

NILAI-NILAI PANCASILA DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI (SEBAGAI IBU RUMAH TANGGA YANG BERKARIR)

Dona Hene Seira¹, Achmad Akmaluddin²
Program Studi Psikologi, Universitas Bina Darma Palembang
heneseira@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History

Submission:
Review:
Revised:
Accepted:
Published:

Kata Kunci

Pancasila
Kehidupan
Ibu Rumah Tangga

ABSTRAK

Pendidikan dan Pancasila merupakan dua pilar penting dalam membentuk karakter individu dan bangsa. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi implementasi nilai-nilai Pancasila dalam kehidupan sehari-hari, khususnya bagi ibu rumah tangga yang juga berkarir. Dengan menggunakan studi kasus dan wawancara mendalam, penelitian ini mengidentifikasi tantangan, strategi, dan dampak dari penerapan nilai-nilai Pancasila dalam konteks peran ganda tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai-nilai Pancasila, seperti Ketuhanan Yang Maha Esa, Kemanusiaan Yang Adil dan Beradab, Persatuan Indonesia, Kerakyatan Yang Dipimpin oleh Hikmat Kebijaksanaan dalam Permusyawaratan/Perwakilan, dan Keadilan Sosial Bagi Seluruh Rakyat Indonesia, dapat diwujudkan dalam berbagai aspek kehidupan, baik di ranah domestik maupun profesional. Meskipun tantangan seperti konflik peran dan tekanan waktu tidak dapat dihindari, komitmen dan konsistensi dalam mengamalkan nilai-nilai Pancasila menjadi kunci untuk menjalani kehidupan yang bermakna dan bermanfaat.

Pendahuluan

Pendidikan merupakan usaha yang terencana dan terorganisasi agar peserta didik dapat menggali potensi dirinya sehingga mampu mengembangkan kekuatan keagamaan, akhlak yang baik, kecerdasan, dan kemampuan mengendalikan diri. Tujuannya adalah untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran yang efektif, serta membekali peserta didik dengan keterampilan yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (Sesilia, 2024). Pendidikan berfungsi sebagai sarana untuk mengembangkan dan membentuk karakter peserta didik agar menjadi pribadi yang beriman

dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, berilmu, kreatif, cakap, mandiri, sehat, serta menjadi warga negara yang bertanggung jawab dan demokratis. (Amalia, 2022).

Pancasila, sebagai dasar negara Republik Indonesia, bukan sekadar rangkaian kata-kata indah, melainkan fondasi filosofis yang merangkum nilai-nilai luhur bangsa. Pancasila berasal dari bahasa Sanskerta, "Panca" berarti lima, dan "Sila" berarti prinsip atau asas. Dengan demikian, Pancasila berarti lima prinsip dasar yang menjadi pedoman hidup berbangsa dan bernegara bagi seluruh rakyat Indonesia.

Menurut Salafuddin (2018), pancasila sebagai dasar negara Indonesia bukan hanya sekadar rangkaian kata-kata indah, melainkan pedoman hidup yang harus dihayati dalam setiap sendi kehidupan. Nilai-nilai luhur yang terkandung di dalamnya, seperti Ketuhanan Yang Maha Esa, Kemanusiaan Yang Adil dan Beradab, Persatuan Indonesia, Kerakyatan Yang Dipimpin oleh Hikmat Kebijaksanaan dalam Permusyawaratan/Perwakilan, dan Keadilan Sosial Bagi Seluruh Rakyat Indonesia, menjadi kompas moral dalam menjalani kehidupan berbangsa dan bernegara.

Pancasila bukan hanya ideologi negara, tetapi juga pandangan hidup yang diwariskan oleh para pendiri bangsa. Nilai-nilai Pancasila harus dihayati dan diamalkan dalam setiap aspek kehidupan, mulai dari keluarga, masyarakat, hingga negara. Dengan demikian, Pancasila menjadi kompas moral yang menuntun bangsa Indonesia menuju cita-cita luhur, yaitu masyarakat yang adil, makmur, dan beradab.

Dalam konteks kehidupan sehari-hari, penerapan nilai-nilai Pancasila menjadi semakin relevan, terutama bagi individu yang memiliki peran ganda, seperti ibu rumah tangga yang juga berkarir. Peran ganda ini menuntut adanya keseimbangan antara tanggung jawab domestik dan profesional, di mana nilai-nilai Pancasila dapat menjadi dasar dalam mengambil keputusan dan bertindak.

Sebagai seorang ibu rumah tangga, nilai-nilai keimanan kepada Tuhan Yang Maha Esa tercermin dalam menjalankan kewajiban agama dan rohani, serta menanamkan nilai-nilai tersebut kepada anggota keluarga. Keseimbangan antara kehidupan duniawi dan rohani merupakan kunci terciptanya keluarga yang harmonis dan berakhlak mulia. Nilai-nilai kemanusiaan yang adil dan beradab terwujud dalam sikap saling menghormati, menghargai dan menolong sesama anggota keluarga, serta menjalin hubungan baik dengan lingkungan

sekitar. Dalam konteks karier, nilai tersebut tercermin dalam etos kerja yang profesional dan bertanggung jawab.

Persatuan Indonesia diwujudkan dalam membangun keluarga yang kokoh dan harmonis, serta menjunjung tinggi nilai-nilai keberagaman dalam masyarakat. Sebagai ibu rumah tangga karier, nilai tersebut tercermin dalam menjaga keseimbangan antara kehidupan pribadi, keluarga, dan pekerjaan. Kerakyatan yang Dipimpin oleh Hikmat Kebijaksanaan dalam Permusyawaratan/Perwakilan diwujudkan dalam pengambilan keputusan keluarga yang melibatkan seluruh anggota keluarga, serta menghargai pendapat dan perbedaan. Dalam konteks karier, nilai tersebut tercermin dalam sikap demokratis dan partisipatif dalam lingkungan kerja.

Keadilan Sosial Bagi Seluruh Rakyat Indonesia diwujudkan dalam mewujudkan keluarga adil dan makmur, serta memberikan kontribusi positif bagi masyarakat. Sebagai ibu rumah tangga karier, nilai tersebut tercermin dalam mewujudkan keseimbangan antara kehidupan keluarga dan karier, serta memberikan manfaat bagi lingkungan sekitar. Penerapan nilai-nilai Pancasila dalam kehidupan sehari-hari sebagai ibu rumah tangga karier tidak selalu mudah.

Tantangan dan hambatan pasti akan muncul, seperti konflik peran, tekanan waktu, dan tuntutan masyarakat. Namun, dengan komitmen dan konsistensi, nilai-nilai Pancasila dapat menjadi penggerak dalam menjalani kehidupan yang bermakna dan bermanfaat. Kajian ini bertujuan untuk mengeksplorasi lebih dalam tentang bagaimana nilai-nilai Pancasila diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari seorang ibu rumah tangga yang berkarir. Melalui studi kasus dan wawancara mendalam, penelitian ini akan mengidentifikasi tantangan, strategi, dan dampak dari penerapan nilai-nilai Pancasila dalam konteks ini.

Metode

Pendekatan Penelitian yang dipakai adalah Kualitatif. Menurut Sujarweni (2024), metode kualitatif adalah jenis penelitian yang menghasilkan temuan-temuan yang tidak bisa didapatkan dengan prosedur statistik. Metode yang digunakan yaitu kajian literatur, metode penelitian ini dipakai karena memungkinkan peneliti untuk mencari dan menggali informasi seputar peran pancasila dalam di tengah arus Globalisasi. Sumber data dalam penelitian ini mencakup jurnal, buku, artikel, dan dokumen resmi yang relevan dengan tema penelitian.

Hasil dan Pembahasan

Pancasila merupakan dasar negara. Pancasila bukanlah wahana melainkan ruh yang harus tetap hidup karena tanpa Pancasila, Indonesia tidak akan ada. Di atas Pancasila sebagai dasar negara, berdirilah pilar-pilar negara. Ada empat pilar yang ditegakkan di atas dasar negara, yaitu: 1) Proklamasi Kemerdekaan (sebagai pesan eksistensial tertinggi), 2) UUD 1945, 3) NKRI, 4) Bhinneka Tunggal Ika. Tanpa adanya landasan, pilar-pilar tersebut akan terapung-apung. Pancasila sebagai landasan memberikan ruh dan warna bagi pilar-pilar yang ditegakkan di atasnya (Antari, 2020).

Dalam kehidupan disaat sekarang ini, penting untuk mengamalkan nilai-nilai Pancasila dalam berinteraksi sesama orang lain dan lingkungan sekitar. Pancasila dapat menjadi pegangan kita dan dalam Pancasila mampu menampung segala keberagaman yang menyebabkan tidak akan timbul perpecahan. Kesadaran dalam membangkitkan, memperkuat dan mengembangkan nilai-nilai dari Pancasila untuk dilakukan dimanapun oleh setiap warga negara agar mencegah mudarnya nilai-nilai luhur Pancasila yang ada pada diri kita (Ardhan, 2022).

Beberapa contoh penerapan nilai Pancasila dalam kehidupan sehari-hari sebagai ibu rumah tangga yang berkarir yaitu :

1. Ketuhanan yang Maha Esa (Nilai Religius)

Nilai ini mengandung makna bahwa negara Indonesia didasarkan pada kepercayaan dan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa. Nilai religius merupakan nilai yang erat kaitannya dengan sesuatu kekuatan suci, agung, sakral, dan mulia. Ketuhanan sebagai pandangan hidup adalah mewujudkan serta membangun masyarakat Indonesia untuk memiliki jiwa dan semangat dalam mencapai ridho Tuhan dalam setiap perbuatan baik yang dilakukannya (Ardhan, 2022).

Sebagai ibu rumah tangga yang berkarir, menerapkan nilai religius dalam kehidupan sehari-hari bisa menjadi tantangan sekaligus peluang untuk memberikan contoh positif bagi keluarga. Seorang ibu dituntut agar dapat menjadi guru dan tauladan bagi anak-anaknya, dengan nilai ketuhanan yang maha esa seorang ibu hendaklah menyediakan waktu untuk beribadah sesuai keyakinan di tengah kesibukan bekerja dan mengurus rumah tangga. Lebih dari sekadar beribadah, nilai religius juga tercermin dalam bagaimana seorang ibu membangun karakter anak-anaknya, mengajarkan mereka tentang kejujuran, kasih sayang,

dan tanggung jawab. Ia juga menunjukkan toleransi dan rasa syukur dalam setiap aspek kehidupannya, menciptakan lingkungan keluarga yang harmonis dan penuh berkah.

Dalam konteks kehidupan sehari-hari, penerapan nilai religius oleh seorang ibu tidak terbatas pada pelaksanaan ritual keagamaan semata. Lebih dari itu, ia tercermin dalam setiap tindakan dan keputusan yang diambil. Misalnya, saat menghadapi tekanan pekerjaan, seorang ibu yang religius akan mencari ketenangan dalam doa dan merenungkan nilai-nilai spiritual yang dianutnya. Ia juga akan berusaha untuk bersikap adil dan jujur dalam setiap interaksi, baik di tempat kerja maupun di rumah.

Penting bagi seorang ibu untuk menanamkan nilai-nilai religius kepada anak-anak sejak dini. Ini dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti membacakan cerita-cerita religius, mengajarkan doa-doa sederhana, atau mengajak anak-anak untuk berpartisipasi dalam kegiatan keagamaan. Dengan demikian, anak-anak akan tumbuh menjadi individu yang memiliki landasan moral yang kuat dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan bijaksana.

2. Kemanusiaan yang Adil dan Beradab

Nilai ini mengakui dan menjunjung tinggi martabat dan hak asasi setiap manusia sebagai makhluk ciptaan Tuhan. Sila “kemanusiaan yang adil dan beradab” mengandung sebuah makna bahwa sebagai makhluk sosial manusia tidak bisa hidup sendirian (individual) tanpa memerlukan bantuan dari orang lain. Kita harus menjauhi sikap egois dan berlaku adil. Kemanusiaan mencerminkan salah satu bentuk interaksi antar masyarakat yang saling menghormati satu sama lain (Sari, 2022).

Kemanusiaan yang Adil dan Beradab" dalam kehidupan sosial masyarakat Indonesia berperan penting dalam membentuk interaksi sosial yang harmonis, setara, dan beradab. Namun, tantangan seperti diskriminasi sosial dan lemahnya pengetahuan masyarakat mengenai nilai-nilai Pancasila perlu diatasi (Hamdani, 2024). Oleh karena itu, diperlukan upaya berkelanjutan dalam mengedukasi masyarakat tentang pentingnya menghormati hak asasi manusia, menjunjung tinggi kesetaraan, dan membangun budaya saling menghargai.

Sebagai ibu rumah tangga yang berkarir nilai Kemanusiaan yang Adil dan Beradab sangat relevan dalam kehidupan ibu rumah tangga yang berkarir, mengingat peran ganda yang mereka jalani. Seorang ibu yang berkarir perlu memastikan pembagian tugas rumah tangga yang adil antara dirinya, pasangan, dan anggota keluarga lainnya, hal ini mencakup

pembagian tanggung jawab dalam hal memasak, membersihkan rumah, mengurus anak, dan tugas-tugas lainnya.

Lebih dari sekadar membagi tugas, keadilan juga tercermin dalam memberikan dukungan emosional dan menghargai kontribusi masing-masing anggota keluarga. Selain itu, di tempat kerja, seorang ibu berhak mendapatkan perlakuan yang adil tanpa diskriminasi, termasuk kesempatan yang sama untuk pengembangan karir dan promosi. Sikap beradab juga diwujudkan melalui komunikasi yang efektif, empati, dan saling menghormati, baik di rumah maupun di tempat kerja. Dengan demikian, penerapan nilai "Kemanusiaan yang Adil dan Beradab" membantu menciptakan keseimbangan dan harmoni dalam kehidupan ibu rumah tangga yang berkarir.

3. Persatuan Indonesia

Nilai ini mengandung makna bahwa bangsa Indonesia adalah bangsa yang majemuk, terdiri dari berbagai suku, agama, ras, dan budaya. Nilai Persatuan menekankan pentingnya persatuan, integritas, dan kebaikan bersama di atas kepentingan individu atau kelompok, serta mengedepankan keberagaman dalam menghadapi tantangan (Rasyid, 2024).

Penerapan nilai Persatuan Indonesia dalam kehidupan sehari-hari dapat diwujudkan melalui berbagai cara. Salah satunya adalah dengan menjunjung tinggi sikap toleransi dan saling menghormati antar sesama warga negara. Selain itu, penting juga untuk menghindari segala bentuk tindakan yang dapat memecah belah persatuan, seperti diskriminasi, provokasi, atau penyebaran berita bohong. Dengan mengedepankan musyawarah dan gotong royong, setiap perbedaan dapat diselesaikan dengan cara yang damai dan bermartabat.

Persatuan Indonesia, bukan sebuah sikap maupun pandangan dogmatik dan sempit, namun harus menjadi upaya untuk melihat diri sendiri secara lebih objektif dari dunia luar (Sianturi, 2021). Hal ini berarti bahwa persatuan bukanlah sekadar slogan atau jargon, melainkan sebuah proses yang dinamis dan berkelanjutan. Kita harus mampu memahami posisi kita dalam konteks global, serta menyadari kekuatan dan kelemahan kita sebagai bangsa.

Sebagai ibu rumah tangga yang berkarir nilai persatuan mengajarkan untuk mengutamakan kepentingan bersama di atas kepentingan pribadi. Dalam konteks keluarga, ini berarti menciptakan suasana yang harmonis dan saling mendukung. Ibu yang berkarir

dapat menerapkan nilai ini dengan membangun komunikasi yang baik dengan anggota keluarga, menghargai perbedaan pendapat, dan bekerja sama dalam menyelesaikan masalah.

Penerapan nilai persatuan ini juga meluas pada bagaimana seorang ibu mengatur waktu antara pekerjaan dan keluarga, memastikan tidak ada pihak yang merasa diabaikan. Ia juga menunjukkan persatuan dalam mendukung cita-cita anggota keluarga lainnya, menciptakan lingkungan di mana setiap individu merasa dihargai dan memiliki peran penting. Lebih jauh lagi, di lingkungan kerja, nilai persatuan tercermin dalam kemampuan untuk bekerja sama dalam tim, menghargai perbedaan pandangan rekan kerja, dan berkontribusi pada tujuan bersama perusahaan. Dengan demikian, ibu yang berkarir tidak hanya menunjukkan persatuan di rumah, tetapi juga membawa semangat persatuan ke tempat kerja dan komunitas yang lebih luas.

4. Kerakyatan yang Dipimpin oleh Hikmat Kebijaksanaan dalam Permusyawaratan/Perwakilan

Nilai ini juga menekankan pentingnya musyawarah untuk mencapai mufakat dalam menyelesaikan masalah bersama. Sila keempat ini mengajak kita untuk tidak memaksakan kehendaknya pada orang lain dan mengutamakan kepentingan negara dan orang lain. Terkadang kita akan menemukan perbedaan pendapat dan cara pandang. Namun, kita harus menyelesaikannya dengan cara bermusyawarah atau berdiskusi. Dalam sila keempat ini adapun hal-hal yang harus diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari yaitu Melakukan musyawarah jika antar masyarakat memiliki pendapat yang berbeda dan mengedepankan toleransi dan keadilan dalam mengemukakan dan mendengar pendapat dalam musyawarah (Rahma, 2021).

Sebagai ibu rumah tangga yang berkarir nilai Kerakyatan yang Dipimpin oleh Hikmat Kebijaksanaan dalam Permusyawaratan/Perwakilan, memiliki relevansi yang kuat dalam berbagai aspek kehidupan. Ibu yang berkarir dapat menerapkan nilai ini dengan melibatkan anggota keluarga dalam pengambilan keputusan penting, seperti perencanaan keuangan keluarga, pembagian tugas rumah tangga, atau pemilihan aktivitas rekreasi. Musyawarah keluarga membantu menciptakan rasa memiliki dan tanggung jawab bersama, serta menghindari konflik yang tidak perlu.

Lebih dari sekadar musyawarah, penerapan nilai ini juga mencakup kemampuan untuk mendengarkan dengan penuh perhatian, menghargai perbedaan pendapat, dan mencari

solusi yang adil bagi semua pihak. Di tempat kerja, seorang ibu dapat menunjukkan nilai ini dengan berpartisipasi aktif dalam diskusi tim, memberikan kontribusi yang konstruktif, dan mendukung keputusan yang diambil secara demokratis. Nilai ini juga tercermin dalam kemampuan untuk mengelola waktu dan sumber daya secara bijaksana, menyeimbangkan antara tuntutan pekerjaan dan keluarga, serta memberikan contoh yang baik bagi anak-anak tentang pentingnya demokrasi dan tanggung jawab.

5. Keadilan Sosial bagi Seluruh Rakyat Indonesia

Nilai ini mengandung makna bahwa setiap warga negara memiliki hak untuk mendapatkan keadilan dan kesejahteraan sosial. Sila kelima Pancasila ini dilambangkan dengan padi dan kapas. Hal ini melambangkan kebutuhan dasar setiap manusia, yaitu pangan dan sandang. Pangan diartikan dengan kebutuhan pokok kita yaitu makan dan sandang kebutuhan pakaian kita. Oleh karena itu, padi dan kapas menjadi simbol dalam sila kelima ini (Rahma, 2021).

Dalam konteks kehidupan sehari-hari, penerapan sila kelima dapat diwujudkan melalui berbagai tindakan nyata. Misalnya, dengan mendukung kebijakan pemerintah yang berpihak pada masyarakat kurang mampu, berpartisipasi dalam kegiatan gotong royong, atau memberikan bantuan kepada sesama yang membutuhkan. Selain itu, penting juga untuk menghindari tindakan diskriminasi atau eksploitasi yang dapat merugikan orang lain.

Sebagai ibu rumah tangga yang berkarir, nilai Keadilan Sosial bagi Seluruh Rakyat Indonesia, memiliki makna yang mendalam dan dapat diterapkan dalam berbagai aspek kehidupan. Ibu yang berkarir perlu memastikan pembagian tugas rumah tangga yang adil antara dirinya, pasangan, dan anak-anak, hal ini mencakup pembagian tanggung jawab dalam hal memasak, membersihkan rumah, mengurus anak, dan tugas-tugas lainnya.

Tidak hanya di rumah ibu rumah tangga yang berkari harus mendapatkan keadilan di tempat kerja. Memperjuangkan kesetaraan gender di tempat kerja, termasuk kesetaraan dalam hal gaji, promosi, dan kesempatan pengembangan karir. Memperjuangkan kebijakan perusahaan yang mendukung keseimbangan antara kehidupan kerja dan keluarga, seperti cuti melahirkan, cuti pengasuhan anak, dan jam kerja yang fleksibel.

Keadilan sosial bukanlah sesuatu yang dapat dicapai secara instan, tetapi membutuhkan komitmen dan kerja sama dari seluruh elemen bangsa. Dengan mengamalkan

nilai-nilai luhur Pancasila, kita dapat bersama-sama membangun Indonesia yang adil, makmur, dan sejahtera bagi seluruh rakyatnya.

Menerapkan Pancasila dalam kehidupan dan perilaku sehari-hari, salah satu kedudukan Pancasila bagi bangsa Indonesia adalah sebagai pandangan hidup berbangsa. Yakni mengandung pengertian bahwa nilai-nilai Pancasila merupakan pegangan dalam mengatur sikap dan tingkah laku yang menjadi pedoman. Bangsa Indonesia harus menghayati dan mengamalkan nilai-nilai kebenarannya. Jika tidak diamalkan maka pandangan hidup tersebut tidak bermanfaat sama sekali dalam kehidupan sehari-hari. Dalam keadaan tersebut, bangsa Indonesia akan mudah dimanfaatkan pihak-pihak tertentu sehingga terjadi perpecahan (Anggraini, 2020).

Kesimpulan

Penerapan nilai-nilai Pancasila dalam kehidupan sehari-hari, terutama bagi individu dengan peran ganda seperti ibu rumah tangga yang berkarir, memerlukan komitmen dan konsistensi. Nilai-nilai Pancasila dapat menjadi pedoman dalam mengambil keputusan dan bertindak, baik dalam ranah domestik maupun profesional. Dengan mengamalkan nilai-nilai Pancasila, individu dapat mewujudkan keseimbangan antara kehidupan pribadi, keluarga, dan pekerjaan, serta memberikan kontribusi positif bagi masyarakat. Penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun tantangan dan hambatan akan selalu ada, nilai-nilai Pancasila dapat menjadi penggerak dalam menjalani kehidupan yang bermakna dan bermanfaat.

Daftar Pustaka

- AbdAleati, N. S., Zaharim, N. M., & Mydin, Y. O. (2016). Religiousness and mental health: Systematic review study. *Journal of Religion & Health*, 55(6), 1929–1937.
- Abdullah, A., Hort, K., Abidin, A. Z., & Amin, F. M. (2012). How much does it cost to achieve coverage targets for primary healthcare services? A costing model from Aceh, Indonesia. *International Journal of Health Planning and Management*, 27(3), 226–245.
- Aggarwal, N. K. (2013). Cultural psychiatry, medical anthropology and the DSM-5 field trials. *Medical Anthropology*, 32, 393–398.
- Alang, S. M. (2016). “Black folk don’t get no severe depression”: Meanings and expressions of depression in a predominantly black urban neighborhood in Midwestern United States. *Social Science & Medicine*, 157, 1–8.
-

- Ananta, A., Arifin, E. N., Hasbullah, M. S., Handayani, N. B., & Pramono, A. (2015). *Demography of Indonesia's ethnicity*. Singapore: Institute of Southeast Asian Studies.
- APA. (2013). *American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual on Mental Disorder* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- Buchalter, S. I. (2009). *Art therapy techniques and applications*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Salafuddin, A. I. (2018). *Nilai-Nilai Keislaman Dalam Pendidikan Pancasila Kajian Atas Pemikiran Nurcholis Madjid* (Doctoral dissertation, Iain Kediri).
-