

Internalisasi nilai-nilai Pancasila sebagai landasan pembentukan keseimbangan psikologis dalam keluarga Indonesia

Dewangga Islami Safi'i Putra

Program Studi Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: 250401110264@student.uin-malang.ac.id

Kata Kunci:

Internalisasi nilai; keluarga; keseimbangan psikologis; Pancasila; pendidikan nilai

Keywords:

Value internalization; family; psychological balance; Pancasila; value education

ABSTRAK

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang berperan penting dalam membentuk karakter, moralitas, dan keseimbangan psikologis individu. Dalam konteks masyarakat Indonesia, nilai-nilai Pancasila menjadi pedoman etis yang relevan untuk menjaga keharmonisan dan kesehatan psikologis anggota keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis proses internalisasi nilai-nilai Pancasila dalam keluarga Indonesia serta menelaah kontribusinya terhadap pembentukan keseimbangan psikologis individu. Artikel ini menggunakan metode studi pustaka melalui penelaahan jurnal ilmiah, buku akademik, serta publikasi terkait pendidikan nilai dan dinamika keluarga. Hasil kajian menunjukkan

bahwa internalisasi nilai berlangsung melalui keteladanan, pembiasaan, komunikasi moral, dan pemaknaan nilai dalam aktivitas sehari-hari. Nilai-nilai Pancasila terbukti mendukung ketenangan batin, kehangatan relasi, kemampuan regulasi emosi, serta persepsi keadilan dalam keluarga. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan pendidikan nilai dalam keluarga untuk membangun individu adaptif, berkarakter, dan memiliki keseimbangan psikologis yang stabil.

ABSTRACT

The family is the first environment that plays an important role in shaping individual character, morality, and psychological balance. In the Indonesian context, Pancasila values serve as ethical guidelines that support family harmony and psychological well-being. This study analyzes the internalization of Pancasila values in Indonesian families and examines their contribution to the formation of psychological balance. Using a literature review method, this article explores scholarly journals, academic books, and publications related to value education and family psychological dynamics. The findings show that value internalization occurs through role modeling, habituation, moral communication, and contextualized application of values in daily activities. Pancasila values promote inner peace, relational warmth, emotional regulation, and a sense of fairness within families. These results highlight the importance of strengthening value education to build adaptive, moral individuals with stable psychological balance.

Pendahuluan

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang membentuk struktur kepribadian, pola relasi, dan keseimbangan psikologis individu. Dalam masyarakat Indonesia yang plural, nilai-nilai Pancasila menjadi landasan etis untuk menjaga keharmonisan dan kesehatan psikologis anggota keluarga. Penerapan nilai ketuhanan, kemanusiaan,



This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

persatuan, kerakyatan, dan keadilan berfungsi sebagai pedoman moral dan regulasi emosi dalam kehidupan keluarga (Rahmah et al., 2025)

Literatur menunjukkan bahwa keluarga memegang peran utama dalam proses internalisasi nilai melalui keteladanan, pembiasaan, dan komunikasi konstruktif. Selain itu, menegaskan bahwa pengembangan karakter dalam keluarga berlangsung melalui pola pengasuhan positif yang konsisten dan berbasis nilai.

Literatur menunjukkan bahwa keluarga memegang peran utama dalam proses internalisasi nilai melalui keteladanan, pembiasaan, dan komunikasi konstruktif (Hidayat et al., 2023). Selain itu, (Navisah, 2017) menegaskan bahwa pengembangan karakter dalam keluarga berlangsung melalui pola pengasuhan positif yang konsisten dan berbasis nilai. Dalam konteks ini, (Murdiansyah et al., 2025) juga menyatakan bahwa penerapan nilai-nilai Pancasila dalam keluarga dapat berfungsi sebagai benteng penahan terhadap dampak negatif perkembangan teknologi, seperti Artificial Intelligence, yang dapat mempengaruhi nilai-nilai moral dan etika dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam dunia bisnis dan pendidikan akuntansi.

Namun demikian, belum banyak kajian yang menghubungkan nilai-nilai Pancasila dengan konsep keseimbangan psikologis dalam konteks keluarga. Celah inilah yang menjadi dasar kajian dalam artikel ini. Kajian ini berupaya mengisi kekosongan tersebut dengan menawarkan perspektif baru mengenai bagaimana nilai-nilai Pancasila dapat diintegrasikan untuk memperkuat keseimbangan psikologis dalam keluarga, sehingga mampu menghadapi dinamika sosial dan teknologi secara lebih adaptif dan berkelanjutan

Pembahasan

Proses Internalisasi Nilai-Nilai Pancasila dalam Keluarga Indonesia

Internalisasi nilai Pancasila berlangsung melalui beberapa mekanisme utama. Pertama, **keteladanan**, yaitu perilaku orang tua yang mencerminkan nilai moral. Anak belajar melalui pengamatan dan imitasi, sehingga perilaku konsisten orang tua menjadi fondasi internalisasi nilai (Hidayat et al., 2023). Temuan ini sejalan dengan (Navisah, 2017) yang menyatakan bahwa keteladanan merupakan metode paling efektif dalam membentuk karakter keluarga.

Kedua, **pembiasaan**. Rutinitas keluarga seperti berdoa bersama, musyawarah, saling menghormati, dan menyelesaikan konflik secara damai menciptakan pengalaman konkret bagi anak untuk menghayati nilai Pancasila (Setiawati et al., 2021).

Ketiga, **komunikasi moral**. Komunikasi terbuka membantu anak memahami alasan pentingnya nilai-nilai seperti keadilan, empati, dan tanggung jawab (Triani & Ain, 2023).

Keempat, **pemaknaan nilai dalam pengalaman sehari-hari**. Pengalaman nyata seperti konflik saudara atau kerja sama keluarga menjadi ruang internalisasi nilai keadilan, musyawarah, dan gotong royong (Hidayanto, 2025).

Temuan ini diperkuat oleh (Cholil, 2013), yang menunjukkan bahwa keluarga dengan pola komunikasi setara dan berbasis nilai cenderung menghasilkan relasi yang

harmonis dan berkeadilan. Hal ini mengindikasikan bahwa interaksi keluarga yang konsisten dengan prinsip-prinsip moral tidak hanya membentuk iklim emosional yang positif, tetapi juga berperan signifikan dalam menumbuhkan rasa saling menghargai dan tanggung jawab antaranggota keluarga.

Kontribusi Nilai-Nilai Pancasila terhadap Keseimbangan Psikologis Individu

Nilai Ketuhanan memberikan landasan spiritual yang menumbuhkan ketenangan batin dan ketahanan emosional (Rahmah et al., 2025). Nilai Kemanusiaan memperkuat empati, kehangatan relasi, dan kecerdasan emosional (Lake & Saingo, 2023). Nilai Persatuan menumbuhkan rasa aman, kedekatan emosional, dan solidaritas keluarga.

Nilai Kerakyatan membentuk kemampuan pengambilan keputusan dan resolusi konflik secara demokratis. (Azka et al., 2025) menemukan bahwa musyawarah keluarga meningkatkan rasa kontrol diri dan stabilitas emosi. Dengan demikian, penerapan nilai ini tidak hanya memperkuat kohesi keluarga, tetapi juga mendorong terciptanya lingkungan yang memungkinkan setiap anggota merasa didengar, dihargai, dan terlibat dalam proses penentuan sikap bersama.

Sementara itu, nilai Keadilan memperkuat persepsi keteraturan dan kepercayaan diri. (Cholil, 2013) menjelaskan bahwa keluarga yang menegakkan keadilan interpersonal cenderung menghasilkan anggota keluarga yang stabil secara emosional. Dengan penerapan prinsip keadilan tersebut, setiap anggota keluarga merasa diperlakukan secara proporsional, sehingga tercipta rasa aman psikologis yang menjadi fondasi bagi perkembangan karakter dan kesejahteraan emosional

Nilai-nilai Pancasila juga berfungsi sebagai mekanisme psikologis yang memperkuat keseimbangan internal individu. Hal ini sejalan dengan (Miftahusyai'an & Mulyoto, 2020), yang menegaskan bahwa relasi manusia-agama dalam Pancasila membentuk karakter egaliter dan berorientasi kemanusiaan sebagai dasar kesejahteraan psikologis. Dalam konteks ini, Pancasila tidak hanya berfungsi sebagai pedoman normatif, tetapi juga sebagai sumber motivasi intrinsik yang mendorong perilaku prososial, toleransi, dan kemampuan beradaptasi. Dengan demikian, pembentukan identitas nasional melalui Pancasila berperan penting dalam menciptakan individu yang stabil secara emosional, kritis dalam berpikir, dan tetap terikat pada akar budaya bangsa meskipun berada di tengah arus globalisasi yang semakin intens

Kesimpulan dan Saran

Artikel ini membahas pentingnya nilai-nilai Pancasila dalam membentuk keseimbangan psikologis individu melalui proses internalisasi nilai di dalam keluarga. Keluarga sebagai lingkungan pertama memiliki peran sentral dalam menanamkan nilai-nilai moral, seperti ketuhanan, kemanusiaan, persatuan, kerakyatan, dan keadilan. Proses internalisasi tersebut berlangsung melalui mekanisme keteladanan, pembiasaan, komunikasi moral, dan pemaknaan nilai dalam pengalaman sehari-hari. Dengan menerapkan nilai-nilai Pancasila secara konsisten, keluarga dapat menciptakan lingkungan yang harmonis dan membentuk karakter yang seimbang secara emosional. Nilai-nilai ini berkontribusi pada ketenangan batin, kecerdasan emosional, kedekatan

emosional, serta kemampuan pengambilan keputusan yang demokratis dalam keluarga, yang pada akhirnya memperkuat keseimbangan psikologis individu.

Internalisasi nilai-nilai Pancasila dalam keluarga berlangsung melalui keteladanan, pembiasaan, komunikasi moral, dan pemaknaan nilai dalam aktivitas sehari-hari. Seluruh nilai dalam Pancasila berkontribusi terhadap pembentukan keseimbangan psikologis individu melalui peningkatan ketenangan spiritual, regulasi emosi, empati, musyawarah, dan persepsi keadilan.

Saran

1. Penguatan Pendidikan Keluarga: Diperlukan upaya lebih lanjut untuk memperkenalkan dan memperkuat pemahaman nilai-nilai Pancasila dalam keluarga, terutama bagi orang tua yang memiliki peran utama dalam proses internalisasi nilai ini. Pelatihan untuk orang tua dalam hal komunikasi moral dan pengasuhan berbasis nilai Pancasila sangat penting untuk memastikan keberlanjutan dan konsistensi internalisasi nilai dalam keluarga.
2. Penerapan Nilai-Nilai Pancasila dalam Pendidikan: Sekolah dan lembaga pendidikan sebaiknya bekerja sama dengan keluarga untuk memperkuat pendidikan karakter berbasis nilai-nilai Pancasila. Dengan membiasakan anak-anak untuk menghayati dan mengaplikasikan nilai-nilai ini dalam kehidupan sehari-hari, maka perkembangan psikologis dan sosial mereka akan semakin seimbang.
3. Penelitian Lanjutan: Mengingat masih sedikitnya kajian yang menghubungkan nilai-nilai Pancasila dengan keseimbangan psikologis dalam konteks keluarga, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi lebih dalam hubungan antara kedua hal ini dan untuk mengidentifikasi faktor-faktor lain yang dapat mendukung keberhasilan internalisasi nilai Pancasila dalam keluarga.

Daftar Pustaka

- Azka, M., Ziyah, N. N., Maulana, R., & Arleawati, A. (2025). Pendidikan Kewarganegaraan sebagai Sarana Internalisasi Nilai Pancasila. *Jurnal Pendidikan Dan Kewarganegara Indonesia*, 2(3), 125–137. <https://doi.org/10.61132/jupenkei.v2i3.704>
- Cholil, M. (2013). *Psikologi keluarga Islam: Berwawasan gender*. UIN-Maliki Press. <https://repository.uin-malang.ac.id/1893/>
- Hidayanto, N. E. (2025). Internalisasi nilai-nilai Pancasila dalam pendidikan anak usia dini: Sebuah tinjauan sistematis. *JECIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education)*, 8(2), 489–496.
- Hidayat, E. S., Mardhiyyah, R., Ashipa, S. R., & Pazril, W. (2023). PENERAPAN NILAI-NILAI PANCASILA DALAM KELUARGA. *Advances In Social Humanities Research*, 1(5), 532–537.
- Lake, D. W. O., & Saingo, Y. A. (2023). Nilai pancasila sebagai dasar pendidikan etika keluarga. *ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(1), 1–11.
- Miftahusyai'an, M., & Mulyoto, G. P. (2020). Delasi Agama-Manusia dalam Spirit Pancasila (Membangun Egalitarianisme dalam Kemerdekaan Keyakinan). *JPK (Jurnal Pancasila Dan Kewarganegaraan)*, 5(2), 44–53. <https://repository.uin-malang.ac.id/7888/>

- Murdiansyah, I., Slamet, S., Hamdani, H., & As'ady, M. (2025). Pentingnya spirit Pancasila benteng penahan gempuran Artificial Intelligence dalam bisnis dan pendidikan akuntansi. *BISEI: Jurnal Bisnis Dan Ekonomi Islam*, 10(01), 36–42. <http://repository.uin-malang.ac.id/23881/>
- Navisah, I. (2017). Model Pengembangan Karakter dalam Keluarga. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 14(1), 15–21. . <https://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/psiko/article/view/6498>
- Rahmah, A. N., Rohman, U., & Ismail, S. (2025). PANCASILA SEBAGAI PONDASI PSIKOLOGIS: INTEGRASI NILAINILAI PANCASILA DAM MENGEMBANGKAN KESEJAHTRAAN PSIKOLOGIS INDIVIDU. *PKn Progresif: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Kewarganegaraan*, 19(2), 55. <https://doi.org/10.20961/pknp.v19i2.82068>
- Setiawati, S., Siswandi, R. D., & Marasabessy, A. C. (2021). Implementasi nilai-nilai Pancasila pada kegiatan pemberdayaan kesejahteraan keluarga (PKK) di desa Kuripan Ciseeng Bogor. *Jurnal Ilmiah Mimbar Demokrasi*, 21(1), 29–34.
- Triani, R., & Ain, S. Q. (2023). Implementasi Nilai-Nilai Pancasila Pada Siswa Kelas II SDN 190 Pekanbaru. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 6(1), 1–8. <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i1.431>