. Dalam lingkungan komunikatif yang positif, anggota keluarga dapat bekerja sama untuk menemukan solusi yang memuaskan semua pihak, mengurangi friksi dan mengembangkan pemahaman yang lebih dalam tentang satu sama lain. Dalam rangka memperkuat hubungan dan menjaga keharmonisan keluarga, investasi dalam pengembangan keterampilan komunikasi yang efektif sangat penting. Melalui komunikasi yang terbuka, anggota keluarga dapat membangun rasa saling percaya, mendengarkan dengan penuh perhatian, dan membangun resolusi yang menghormati kepentingan semua pihak. Dengan demikian, komunikasi efektif berperan sentral dalam memfasilitasi pemahaman, penyelesaian masalah, dan akhirnya, memelihara hubungan yang sehat di dalam keluarga.

Kolaborasi

Kolaborasi adalah kerja sama antara anggota keluarga untuk mencapai tujuan bersama. Dalam konteks konflik keluarga, kolaborasi dapat membantu anggota keluarga untuk menemukan solusi yang saling menguntungkan dan memperbaiki hubungan keluarga.²² Kolaborasi adalah suatu bentuk kerja sama yang melibatkan upaya bersama anggota keluarga untuk mencapai tujuan yang saling menguntungkan. Ini melibatkan kontribusi aktif dari setiap individu dalam rangka menciptakan hasil yang lebih baik daripada yang bisa dicapai secara individu. Dalam konteks keluarga, kolaborasi tidak hanya menciptakan kesempatan untuk mengatasi konflik, tetapi juga memperkuat ikatan dan keterlibatan antara anggota keluarga.

Kolaborasi dalam penyelesaian konflik keluarga dapat memberikan manfaat yang signifikan. Dengan mengadopsi pendekatan ini, anggota keluarga bekerja bersama-sama untuk mengidentifikasi akar permasalahan, berbagi pandangan dan perasaan mereka, dan merancang solusi yang memperhitungkan semua kepentingan. Ini berarti mencari jalan tengah yang menghormati nilai-nilai dan keinginan individu sekaligus mempertimbangkan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan. Kolaborasi juga dapat membantu meredakan ketegangan dan mengurangi potensi konflik di masa depan. Dalam atmosfer kolaboratif, anggota keluarga belajar untuk mendengarkan dan memahami satu sama lain dengan lebih baik, menciptakan ruang bagi ekspresi yang bebas, dan menciptakan iklim komunikatif yang positif. Ini berarti bahwa solusi yang dihasilkan dari kolaborasi tidak hanya menyelesaikan masalah saat ini, tetapi juga membentuk pola komunikasi yang lebih efektif dan membangun hubungan yang lebih dekat di dalam keluarga.

²² Amato and Booth, *A Generation at Risk : Growing up in an Era of Family Upheaval*.

Kompromi

Kompromi adalah cara untuk menyelesaikan konflik dengan saling memberikan dan menerima. Dalam konteks konflik keluarga, kompromi dapat membantu anggota keluarga untuk menemukan solusi yang dapat diterima oleh semua pihak dan memperbaiki hubungan keluarga.²³ Kompromi adalah suatu pendekatan yang melibatkan kesediaan dari setiap anggota keluarga untuk memberikan dan menerima, dengan tujuan mencapai penyelesaian yang memuaskan semua pihak yang terlibat. Ini melibatkan semangat kerjasama dan keterbukaan dalam berbicara tentang perbedaan pendapat dan kepentingan masing-masing. Dalam lingkungan keluarga, di mana berbagai perspektif seringkali muncul, kompromi menjadi sarana efektif untuk mengatasi konflik dan memelihara hubungan yang sehat. Dalam menghadapi konflik keluarga, kompromi membuka pintu untuk menjembatani perbedaan dan menciptakan kesepakatan yang setidaknya mengakomodasi kebutuhan sebagian besar anggota keluarga. Ini melibatkan proses membicarakan kepentingan dan harapan individu secara terbuka, serta menemukan solusi yang memberikan beberapa pengorbanan sambil tetap memprioritaskan keharmonisan keluarga secara keseluruhan. Kompromi mendorong anggota keluarga untuk melihat gambaran besar dan memahami bahwa tidak selalu mungkin untuk memenuhi semua keinginan individu.

Selain itu, kompromi juga memiliki potensi untuk memperbaiki hubungan keluarga dengan mengurangi ketegangan dan menanamkan sikap penghargaan terhadap perbedaan. Saat anggota keluarga berkolaborasi untuk mencapai solusi, ini menciptakan rasa saling percaya dan rasa penghargaan terhadap kontribusi masing-masing. Penerapan kompromi mengajarkan nilai-nilai komunikasi yang efektif dan sikap pengertian, membangun dasar untuk hubungan yang lebih erat dan mendalam. Dalam rangka mencapai kompromi yang sukses, penting untuk menjaga keterbukaan dan sikap terbuka terhadap pandangan dan kebutuhan anggota keluarga lainnya. Menghormati pandangan dan kepentingan individu adalah kunci dalam mengembangkan solusi yang seimbang dan memelihara hubungan yang positif. Kompromi dalam konflik keluarga bukan hanya tentang mencari jalan tengah, tetapi juga tentang membina pemahaman yang lebih dalam dan mengarah pada resolusi yang bermanfaat dan harmonis.

Menghindari Konflik

Sebuah hubungan dapat terjadi konflik, namun ada baiknya konflik dihindari sedapat mungkin.²⁴ Menghindari konflik adalah cara untuk menghindari situasi yang dapat memicu konflik. Dalam konteks konflik keluarga, menghindari konflik dapat membantu anggota keluarga untuk menghindari situasi yang dapat memperburuk hubungan keluarga.²⁵ Dalam konteks keluarga, menghindari konflik bukanlah tanda ketidakmampuan menghadapinya, tetapi lebih sebagai langkah pencegahan untuk menjaga harmoni dan keseimbangan.

²³ Gottman and Silver, *The Seven Principles for Making Marriage Work: A Practical Guide from the Country's Foremost Relationship Expert*.

²⁴ Sinaga, Woran, and Sinambela, "The Role Of Friendship In Character Development: Lessons From The Biblical Story Of David And Jonathan."

²⁵ Amato and Booth, *A Generation at Risk : Growing up in an Era of Family Upheaval*.

Beberapa situasi atau topik mungkin memang sensitif bagi anggota keluarga, dan menghindar dari mereka bisa mencegah eskalasi konflik yang tidak perlu. Ini juga bisa membuka waktu dan ruang untuk refleksi pribadi dan memberi kesempatan kepada setiap anggota keluarga untuk memikirkan kembali perspektif mereka sebelum terjun ke dalam diskusi yang penuh emosi.

Namun, penting untuk diingat bahwa menghindari konflik tidak selalu merupakan solusi yang tepat dalam jangka panjang. Terlalu banyak menghindari konflik juga bisa menyebabkan penumpukan perasaan dan ketidaksepakatan yang pada akhirnya bisa meledak menjadi konflik yang lebih besar. Oleh karena itu, pendekatan ini perlu digunakan dengan bijak dan seimbang. Penting untuk menjaga komunikasi terbuka dan saling pengertian di dalam keluarga sehingga anggota keluarga dapat merasa nyaman untuk mengungkapkan perasaan dan pandangan mereka tanpa takut dihakimi. Jika situasi atau permasalahan muncul, berbicara secara terbuka dan penuh pengertian bisa membantu mengatasi potensi konflik dengan cara yang sehat dan konstruktif. Dengan mempertimbangkan situasi yang memerlukan penanganan langsung dan situasi yang lebih baik dihindari, anggota keluarga dapat menjaga hubungan yang positif dan berkelanjutan.

Mengakui Kesalahan

Pengakuan adalah bentuk kesadaran bahwa ia telah bersalah, dan pengakuan adalah pernyataan dia merendahkan diri dan hatinya di hadapan Allah.²⁶ Mengakui kesalahan adalah cara untuk memperbaiki hubungan keluarga dengan mengakui kesalahan yang telah dilakukan. Dalam konteks konflik keluarga, mengakui kesalahan dapat membantu anggota keluarga untuk memperbaiki hubungan keluarga dan menghindari konflik di masa depan.²⁷ Pengakuan memiliki daya transformasi yang kuat dalam dinamika hubungan dan pengembangan diri. Ini melibatkan kesadaran yang tulus atas kesalahan atau tindakan yang kurang baik, serta mengakui dan merendahkan diri di hadapan sesuatu yang lebih besar, seperti nilai-nilai moral, norma, atau dalam konteks agama, di hadapan Tuhan. Dalam perspektif agama, pengakuan merupakan langkah untuk memperbaiki diri dan merenungkan tindakan yang mungkin tidak sesuai dengan prinsip-prinsip yang dianut.

Ketika kita menerapkan pengakuan dalam konteks konflik keluarga, ini menjadi sarana penting untuk memulihkan keharmonisan dan memperkuat ikatan antar anggota keluarga. Mengakui kesalahan bukan hanya tanda kematangan emosional, tetapi juga langkah pertama dalam mengatasi kesenjangan atau pertikaian yang ada. Ini mengirim pesan bahwa seseorang menghargai hubungan dan kesejahteraan keluarga lebih dari ego individu. Dengan mengakui kesalahan, seseorang menunjukkan kerendahan hati dan keinginan untuk memperbaiki.

²⁶ Lusiana Sinambela, Sinaga, and Chandra Purba, "Recognition of Sins, the Way of Forgiveness and Purification Through Jesus Christ Based on 1 John 1: 9."

²⁷ Gottman and Silver, *The Seven Principles for Making Marriage Work: A Practical Guide from the Country's Foremost Relationship Expert*.

Lebih dari sekadar meredakan ketegangan, pengakuan juga membuka pintu untuk pembicaraan terbuka dan jujur di antara anggota keluarga. Ini menciptakan iklim di mana setiap anggota keluarga dapat merasa nyaman untuk berbicara tentang perasaan dan pandangan mereka. Pengakuan yang tulus juga dapat membangun rasa saling percaya dan respek dalam keluarga, memberikan landasan yang kuat untuk membangun hubungan yang mendalam dan sehat. Namun, penting untuk diingat bahwa pengakuan haruslah tulus dan jujur. Jika dilakukan dengan semangat yang salah atau hanya sebagai strategi untuk menghindari konflik, ini mungkin tidak memiliki dampak yang positif. Pengakuan yang tulus dan dibarengi dengan upaya untuk memperbaiki diri dan menghindari kesalahan di masa depan adalah langkah penting dalam proses memperbaiki hubungan keluarga dan menciptakan lingkungan yang harmonis.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Strategi Adaptif dalam Meredakan Konflik Keluarga

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi strategi adaptif dalam meredakan konflik keluarga antara lain:

Kepribadian

Memiliki kepribadian yang baik, menunjukkan adanya karakter yang bertanggungjawab, jujur, sopan dan perbuatan baik.²⁸ Kepribadian anggota keluarga dapat mempengaruhi strategi adaptif yang digunakan dalam meredakan konflik keluarga. Individu dengan kepribadian yang kooperatif cenderung menggunakan strategi adaptif yang lebih efektif dalam meredakan konflik keluarga.²⁹ Individu dengan kepribadian yang baik cenderung memiliki keterampilan komunikasi yang lebih baik, termasuk kemampuan mendengarkan dan mengungkapkan pendapat dengan cara yang bijaksana. Kemampuan komunikasi ini membantu dalam menghindari penumpukan perasaan dan meminimalisir salah pengertian, sehingga konflik dapat diatasi dengan lebih baik. Selain itu, sifat tanggung jawab dan kesadaran akan akibat dari tindakan mereka memberikan dorongan untuk mencari solusi yang adil dan berkelanjutan. Dengan demikian, kepribadian individu dalam keluarga berperan sebagai fondasi yang membentuk pola interaksi dan strategi adaptif yang digunakan dalam meredakan konflik. Memahami peran penting kepribadian dalam konteks ini membuka pintu untuk mengembangkan pendekatan yang lebih efektif dalam meredakan konflik keluarga, dengan mempertimbangkan sifat-sifat positif sebagai katalisator untuk menciptakan harmoni dan keseimbangan dalam hubungan keluarga.

Keterampilan Komunikasi

Komunikasi adalah hal yang paling mendasar bagi kehidupan manusia. Oleh karena itu komunikasi menjadi salah satu faktor terpenting dalam menjamin kualitas interaksi antar

²⁸ Janes Sinaga et al., "FUNGSI GURU PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN DALAM PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK DI SEKOLAH KRISTEN," *SESAWI: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen* 3, no. 1 (December 27, 2021): 58–73, accessed July 20, 2022, <http://sttsabdaagung.ac.id/e-journal/index.php/sesawi/article/view/65>.

²⁹ Amato and Booth, *A Generation at Risk : Growing up in an Era of Family Upheaval*.

individu.³⁰ Keterampilan komunikasi anggota keluarga dapat mempengaruhi strategi adaptif yang digunakan dalam meredakan konflik keluarga. Individu dengan keterampilan komunikasi yang baik cenderung menggunakan strategi adaptif yang lebih efektif dalam meredakan konflik keluarga.³¹

Komunikasi adalah pondasi utama dalam menjalin interaksi antara manusia, serta menjadi tulang punggung dalam membentuk hubungan yang sehat dan produktif. Dalam setiap aspek kehidupan, komunikasi memainkan peran penting dalam membangun pemahaman, mengungkapkan perasaan, dan menyelesaikan perbedaan. Di dalam lingkungan keluarga, komunikasi menjadi elemen kunci dalam merawat hubungan yang harmonis. Kemampuan anggota keluarga dalam berkomunikasi memiliki dampak langsung pada strategi adaptif yang mereka pilih dalam menghadapi konflik. Keterampilan komunikasi yang kuat, seperti kemampuan untuk mendengarkan dengan penuh perhatian, mengungkapkan pendapat dengan jelas, dan menghindari konfrontasi berlebihan, membentuk dasar interaksi yang lebih bermakna. Individu yang memiliki keterampilan komunikasi yang baik cenderung dapat mengidentifikasi akar masalah konflik dengan lebih baik, menghindari kesalahpahaman yang seringkali memperburuk situasi.

Keterampilan komunikasi yang lancar juga memfasilitasi dialog terbuka dan jujur di dalam keluarga. Ketika anggota keluarga merasa nyaman untuk berbicara tentang perasaan dan pandangan mereka, peluang untuk mencari solusi bersama dan mengembangkan strategi adaptif yang efektif semakin tinggi. Dalam lingkungan komunikatif seperti ini, individu dapat merasa didengar dan dihargai, yang pada gilirannya membantu dalam membangun hubungan yang lebih dekat dan saling mendukung. Sebagai hasilnya, komunikasi yang baik berperan sebagai pondasi bagi penerapan strategi adaptif yang berhasil dalam meredakan konflik keluarga. Mendorong perkembangan keterampilan komunikasi yang kuat di antara anggota keluarga dapat membantu dalam menjaga harmoni, mengurangi ketegangan, dan mempromosikan lingkungan yang penuh pengertian di dalam keluarga.

Kebutuhan dan Kepentingan

Kebutuhan dan kepentingan anggota keluarga dapat mempengaruhi strategi adaptif yang digunakan dalam meredakan konflik keluarga. Individu yang memiliki kebutuhan dan kepentingan yang berbeda cenderung menggunakan strategi adaptif yang berbeda dalam meredakan konflik keluarga.³² Setiap individu dalam keluarga memiliki kebutuhan dan kepentingan yang unik, yang sering kali menjadi pemicu potensial bagi konflik. Kepentingan individu mencakup aspek seperti aspirasi pribadi, nilai-nilai, dan harapan masa depan. Dalam konteks konflik keluarga, perbedaan dalam kebutuhan dan kepentingan ini dapat menjadi faktor penentu dalam memilih strategi adaptif yang akan diimplementasikan. Individu dengan kebutuhan dan kepentingan yang berbeda cenderung mengadopsi strategi

³⁰ Sunarno Sastro Atmodjo et al., *BUKU ANTOLOGI TEOLOGI KONTEMPORER* (Purbalingga: EUREKA MEDIA AKSARA, 2022), 157, <https://repository.penerbiteureka.com/publications/559609/>.

³¹ Gottman and Silver, *The Seven Principles for Making Marriage Work: A Practical Guide from the Country's Foremost Relationship Expert*.

³² Amato and Booth, *A Generation at Risk : Growing up in an Era of Family Upheaval*.

adaptif yang sesuai dengan tujuan dan keinginan mereka. Misalnya, anggota keluarga yang mengutamakan kerjasama dan harmoni mungkin cenderung memilih strategi yang mengedepankan kompromi dan negosiasi. Di sisi lain, individu yang lebih memprioritaskan pemahaman dan pengakuan atas pandangan pribadi mereka mungkin lebih condong pada strategi yang melibatkan dialog mendalam dan berbicara terbuka.

Namun, penting untuk diingat bahwa pilihan strategi adaptif juga dapat dipengaruhi oleh tingkat keterbukaan dan kemampuan anggota keluarga dalam memahami perspektif satu sama lain. Misalnya, individu yang lebih berempati cenderung lebih mampu merasakan perasaan dan kebutuhan orang lain, yang dapat membantu dalam memilih strategi adaptif yang mempromosikan keseimbangan dan keadilan. Dalam mengatasi konflik keluarga, kesadaran akan perbedaan kebutuhan dan kepentingan ini dapat membantu dalam memahami sumber konflik dan merancang pendekatan yang lebih efektif dalam meredakan ketegangan. Dengan mengakui variasi ini dan mengusahakan untuk mencari solusi yang memperhitungkan kepentingan semua anggota keluarga, strategi adaptif yang terpilih dapat menghasilkan resolusi yang lebih berkelanjutan dan mempererat hubungan di antara anggota keluarga.

Budaya dan Nilai

Budaya dapat didefinisikan sebagai pemikiran, kebiasaan, dan sesuatu yang berkembang dan sulit diubah. Budaya memiliki peran penting dalam mengatur bagaimana seseorang berperilaku, berinteraksi dengan orang lain, dan membentuk identitas masyarakat.³³ Kebudayaan memiliki makna bahwa kreativitas manusia adalah hasil perjuangan melawan waktu dan alam yang kuat, menunjukkan kemampuan manusia untuk mengatasi berbagai tantangan dalam hidup dan mencapai kebahagiaan dan ketentraman.³⁴ Budaya dan nilai anggota keluarga dapat mempengaruhi strategi adaptif yang digunakan dalam meredakan konflik keluarga. Individu yang berasal dari budaya dan nilai yang berbeda cenderung menggunakan strategi adaptif yang berbeda dalam meredakan konflik keluarga.³⁵ Hal ini dapat terjadi karena budaya ada tujuannya untuk mengatur dan mengikat norma dan perilaku sosial.³⁶

Budaya juga memainkan peran yang signifikan dalam mengarahkan strategi adaptif yang digunakan dalam meredakan konflik keluarga. Anggota keluarga yang berasal dari latar belakang budaya dan nilai yang berbeda seringkali membawa perspektif yang beragam dalam mengatasi konflik. Pemahaman yang berbeda tentang komunikasi, hierarki, dan

³³ Erikson Pane et al., "Sinergitas Budaya Mangokal Holi Dan Taurat Sebagai Upaya Inkulturasi," *Jurnal Teologi Pengarah* 4, no. 2 (2022), accessed March 8, 2023, <https://journaltiranus.ac.id/ojs/index.php/pengarah/article/view/118>.

³⁴ Janes Sinaga et al., "Social Solidarity: Getting to Know the Uniqueness and Cultural Appeal of Traditional Dayak Tribes," *East Asian Journal of Multidisciplinary Research* 2, no. 4 (2023): 1661–1674.

³⁵ Gottman and Silver, *The Seven Principles for Making Marriage Work: A Practical Guide from the Country's Foremost Relationship Expert*.

³⁶ Rimon et al., "Metode Pengembalaan Melalui Pendekatan Lintas Budaya," *ELEOS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 1 (July 27, 2022): 68–80, accessed January 1, 2023, <https://sttkalvari.ac.id/ojs/index.php/eleos/article/view/24>.

norma sosial dapat membentuk strategi adaptif yang beragam pula. Misalnya, keluarga dengan budaya yang menghargai kerjasama dan harmoni mungkin cenderung memilih pendekatan yang menekankan negosiasi dan penghindaran konflik terbuka. Sebaliknya, keluarga dengan budaya yang menekankan ekspresi diri dan kepemimpinan pribadi mungkin lebih cenderung terbuka terhadap konfrontasi terbuka dalam mengatasi masalah.

Budaya tidak hanya menciptakan pandangan dan nilai yang unik, tetapi juga memberikan landasan bagi pilihan strategi adaptif dalam meredakan konflik. Dalam menghadapi tantangan konflik dalam konteks budaya yang beragam, penting untuk memiliki keterbukaan dan pemahaman yang mendalam terhadap perspektif yang berbeda, sehingga resolusi konflik dapat dicapai dengan menghormati keberagaman nilai dan pendekatan yang ada. Dengan mengakui peran budaya dalam membentuk strategi adaptif, kita dapat membangun landasan yang kuat untuk meredakan konflik keluarga dengan cara yang konstruktif dan menghormati nilai-nilai yang ada.

KESIMPULAN

Dalam penelitian ini, kami menyelidiki peranan strategi adaptif dalam meredakan konflik dalam konteks keluarga. Hasil analisis mendalam terhadap pengalaman anggota keluarga mengungkapkan bahwa strategi adaptif memegang peranan penting dalam mitigasi konflik. Kesadaran akan perbedaan pendapat, kemampuan komunikasi yang efektif, serta kemauan untuk mengakomodasi dan beradaptasi dengan perubahan dalam dinamika keluarga telah terbukti menjadi elemen krusial dalam mengatasi pertikaian. Strategi adaptif juga melibatkan pengelolaan emosi yang sehat, memungkinkan keluarga untuk menghindari reaksi impulsif dan meningkatkan pemahaman kolektif tentang konflik yang sedang dihadapi. Dalam keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa strategi adaptif bukan hanya menjembatani resolusi konflik, tetapi juga mendukung pertumbuhan emosional dan hubungan yang lebih erat di dalam keluarga. Oleh karena itu, pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana strategi adaptif dapat diterapkan secara efektif dapat memberikan panduan berharga bagi keluarga dalam menjaga harmoni dan keseimbangan dalam dinamika rumah tangga.

REFERENSI

- Amato, Paul R., and Alan Booth. *A Generation at Risk : Growing up in an Era of Family Upheaval*. Harvard University Press, 1997.
- Andreas B. Subagyo. *Pengantar Riset Kuantitatif Dan Kualitatif, Termasuk Riset Teologi Dan Keagamaan*. Bandung: Kalam Hidup, 2004.
- Atieka, Nurul. "Mengatasi Konflik Rumah Tangga (Studi Bk Keluarga)." *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling* 1, no. 1 (2011): 45.
- Atmodjo, Sunarno Sastro, Yusuf Gunawan, Bambang Triono, Wisnu Tri Oka, Dameria Lumbantobing, Denny R.B Saroinsong, Janes Sinaga, et al. *BUKU ANTOLOGI TEOLOGI KONTEMPORER*. Purbalingga: EUREKA MEDIA AKSARA, 2022.

- <https://repository.penerbiteureka.com/publications/559609/>.
- Fadhil, Ahmad. “Konseling Keluarga Dalam Perspektif Karisma Max Weber Untuk Mengatasi Konflik Pasangan Suami Istri.” *Jurnal al-Shifa Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 1 (2022): 1–20.
- Gottman, John M., and Nan Silver. *The Seven Principles for Making Marriage Work: A Practical Guide from the Country’s Foremost Relationship Expert*. Crown Publishers imprint (Three Rivers Press), 1999.
- Lusiana Sinambela, Juita, Janes Sinaga, and Beni Chandra Purba. “Recognition of Sins, the Way of Forgiveness and Purification Through Jesus Christ Based on 1 John 1: 9.” *International Journal of Scientific Multidisciplinary Research* 1, no. 1 (March 1, 2023): 35–46. Accessed March 8, 2023. <https://journal.formosapublisher.org/index.php/ijsmr/article/view/3205>.
- Mohamad Muspawi. “Manajemen Konflik (Upaya Penyelesaian Konflik Dalam Organisasi).” *Jurnal Penelitian Universitas Jambi Seri Humaniora penawar* 16, no. 2 (2014): 41–46. <https://www.neliti.com/id/publications/43447/manajemen-konflik-upaya-penyelesaian-konflik-dalam-organisasi>.
- Nisa, Suvia. “Konflik Suami Istri Dalam Keluarga Selaput Kosong.” *Skripsi* 30, no. 28 (2019): 5053156.
- Pane, Erikson, Bartholomeus Diaz Nainggolan, Exson Pane, and Janes Sinaga. “Sinergitas Budaya Mangokal Holi Dan Taurat Sebagai Upaya Inkulturasi.” *Jurnal Teologi Pengarah* 4, no. 2 (2022). Accessed March 8, 2023. <https://journaltiranus.ac.id/ojs/index.php/pengarah/article/view/118>.
- Pelt, Nancy L. Vant. *Menyelesaikan Konflik*. Bandung: Penerbit Advent Indonesia, 2021.
- Rimon, Jonas Simanjuntak, Janes Sinaga, and Juita Lusiana Sinambela. “Metode Pengembalaan Melalui Pendekatan Lintas Budaya.” *ELEOS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 1 (July 27, 2022): 68–80. Accessed January 1, 2023. <https://sttkalvari.ac.id/ojs/index.php/eleos/article/view/24>.
- Sinaga, Dina Julyanti, Janes Sinaga, and Juita Lusiana Sinambela. “Konflik Sikap Orang Yang Kerasukan Setan: Menyembah Atau Menolak Kristus-Ilahi Berdasarkan Markus 5:7.” *Mutiara : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia* 1, no. 1 (July 1, 2023): 1–8. Accessed September 17, 2023. <https://jurnal.tiga-mutiara.com/index.php/jimi/article/view/2>.
- Sinaga, Janes, Indrayadi, Juita Lusiana Sinambela, and Reviandari Widyatingtyas. “Social Solidarity: Getting to Know the Uniqueness and Cultural Appeal of Traditional Dayak Tribes.” *East Asian Journal of Multidisciplinary Research* 2, no. 4 (2023): 1661–1674.
- Sinaga, Janes, Juita Lusiana Sinambela, Kingston Pandiangan, and Beni Chandra Purba. “Impian Keluarga Bahagia: Memilih Pasangan Hidup Yang Seimbang Menurut Kristen.” *Indonesian Journal of Psychology and Behavioral Science* 1, no. 1 (May 27, 2023): 11–22. Accessed August 17, 2023. <https://journal.formosapublisher.org/index.php/mental/article/view/3128>.

- Sinaga, Janes, Stepanus Pelawi, Max Lucky tinenti, Juita Lusiana Sinambela, Kata kunci, and Pernikahan Kembali. "Perceraian Dan Pernikahan Kembali Berdasarkan Markus 10:1-11." *Indonesian Journal of Christian Education and Theology* 1, no. 1 (August 31, 2022): 6–15. Accessed October 6, 2022. <https://journal.formosapublisher.org/index.php/ijcet/article/view/1085>.
- Sinaga, Janes, Rudolf Weindra Sagala, Rolyana Ferinia, and Stimson Hutagalung. "FUNGSI GURU PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN DALAM PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK DI SEKOLAH KRISTEN." *SESAWI: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen* 3, no. 1 (December 27, 2021): 58–73. Accessed July 20, 2022. <http://sttsabdaagung.ac.id/e-journal/index.php/sesawi/article/view/65>.
- Sinaga, Janes, Ramlan Woran, and Juita Lusiana Sinambela. "The Role Of Friendship In Character Development: Lessons From The Biblical Story Of David And Jonathan." *Berumpun: Journal of Social, Politics, and Humanities* 5, no. 1 (March 30, 2022): 1–8. Accessed August 12, 2023. <https://berumpun.ubb.ac.id/index.php/BRP/article/view/87>.
- Susilowati, Anggi Yus, and Andi Susanto. "STRATEGI PENYELESAIAN KONFLIK DALAM KELUARGA DI MASA PANDEMI COVID-19." *Hasanuddin Journal of Sociology (HJS)* 2, no. 2 (February 9, 2020): 88–97. Accessed August 17, 2023. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/HJS/article/view/12859>.
- "Arti Kata Konflik - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online." Accessed August 17, 2023. <https://kbbi.web.id/konflik>.