

Dinamika Dan Tantangan Siklus Perkembangan Keluarga Perspektif Evelyn Duvall

Ihda Lathif El'Arifah¹

ihdalathifelarifah@gmail.com

Lilik Sriyanti²

Itsna Hanifati Rosada³

^{1,2}Universitas Islam Negeri Salatiga

³Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Abstract

Throughout their life cycle, humans inevitably undergo a process of development, both physically and psychologically. The development process involves changes in physical, intellectual, social, moral, linguistic, emotional, and psychological aspects, including interest, motivation, attitude, personality, talent, and creativity. Each aspect essentially creates new combinations or relationships that then form different physical and psychological specializations between individuals. This research method uses normative research, which is research using literature as a source of data from journals discussing the psychology of life development. The family development cycle theory proposed by Evelyn Duvall provides a comprehensive understanding of the family life journey from the early stages of marriage to old age. Each stage has specific developmental tasks that need to be completed so that the family can function harmoniously and sustainably. Understanding these stages, from the adjustment of new couples, parenting, adolescent guidance, to old age, helps families build resilience, harmony, and emotional well being.

Keywords: Dynamics, Challenges, Family Cycle, Evelyn Duvall

Abstrak

Siklus kehidupannya, manusia pasti mengalami proses perkembangan baik dari segi fisik maupun psikologinya. Proses perkembangan, adanya perubahan-perubahan yang meliputi fisik, intelektual, sosial, moral, bahasa, emosi dan perasaan, minat, motivasi, sikap, kepribadian, bakat dan kreatifitas. Di mana dalam setiap aspek pada dasarnya membuat kombinasi-kombinasi atau hubungan baru yang kemudian membentuk spesialisasi fisik dan psikologis yang berbeda antara manusia yang satu dan lainnya. Metode penelitian ini menggunakan penelitian normative, merupakan penelitian menggunakan kepustakaan yang menjadi sumber data-data dari jurnal yang membahas mengenai psikologi perkembangan kehidupan. Teori siklus perkembangan keluarga yang dikemukakan oleh Evelyn Duvall memberikan pemahaman menyeluruh tentang perjalanan kehidupan keluarga sejak tahap awal pernikahan hingga memasuki masa lanjut usia. Setiap tahap memiliki tugas perkembangan tertentu yang perlu diselesaikan agar keluarga dapat berfungsi secara harmonis dan berkelanjutan. Pemahaman terhadap tahapan-tahapan tersebut mulai dari penyesuaian pasangan baru, pengasuhan anak, pendampingan remaja, hingga masa lansia membantu keluarga membangun ketahanan, keharmonisan, dan kesejahteraan emosional.

Kata Kunci: Dinamika, Tantangan, Siklus Keluarga, Evelyn Duvall

A. PENDAHULUAN

Keluarga sebagai sebuah lembaga terkecil, dibangun dari hubungan suami isteri. Dari hubungan tersebut, lahirlah anak-anak yang menjadi anggota terkecil. Fungsi dan kedudukan keluarga, bergantung pada perannya dalam masyarakat. Didalam perkembangannya keluarga diharapkan dapat memenuhi fungsinya, yaitu fungsi: biologis, ekonomis, social psikologis dan edukatif.

Keluarga Adalah lingkungan pertama yang memberikan pengaruh besar pada perkembangan individu. Sebagai unit terkecil dalam masyarakat, keluarga bukan hanya menjadi tempat tinggal, tetapi juga tempat pertama di mana seseorang mempelajari nilai-nilai sosial, norma, dan keterampilan emosional. Keluarga mampu memiliki cara tersendiri dalam membentuk kepribadian individu, sebuah keluarga dikatakan berhasil dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan individu yaitu dengan terbentuknya kepribadian yang matang dalam hidupnya sehingga menjadi seseorang yang bebas berekspresi, berekreasi, berprestasi, dan juga mengaktualisasikan dirinya dalam lingkungan masyarakat (Santrock, 2017).

Semua manusia memiliki siklus dalam kehidupannya, setiap siklus yang dimiliki terdapat proses perkembangan baik perkembangan dalam segi fisik maupun segi psikologinya. Tidak hanya orang tua, anak-anak juga memiliki proses pertumbuhan dan perkembangan yang setiap anak berhak memiliki pertumbuhan dan perkembangan dalam aspek fisik dan psikologinya. Pertumbuhan dan perkembangan seorang anak tidak lepas dari tanggung jawab orang tua maupun keluarga (Fatimah & Martoyo, 2025).

Dalam siklus kehidupannya, manusia pasti mengalami proses perkembangan baik dari segi fisik maupun psikologinya. Proses perkembangan, adanya perubahan-perubahan yang meliputi fisik, intelektual, sosial, moral, bahasa, emosi dan perasaan, minat, motivasi, sikap, kepribadian, bakat dan kreatifitas. Di mana dalam setiap aspek pada dasarnya membuat kombinasi-kombinasi atau hubungan baru yang kemudian membentuk spesialisasi fisik dan psikologis yang berbeda antara manusia yang satu dan lainnya (Jahja, 2011).

Keluarga sebagai fungsi biologis. Lembaga keluarga pada hakekatnya merupakan sebuah lembaga yang memiliki nilai social tinggi, karena didalamnya sangat diharapkan lahirnya keturunan yang akan dapat mewariskan nilai-nilai hidup, status dan kekayaan. Oleh sebab itu, fungsi biologis merupakan hal yang dibanggakan oleh para orang tua atau para wali. Melalui fungsi biologis atau reproduktif para orang tua atau para wali menitipkan kepada suami isteri itu bersifat sacral, mengingat hal ini sebagai generasi penerus nilai-nilai hidup.

Keluarga sebagai fungsi ekonomis. Keluarga merupakan sebuah kesatuan yang berfungsi ekonomis, artinya bahwa suami isteri memiliki peran yang sangat penting dalam memenuhi kewajiban sebagai pelindung dan pencari nafkah keluarga. Dalam upaya mencukupi kebutuhan keluarganya, suami sering Bersama isteri berusaha mencari pemenuhan kebutuhan hidup. Di banyak masyarakat, fungsi ekonomis dalam keluarga terutama dalam hal pemenuhan akan pangan, sandang dan beberapa kebutuhan material lainnya. Hal ini tergantung kepada pola hidup dalam keluarga masing-masing, yang terkait dengan penetapan status dalam keluarga itu sendiri, missal: pendidikan, kekayaan, dan sebagainya.

Keluarga sebagai fungsi social psikologis. Keluarga merupakan kelompok pertama yang dikenal anak dalam hubungan antar manusia, keluarga merupakan anak belajar dan menyatakan diri sebagai manusia sosial dalam hubungan interaksi dengan kelompoknya. Ibu merupakan salah satu anggota keluarga yang paling dekat hubungannya dengan anak, dengan demikian ibu sebagai memiliki peran penting dalam memonitor tumbuh

kembang anak sejak anak lahir di dunia dan selanjutnya pada fase tumbuh kembang berikutnya. Pengalaman interaksi social dalam keluarganya, akan menentukan cara-cara tingkah lakunya terhadap orang lain dalam pergaulan social di luar keluarganya dan masyarakat pada umumnya. Apabila interaksi sosialnya di dalam kelompok-kelompok karena beberapa sebab tidak lancar atau tidak wajar, maka kemungkinan besar interaksi sosialnya dengan masyarakat pada umumnya juga akan berlangsung tidak lancar atau tidak wajar. Jadi selain peran umum keluarga sebagai kerangka social yang pertama tempat manusia berkembang sebagai makhluk social, terdapat pula peran-peran tertentu di dalam keadaan keluarga yang dapat mempengaruhi perkembangan individu sebagai makhluk sosial.

Peranan-peranan tertentu di dalam keadaan-keadaan keluarga yang dapat mempengaruhi perkembangan individu sebagai makhluk social adalah: status sosio-ekonomi, keutuhan keluarga, sikap dan kebiasaan orang tua, status anak. Status sosio-ekonomi. Keadaan social ekonomi dalam keluarga tentu akan berpengaruh terhadap perkembangan anak-anak. Jika kita perhatikan, sebuah keluarga dengan status ekonomi yang cukup, maka lingkungan material yang dihadapi anak akan lebih luas. Kondisi yang demikian, memungkinkan anak memiliki kesempatan yang luas untuk mengembangkan bermacam-macam kecakapan yang tidak dapat dikembangkan tanpa adanya sarana dan prasarana. Hubungan dalam keluarga yang hidup dalam status social ekonomi serba cukup akan kurang atau bahkan tidak mengalami tekanan-tekanan fundamental seperti dalam memperoleh nafkah hidup yang memadai. Orang tua dapat terfokus perhatiannya pada kelangsungan pendidikan anaknya, karena mereka tidak merasa terbebani masalah-masalah kebutuhan primer kehidupannya.

Perkembangan sosiologi keluarga di masyarakat telah mengalami perubahan yang signifikan seiring dengan perubahan social yang terjadi. Masyarakat modern ditandai dengan adanya perubahan dalam struktur keluarga, nilai dan norma, serta peran dan fungsi keluarga. Perkembangan sosiologi keluarga di Masyarakat juga dipengaruhi oleh factor-faktor seperti urbanisasi, globalisasi, teknologi dan kemiskinan. Manusia dalam kesehariannya membutuhkan orang lain untuk saling melengkapi. Dalam kehidupan, manusia melewati beragam fase-fase dari dilahirkan sampai menua.

Manusia terus berkembang seiring dengan bertambahnya usia ke arah yang lebih matang, hingga pada saatnya akan dihadapkan pada tugas menjadi orangtua. Perkembangan digambarkan sebagai perubahan yang menyangkut segi kuantitatif dan kualitatif. Perkembangan merupakan suatu rangkaian perubahan yang bersifat progresif, teratur dan berkesinambungan serta akumulatif. Pengertian progresif berarti perubahan mempunyai arah maju dan bukan mundur. Pengertian teratur dan berkesinambungan berarti dalam perkembangan terdapat hubungan antara setiap Tingkat perkembangan dengan tingkat selanjutnya. Setiap perubahan yang terjadi tergantung pada perubahan sebelumnya dan sebaliknya akan mempengaruhi perubahan yang akan datang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tahapan perkembangan dalam keluarga serta tantangan dalam setiap fase pertumbuhan. Harapan dari penelitian ini memperkaya teori psikologi perkembangan, sosiologi keluarga, mengenai bagaimana keluarga beradaptasi dengan perubahan. Setiap siklus mempunyai tantangan yang berbeda dengan siklus lainnya.

B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan penelitian normative, merupakan penelitian menggunakan kepustakaan yang menjadi sumber data-data dari jurnal yang membahas mengenai psikologi perkembangan kehidupan. Atau penelitian eksplanatoris merupakan

suatu penelitian untuk menerangkan, memperkuat atau menguji dan bahkan menolak suatu teori atau hipotesis serta terhadap hasil penelitian yang ada (Kristiawanto, 2022). Pengambilan data menggunakan jurnal atau buku mengenai psikologi perkembangan kehidupan, kemudian dianalisis menggunakan teori-teori yang ada.

C. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memiliki peranan fundamental dalam pembentukan karakter, nilai, serta kesejahteraan psikologis individu. Dalam konteks sosial modern, keluarga tidak hanya dipandang sebagai wadah biologis dan ekonomi, tetapi juga sebagai sistem yang terus berkembang seiring perubahan zaman, peran gender, serta dinamika sosial yang semakin kompleks (Fitriani & Kurniawan, 2021). Perubahan gaya hidup, meningkatnya individualisme, serta penundaan usia pernikahan dan kelahiran anak menjadi faktor yang memengaruhi perjalanan kehidupan keluarga di era kontemporer (Brini et al., 2020).

Salah satu kerangka teoritis yang banyak digunakan untuk memahami perjalanan kehidupan keluarga adalah teori siklus perkembangan keluarga yang dikemukakan oleh Evelyn Duvall menjelaskan bahwa kehidupan keluarga berkembang melalui delapan tahap utama, mulai dari pasangan baru menikah yang belum mempunyai anak hingga keluarga lanjut usia. Setiap tahap memiliki tugas-tugas perkembangan tertentu yang harus diselesaikan agar keluarga dapat berfungsi secara harmonis dan berkelanjutan. Kegagalan menyelesaikan tugas pada satu tahap dapat berdampak pada munculnya konflik, ketidakseimbangan peran, dan bahkan disfungsi keluarga pada tahap berikutnya (Rahmawati & Sari, 2022).

Dalam menghadapi dinamika dan tantangan kehidupan masa kini, konsep siklus keluarga Duvall menjadi semakin relevan. Fenomena seperti *delayed marriage*, *childfree movement*, dan meningkatnya angka perceraian menunjukkan bahwa banyak pasangan menghadapi kesulitan dalam memenuhi tuntutan perkembangan di tahap awal kehidupan keluarga. Menurut penelitian terbaru oleh Kowal et al., (2021) perubahan nilai-nilai keluarga tradisional dan tekanan ekonomi global turut memengaruhi kesiapan emosional dan sosial pasangan muda dalam menjalani pernikahan dan membentuk keluarga. Oleh karena itu, memahami kembali setiap tahap dalam siklus perkembangan keluarga—beserta dinamika dan tantangannya—diperlukan untuk memperkuat ketahanan keluarga di tengah perubahan sosial yang cepat.

Perkembangan Awal Pernikahan

Menikah adalah kegiatan menyatukan 2 orang menjadi sebuah keluarga, dan membangun keluarga itu sendiri. Keputusan untuk siap menikah adalah hal yang besar dan harus dipikirkan dengan matang. Banyak tanggung jawab yang ikut bersama akad yang diucapkan itu, karena menikah bukan hanya sebuah akad. Menikah juga menjadi sebuah ibadah untuk melanjutkan peradaban dan membangun keluarga yang sakinah. Permasalahan pasangan akan menjadi permasalahan bersama setelah mereka menikah, sehingga kedua pasangan harus dapat menerima semua kekurangan dan ketidaksempurnaan pasangan mereka (Risma, 2023).

Pernikahan adalah tujuan dari sebuah hubungan, memang benar jika banyak pasangan kekasih yang sudah menyiapkan diri mereka secara fisik, mental, dan finansial. Pasangan yang sudah menikah akan mampu mempersiapkan hubungan mereka secara lebih matang dengan dukungan orang-orang disekitarnya yang memang sudah berpengalaman dalam pernikahan, ketika mereka memutuskan untuk melangkah ke jenjang yang lebih jauh. Keputusan untuk menikah adalah sebuah langkah yang besar.

Tanggung jawab sepasang kekasih juga tidak setara dengan tanggung jawab sepasang suami istri. Kehidupan setelah menikah memang berbeda pada saat pasangan masih hanya menjadi kekasih, karena sebagian besar dari aktivitas yang dilakukan wanita harus melibatkan suami mereka.

Masa awal pernikahan memang masa yang rawan bagi pasangan seperti penelitian yang pernah dilakukan Duvall dan Miller (1985). Usia pernikahan dua sampai lima tahun menjadi usia pernikahan yang krisis dan memiliki banyak konflik. Hal ini terjadi karena banyak hal baru yang terjadi dalam rumah tangga seperti hadirnya pasangan, keluarga pasangan, dan juga anak. Usia pernikahan lima tahun pertama ini menjadi masa penentu pernikahan. Oleh karena itu, setelah pasangan melewati masa krisisnya dalam lima tahun pertama pernikahannya, konflik yang terjadi akan lebih mudah untuk dihadapi karena pembelajaran yang telah dilakukan.

Spanier dalam Fitzpatrick & Best (1979) menyebutkan terdapat empat dimensi dalam penyesuaian perkawinan, antara lain:

1. *Dyadic consensus* atau kesepakatan antar pasangan, merupakan aspek-aspek mengenai persepsi masing-masing individu terkait kesepakatan bersama pada berbagai hal penting dalam hubungan seperti masalah keuangan, agama, serta tugas rumah tangga
2. *Dyadic satisfaction* atau kepuasan antar pasangan, berisi aspek-aspek terkait persepsi individu tentang perasaan Bahagia yang dirasakan individu dalam hubungan tersebut, intensitas terjadinya konflik, pernah tidaknya membahas soal perceraian dan komitmen masing-masing terhadap masa depan hubungan mereka
3. *Dyadic cohesion* atau kohesivitas antar pasangan, berisi aspek-aspek terkait persepsi individu mengenai seberapa erat hubungan keduanya, dilihat dari frekuensi pasangan menghabiskan waktu Bersama atau melakukan outside interest, saling bertukar pikiran, berdiskusi, tertawa bersama, dan menjalankan sesuatu bersama.
4. *Affectional expression* atau ungkapan kasih sayang, berisi persepsi individu mengenai kesepakatan keduanya dalam mengekspresikan kasih sayang maupun memenuhi kebutuhan seksual.

Pasangan Yang Baru Mempunyai Anak Pertama

Tahap *child-bearing family* menurut teori Evelyn M. Duvall merupakan fase kedua dalam siklus kehidupan keluarga yang dimulai sejak kelahiran anak pertama hingga anak berusia sekitar tiga puluh bulan. Pada tahap ini, terjadi perubahan yang signifikan dalam struktur dan fungsi keluarga karena hadirnya anggota baru yang mengubah sistem relasi dari pasangan suami istri menjadi keluarga dengan anak. Perubahan ini menuntut adanya penyesuaian peran, tanggung jawab, serta dinamika emosional di antara pasangan. Duvall menekankan bahwa setiap tahap perkembangan keluarga memiliki tugas perkembangan yang harus diselesaikan agar keluarga dapat berfungsi secara sehat dan adaptif (Lang, 2020).

Tugas perkembangan utama pada tahap *child-bearing* meliputi penyesuaian diri terhadap peran baru sebagai orang tua, pengintegrasian bayi ke dalam sistem keluarga, penciptaan lingkungan rumah yang aman dan nyaman, serta pemeliharaan stabilitas hubungan perkawinan meskipun fokus perhatian mulai terpusat pada pengasuhan anak. Pada tahap ini, keseimbangan antara peran sebagai pasangan dan orang tua menjadi tantangan utama. Pasangan diharapkan mampu membangun komunikasi yang efektif, berbagi tanggung jawab dalam perawatan anak, serta mengelola tekanan emosional akibat meningkatnya tuntutan peran keluarga (Nichols, M. P. & Schwartz, 2021).

Penyesuaian ini berfungsi sebagai dasar penting bagi pembentukan pola asuh, relasi keluarga, dan kestabilan emosi yang akan berlanjut ke tahap perkembangan berikutnya.

Selain tuntutan peran yang meningkat, tahap *child-bearing* juga ditandai oleh berbagai dinamika dan tantangan yang kompleks. Kehadiran anak pertama sering kali menimbulkan tekanan emosional dan fisik bagi orang tua, termasuk kelelahan, stres pengasuhan, dan penurunan kualitas hubungan perkawinan akibat berkurangnya waktu bersama pasangan. Kondisi ekonomi, perubahan pola tidur, dan pembagian tugas domestik sering menjadi sumber konflik baru dalam rumah tangga (Nomaguchi & Milkie, 2020). Dalam konteks keluarga modern, tantangan ini semakin besar karena adanya tuntutan karier dan keterbatasan dukungan sosial, terutama bagi pasangan muda yang tinggal jauh dari keluarga besar (Beasley et al., 2022). Penelitian menunjukkan bahwa ketidakseimbangan antara tanggung jawab pengasuhan dan pekerjaan dapat meningkatkan risiko stres orang tua dan menurunkan kepuasan perkawinan (Lee et al., 2022). Oleh karena itu, kemampuan keluarga dalam mengelola stres, membangun sistem dukungan sosial, serta menjaga komunikasi yang terbuka menjadi faktor penting dalam mempertahankan kesejahteraan keluarga pada tahap ini.

Penelitian mutakhir menunjukkan bahwa kesejahteraan keluarga pada tahap ini sangat dipengaruhi oleh kemampuan adaptasi terhadap perubahan jumlah anggota keluarga serta peningkatan tanggung jawab peran. Kumhom et al., (2020) menemukan bahwa perubahan jumlah anak memiliki hubungan yang signifikan dengan persepsi keluarga terhadap kesejahteraan dalam berbagai fase siklus kehidupan keluarga, khususnya pada fase awal setelah kelahiran anak pertama. Hasil ini mengindikasikan bahwa keberhasilan keluarga dalam melewati tahap *child-bearing* sangat bergantung pada kemampuan pasangan suami istri dalam menyeimbangkan peran sebagai pasangan dan orang tua, mengelola stres, serta mengembangkan komunikasi yang efektif agar dapat bertransisi secara optimal menuju tahap perkembangan keluarga berikutnya.

Keluarga Dengan Anak Prasekolah (2,5–6 tahun)

Tahap keluarga dengan anak prasekolah merupakan salah satu fase penting dalam siklus kehidupan keluarga yang ditandai dengan meningkatnya kebutuhan anak akan perhatian, kasih sayang, serta stimulasi perkembangan yang seimbang. Pada periode ini, keluarga dituntut untuk menyesuaikan diri terhadap kebutuhan spesifik anak, memberikan stimulasi positif bagi pertumbuhan kognitif dan sosial-emosional, serta menjaga stabilitas hubungan pasangan di tengah meningkatnya tuntutan pengasuhan. Duval menekankan bahwa keberhasilan keluarga dalam memenuhi kebutuhan anak pada masa prasekolah akan menjadi fondasi penting bagi perkembangan kepribadian dan penyesuaian sosial anak di masa selanjutnya.

Dalam konteks kehidupan modern, tahap ini menghadapi berbagai dinamika dan tantangan baru. Alcon (2024) mengungkapkan bahwa pandemi COVID-19 berdampak signifikan terhadap perkembangan anak usia prasekolah, terutama dalam aspek sosial-emosional, kemampuan atensi, dan keterampilan motorik halus. Selain itu, Cascio (2021) menyatakan bahwa pandemi turut memperlebar kesenjangan akses terhadap layanan pendidikan anak usia dini (*Early Care and Education/ECE*), sehingga anak-anak dari keluarga berpendapatan rendah lebih rentan mengalami hambatan perkembangan. Di sisi lain, meningkatnya penggunaan gawai dan berkurangnya waktu bermain langsung juga menjadi tantangan tersendiri bagi keluarga (McArthur et al., 2021). Oleh karena itu, keluarga perlu memperkuat dukungan stimulatif di rumah, menyeimbangkan aktivitas digital dan interaksi nyata, serta menjaga kesehatan mental orang tua agar tugas perkembangan Duval pada fase prasekolah dapat tercapai secara optimal.

Keluarga Dengan Anak Usia Sekolah

Tahap keluarga dengan anak usia sekolah ditandai dengan tanggung jawab orang tua dalam membantu sosialisasi anak ke lingkungan luar rumah, terutama sekolah dan masyarakat. Pada fase ini, keluarga berperan penting dalam mendukung pencapaian pendidikan anak, mengembangkan keterampilan sosial, serta menanamkan nilai-nilai moral dan disiplin. Orang tua diharapkan mampu menyeimbangkan pemberian kebebasan dan pengawasan agar anak belajar mandiri namun tetap berada dalam batas tanggung jawab yang wajar. Struktur rutinitas keluarga biasanya menjadi lebih kompleks karena meningkatnya kegiatan anak di luar rumah, seperti tugas sekolah, kegiatan ekstrakurikuler, serta pergaulan teman sebaya. Dengan demikian, keberhasilan keluarga dalam tahap ini sangat bergantung pada kemampuan orang tua mengatur waktu, komunikasi, dan pola asuh yang konsisten agar perkembangan anak berlangsung optimal sesuai tugas perkembangan keluarga yang digariskan Duvall.

Namun, dinamika kehidupan modern menghadirkan tantangan baru dalam menjalankan peran tersebut. Sejak tahun 2020, pandemi COVID-19 telah mengubah pola pendidikan dan interaksi sosial anak usia sekolah secara drastis. Pembelajaran daring dan penutupan sekolah menyebabkan meningkatnya stres pengasuhan, kelelahan emosional, dan gangguan komunikasi keluarga (Chen et al., 2022). Orang tua dituntut untuk berperan ganda sebagai pendidik di rumah sekaligus pekerja, yang dalam banyak kasus menimbulkan konflik peran dan menurunkan kualitas hubungan dengan anak. Selain itu, kesenjangan akses digital (*digital divide*) serta tekanan ekonomi memperburuk ketimpangan dalam pendidikan dan kesejahteraan keluarga (OECD, 2021). Penelitian lain menunjukkan bahwa stres orang tua yang tinggi selama mendampingi pembelajaran daring berdampak langsung terhadap kesejahteraan psikologis anak dan efektivitas belajar (Mawarni, D., Nugroho, A., & Lestari, 2021). Oleh karena itu, tahap keluarga dengan anak usia sekolah saat ini tidak hanya menuntut pemenuhan tugas perkembangan Duvall secara tradisional, tetapi juga memerlukan dukungan sistemik melalui kebijakan sosial, layanan kesehatan mental, dan pendidikan inklusif digital agar keluarga mampu beradaptasi dengan dinamika dan tantangan kehidupan modern.

Keluarga Dengan Anak Remaja (13–20 tahun)

Pada tahap keluarga dengan anak remaja (13–20 tahun) dalam siklus kehidupan keluarga menurut Duvall, keluarga menghadapi dinamika yang kompleks karena anak sedang berada pada fase pencarian identitas, peningkatan kemandirian, serta perluasan hubungan sosial dan emosional. Duvall menegaskan bahwa tugas utama pada tahap ini adalah memberikan kebebasan yang seimbang dan penuh tanggung jawab kepada remaja, tanpa mengabaikan nilai-nilai keluarga dan fungsi bimbingan orang tua (Duvall, 2001). Pada masa ini, orang tua perlu menyesuaikan pola komunikasi, membangun hubungan yang lebih egaliter, serta mengembangkan kepercayaan agar remaja dapat mengekspresikan pendapat dan mengambil keputusan dengan bijak. Penelitian menunjukkan bahwa fungsi keluarga — meliputi kohesi, fleksibilitas, dan komunikasi terbuka — sangat berperan dalam membentuk kesejahteraan psikologis remaja. Studi longitudinal oleh Lee et al. (2022) menemukan bahwa keluarga dengan kohesi rendah memiliki kecenderungan lebih tinggi terhadap munculnya stres dan depresi pada remaja.

Tahap ini juga diwarnai oleh berbagai tantangan perkembangan dan sosial yang harus dihadapi keluarga. Pergeseran peran orang tua dari pengasuh penuh menjadi fasilitator kemandirian menimbulkan potensi konflik generasi, terutama ketika remaja menuntut otonomi yang lebih besar. Selain itu, pengaruh lingkungan eksternal seperti media sosial, tekanan akademik, dan dinamika kelompok sebaya dapat memperkuat atau

justru memperlemah hubungan keluarga. Dalam konteks Indonesia, Kustanti, E. R. et al., (2022) menemukan bahwa pengasuhan yang adaptif, yaitu yang mampu menyeimbangkan kontrol dan dukungan emosional, berkontribusi terhadap kemampuan remaja dalam mengelola emosi dan mengambil keputusan secara mandiri. Oleh karena itu, keluarga pada tahap ini dituntut untuk memperkuat komunikasi dua arah, membangun kedekatan emosional, serta menyesuaikan nilai dan peran agar tetap selaras dengan perubahan sosial yang cepat di era modern.

Keluarga Dengan Anak Dewasa Yang Mulai Meninggalkan Rumah

Tahap keluarga dengan anak dewasa yang mulai meninggalkan rumah atau *launching families* merupakan fase penting dalam siklus kehidupan keluarga. Pada tahap ini, anak-anak bertransisi menuju kemandirian baik melalui pendidikan, pekerjaan, maupun pernikahan sementara orang tua dihadapkan pada perubahan peran dan struktur keluarga. Duvall menekankan bahwa tugas perkembangan utama pada fase ini adalah membantu anak menjadi mandiri, mempertahankan keintiman pasangan, menata kembali sumber daya keluarga, serta menerima kepergian anak secara emosional. Dalam konteks kehidupan modern, fase ini semakin kompleks karena perubahan sosial, ekonomi, dan budaya yang memperpanjang masa ketergantungan anak pada orang tua. Penelitian terkini menunjukkan bahwa proses *launching* kini tidak lagi linier, karena sebagian anak kembali tinggal bersama orang tua setelah sempat mandiri, yang dikenal dengan fenomena *boomerang generation*. Kondisi ini menimbulkan dinamika baru dalam hubungan antar generasi dan menuntut keluarga untuk beradaptasi terhadap pola hidup yang lebih fleksibel (Hartanto et al., 2024).

Tantangan lain yang muncul dalam fase ini adalah perasaan kehilangan atau sindrom *empty nest*, yaitu kesedihan dan kekosongan psikologis yang dialami orang tua ketika anak-anak mulai meninggalkan rumah (Khatir, 2024). Fenomena ini sering kali memicu stres emosional, perubahan identitas peran, bahkan gangguan hubungan suami-istri jika pasangan gagal membangun kembali kedekatan setelah berfokus lama pada pengasuhan anak. Namun demikian, beberapa penelitian menunjukkan bahwa fase ini juga dapat menjadi peluang untuk pertumbuhan pribadi dan hubungan yang lebih harmonis, terutama jika pasangan mampu menyesuaikan diri dan membangun komunikasi yang positif (Collischon, 2024). Dengan demikian, tahap *launching families* menurut Duvall bukan sekadar masa perpisahan antara orang tua dan anak, tetapi juga masa penataan ulang fungsi, peran, dan makna keluarga di tengah dinamika dan tantangan kehidupan modern yang semakin kompleks.

Keluarga Usia Pertengahan (*middle-age family*)

Tahap keluarga usia pertengahan (*middle-age family*) merupakan fase ketika pasangan hidup berfokus pada penyesuaian diri terhadap perubahan peran setelah anak-anak dewasa atau mulai meninggalkan rumah. Pada tahap ini, tugas perkembangan keluarga meliputi memelihara kembali keintiman perkawinan, mengelola waktu luang, memulihkan hubungan antar generasi, serta mempersiapkan diri menghadapi masa pensiun. Keluarga di tahap ini juga mulai beradaptasi terhadap penurunan peran sebagai orang tua utama dan meningkatkan peran sosial di masyarakat. Duvall menekankan bahwa keberhasilan dalam menjalankan tugas perkembangan ini akan memengaruhi keseimbangan emosional dan stabilitas hubungan keluarga pada tahap selanjutnya.

Namun, penelitian mutakhir menunjukkan bahwa tahap usia pertengahan membawa dinamika dan tantangan baru seiring perubahan sosial, ekonomi, dan teknologi yang cepat. Fenomena *empty nest* dan *sandwich generation* menjadi tantangan

umum yang dihadapi keluarga, di mana orang tua harus menyesuaikan diri dengan kepergian anak-anak sekaligus merawat orang tua lanjut usia (Kwon, Y., Park, H., & Lee, 2021). Selain itu, Carr (2022) menegaskan bahwa tekanan psikologis akibat perubahan identitas, kesepian, serta tuntutan finansial sering menimbulkan stres dan menurunkan kesejahteraan emosional. Penelitian (Nomaguchi, K. & Milkie, 2021; Risma, 2023) bahkan menemukan bahwa individu usia pertengahan menghadapi peningkatan risiko isolasi sosial dan penurunan kesejahteraan mental dibandingkan dekade sebelumnya. Oleh karena itu, tahap keluarga usia pertengahan tidak hanya menjadi masa *stability* as, tetapi juga periode transisi yang menuntut kemampuan adaptasi tinggi terhadap dinamika peran dan hubungan antargenerasi.

Keluarga Lanjut Usia (*aging family*)

Tahap keluarga lanjut usia (*aging family*) menurut kerangka perkembangan keluarga yang dikemukakan oleh Duvall merupakan fase terakhir dalam siklus kehidupan keluarga, di mana pasangan suami istri dihadapkan pada perubahan besar dalam fungsi fisik, psikologis, dan sosial. Pada tahap ini, individu mulai menyesuaikan diri dengan masa pensiun, kehilangan pasangan hidup, serta perubahan peran dalam keluarga dan masyarakat. Duvall menekankan bahwa tugas perkembangan utama pada fase ini meliputi penyesuaian terhadap masa pensiun, mempertahankan keakraban pasangan, melakukan refleksi kehidupan (*life review*), serta menerima kematian sebagai bagian alami dari siklus kehidupan (Nichols, M. P. & Schwartz, 2021). Sejalan dengan hal tersebut, penelitian mutakhir menunjukkan bahwa masa lanjut usia bukan sekadar periode kemunduran, melainkan juga fase untuk mencapai kebijaksanaan hidup, memperkuat hubungan sosial, dan mengalihkan peran produktif menjadi peran pendukung bagi generasi berikutnya (Carr, 2020).

Namun, dinamika dan tantangan kehidupan modern menjadikan tahap *aging family* semakin kompleks. Lansia kini menghadapi berbagai tekanan seperti meningkatnya harapan hidup, keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan, serta melemahnya dukungan sosial akibat perubahan struktur keluarga yang lebih kecil dan mobilitas anak yang tinggi (Palm, 2023). Selain itu, muncul fenomena *sandwich generation*, di mana generasi paruh baya harus menanggung tanggung jawab ganda dalam merawat orang tua lanjut usia sekaligus mendukung anak-anaknya. Situasi ini dapat menimbulkan stres emosional, beban ekonomi, serta risiko kesepian bagi lansia jika tidak ditangani dengan baik. Oleh karena itu, pada tahap keluarga lanjut usia, diperlukan strategi adaptif seperti penguatan jejaring sosial, pengelolaan finansial, dan dukungan intergenerasional agar kesejahteraan fisik dan psikologis lansia tetap terjaga (Rahmawati & Sari, 2022).

D. KESIMPULAN

Teori siklus perkembangan keluarga yang dikemukakan oleh Evelyn Duvall memberikan pemahaman menyeluruh tentang perjalanan kehidupan keluarga sejak tahap awal pernikahan hingga memasuki masa lanjut usia. Setiap tahap memiliki tugas perkembangan tertentu yang perlu diselesaikan agar keluarga dapat berfungsi secara harmonis dan berkelanjutan. Pemahaman terhadap tahapan-tahapan tersebut mulai dari penyesuaian pasangan baru, pengasuhan anak, pendampingan remaja, hingga masa lansia membantu keluarga membangun ketahanan, keharmonisan, dan kesejahteraan emosional. Dalam konteks masyarakat modern, teori ini tetap relevan karena mampu menggambarkan perubahan struktur dan peran keluarga seiring dengan perkembangan sosial, ekonomi, dan teknologi yang terus berkembang. Keberhasilan keluarga dalam

melalui setiap fase bergantung pada kemampuan adaptasi, komunikasi yang efektif, serta dukungan sosial yang berkesinambungan.

Kehidupan keluarga tidaklah statis, melainkan senantiasa bergerak mengikuti dinamika dan tantangan zaman. Perubahan nilai, tekanan ekonomi, serta tuntutan sosial menuntut keluarga untuk lebih tangguh dan fleksibel dalam menghadapi setiap fase kehidupan. Pada tahap keluarga lanjut usia (*aging family*), misalnya, individu ditantang untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisik, kehilangan pasangan, serta pergeseran peran sosial, sembari tetap menjaga hubungan antargenerasi dan kesejahteraan psikologis. Dengan demikian, teori Duvall tidak hanya menggambarkan urutan perkembangan keluarga, tetapi juga menegaskan bahwa ketahanan dan keharmonisan keluarga akan terus diuji oleh dinamika dan tantangan kehidupan yang menjadi bagian tak terpisahkan dari perjalanan manusia itu sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Alcon, S. (2024). Early Childhood Development And Parental Adaptation During The COVID-19 Pandemic. *Early Education Research Journal*, 32(2), 112–128.
- Beasley, A., Ridgeway, R., & Jacobson, L. (2022). Work–family balance and parental well-being: Challenges of the child-bearing stage. *Journal of Family Psychology*, 36(4), 725–739.
- Brini, E., D'Alesandro, R., & Vignoli, D. (2020). Family Transitions In Modern Societies: Patterns And Determinants Of Delayed Marriage. *European Journal of Population Studies*, 36(3), 401–422.
- Carr, D. (2020). *Golden years? Social inequality in later life*. New York: Russel Sage Foundation.
- Carr, D. (2022). Middle adulthood transitions: Family, identity, and well-being. *Journal of Aging Studies*, 61(2), 101–105.
- Cascio, E. U. (2021). Early childhood education and care during COVID-19: Inequality in access and outcomes. *Educational Researcher*, 71(3), 587–604.
- Chen, Y., Byrne, S., & Vélez, C. (2022). Parenting stress and family communication during pandemic home learning. *Family Relations*, 71(3), 587–604.
- Collischon, M. (2024). Empty nest and relationship quality in middle-aged couples: Rethinking family transitions. . . *Journal of Family Research*, 36(2), 219–240.
- Fitriani, A., & Kurniawan, B. (2021). Transformasi fungsi keluarga di era modern: Tinjauan sosiologis dan psikologis. *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 5(2), 89–104.
- Hartanto, Y., Lee, S., & Wong, M. (2024). Boomerang generation and intergenerational living: Impacts on family cohesion. *Journal of Family and Economic Issues*, 45(1), 98–113.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Khatir, R. (2024). Empty nest syndrome and emotional adaptation among parents in midlife. *Asian Journal of Family Studies*, 18(2), 155–172.
- Kowal, P., Kato, K., & Behrens, J. (2021). Changing family values and the emotional readiness for marriage among millennials. International . *Journal of Family Sociology*, 13(4), 367–382.
- Kristiawanto, D. (2022). *Metode penelitian normatif dalam ilmu sosial dan humaniora*. Surabaya: Media Ilmiah Nusantara.
- Kumhom, S., Phanchaoenworakul, K., & Chotiga, P. (2020). Family well-being across the family life cycle: A longitudinal approach. *Asian Social Work and Policy Review*, 1(4), 54–68.
- Kustanti, E. R., Anindita, A., & Fitria, N. (2022). 022). Pola pengasuhan adaptif dan kesejahteraan psikologis remaja Indonesia. *Jurnal Psikologi Perkembangan Dan Pendidikan*, 8(3), 215–230.
- Kwon, Y., Park, H., & Lee, J. (2021). Sandwich generation stress and coping among middle-aged families. *Family and Society Journal*, 22(4), 299–312.
- Lang, F. R. (2020). Parenthood and marital adjustment in early family development. *Journal of Family Theory & Review*, 12(3), 360–375.
- Lee, J., Cho, H., & Park, S. (2022). Work-family conflicts and parental stress in dual-earner households. *Family Process*, 61(2), 487–496.
- Mawarni, D., Nugroho, A., & Lestari, R. (2021). Dampak Pembelajaran Daring Terhadap Stres Orang Tua Dan Kesejahteraan Anak Usia Sekolah. *Jurnal Pendidikan Dan Psikologi Indonesia*, 5(2), 110–122.
- McArthur, B., Lemay, E., & Hudon, G. (2021). Screen Time And Early Child Development: Parental Mediation And Family Interaction. *Frontiers in Psycholog*, 12(2), 65–84.

- Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (2021). *Family Therapy: Concepts And Methods (6th Ed.)*. Boston: Allyn And Bacon.
- Nomaguchi, K., & Milkie, M. A. (2021). Parenthood And Well-Being: A Decade In Review. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 198–223.
- OECD. (2021). The State Of Education And Digital Learning In The COVID-19 Era. *Paris: OECD Publishing*.
- Palm, R. (2023). Aging In Transition: Intergenerational Care And Wellbeing Among Older Adults. *Journal of Family Studies*, 29(2), 215–230.
- Rahmawati, D., & Sari, L. P. (2022). Analisis Teori Duvall Dalam Konteks Keluarga Modern. *Jurnal Psikologi Keluarga Dan Perkembangan*, 7(1), 45–50.
- Risma, E. (2023). *Adaptasi Wanita Di Awal Pernikahan Women Adaptation in Early Marriage Abstrak*. 10(03), 6–7.
- Santrock, J. W. (2017). *Life-Span Development (17th Ed.)*. New York: Mcgraw-Hill Education.