

KONSELING PERKAWINAN/KELUARGA ISLAMI

Oleh: **A. Syahraeni**

Dosen Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Alauddin Makassar

andisyahraeni_uin@yahoo.com

Kehidupan perkawinan dapat disebut menyatukan dua keunikan. Perbedaan watak, karakter, selera dan pengetahuan dari dua orang yang disatukan dalam rumah tangga, hidup bersama dalam waktu yang lama. Beberapa problema rumah tangga yang membutuhkan pembimbing atau konselor dalam pemecahan masalahnya antara lain; masalah ekonomi yang kurang tercukupi dapat menjadi pemicu ketegangan dalam keluarga, perbedaan watak dan karakter serta perbedaan kepribadian yang terlalu tajam antara suami isteri yang sulit menemukan titik temu, kesibukan suami isteri yang lebih banyak berada di luar rumah dan perselingkuhan. Demikian pula kesenjangan pendidikan antara suami dan isteri, kejenuhan rutinitas terutama isteri yang tidak punya kegiatan di luar rumah dan yang utama adalah karena jauh dari agama. Tujuan dari konseling perkawinan dan keluarga islami adalah untuk memecahkan masalah yang tengah dihadapi sebuah keluarga apakah suami atau isteri dan anak-anaknya dan klien dapat secara mandiri membuat keputusan terbaik menurut dirinya dan keluarganya.

Kata Kunci: Konseling, Keluarga, Islami

Marriage can be called to uniting the two uniqueness. Differences in temperament, character, taste and knowledge of two people who are united in the household, living together in a long time. Some households problems that need counselor in solving problem among others: economic problems that can create tension in the family, differences in temperament and character and personality are too sharp differences between husband and wife are difficult to find common ground, the bustle of a husband whose wife more outside and infidelity. Similarly educational inequalities between husband and wife, saturation routine especially wife who had no activities outside the home and the main thing is because it is far from religion. The purpose of counseling on marital and Islamic family is to solve problems are facing a family whether husband or wife and his sons and clients can independently make the decision.

Keywords: Counseling, Family, Islamic

PENDAHULUAN

Menikah berarti mengikat seseorang untuk menjadi teman, pasangan- insya Allah- seumur hidup, maka Islam menganjurkan bagi yang hendak menikah untuk bersungguh-sungguh, berhati-hati, teliti, penuh pertimbangan dan jangan asal dalam memilih pasangan hidup, agar tidak ada penyesalan atau paling tidak risikonya sekecil mungkin.¹

Memilih calon istri atau calon suami penting, sebab dari proses inilah akan menentukan sukses tidaknya bahtera rumah tangga sampai ketujuannya. konsep menikah yang diajarkan oleh Islam adalah untuk mencegah seseorang dari perbuatan tercela (zina) dan juga untuk memperkuat nilai-nilai kemanusiaan silaturrahim. Ada pesan abadi dalam syariat pernikahan yaitu, adanya kesinambungan keturunan yang menjadi penjaga, pembela nilai-nilai yang telah diberikan oleh Allah swt. kepada manusia sejak adam as. hingga hari akhir.²

Kehidupan perkawinan dapat disebut menyatukan dua keunikan. Perbedaan watak, karakter, selera dan pengetahuan dari dua orang yang disatukan dalam rumah tangga, hidup bersama dalam waktu yang lama. Ada pasangan yang cepat menyatu, ada yang lama baru bisa menyatu, ada yang kadang menyatu kadang bertikai, ada yang selalu bertikai tetapi mereka tak sanggup berpisah. Kehidupan rumah tangga ada yang berjalan mulus, lancar, sukses dan bahagia, ada yang setelah lama mulus tiba-tiba dilanda badai. Ada pula yang selalu menghadapi ombak dan badai, tetapi selalu bisa menyelamatkan diri.³

Komunikasi antara suami/istri bersifat khas, tidak mesti logis. hal-hal yang logis justru sering disalahpahami, karena komunikasi suami/istri tidak semata-mata menggunakan nalar, tetapi juga sarat dengan muatan perasaan. Hal-hal yang menurut nalar sesungguhnya kecil bisa saja menjadi sumber prahara rumah tangga jika disikapi dengan sepenuh rasa. Ada suami istri yang selalu bisa menyelesaikan perselisihan tanpa bantuan orang lain, tetapi banyak suami istri yang justru memerlukan bantuan orang lain untuk meluruskan pikiran dan perasaannya. Dalam istilah psikologi, orang yang bisa membantu orang lain mengatasi masalah kejiwaan (*al irsyad an nafs*) mereka disebut konselor.

Mengartikan konseling perkawinan sebagai konseling yang diselenggarakan sebagai metode pendidikan, metode penurunan ketegangan emosional, metode membantu partner-partner yang menikah untuk memecahkan masalah dan cara menentukan pola pemecahan masalah yang lebih baik. Dikatakan sebagai metode pendidikan, karena konseling perkawinan memberikan pemahaman kepada pasangan yang berkonsultasi tentang diri, pasangannya dan masalah-masalah hubungan perkawinan yang dihadapi dengan cara-cara yang dapat dilakukan dalam mengatasi permasalahan perkawinan.⁴

Penurunan ketegangan emosional dimaksudkan sebagai konseling perkawinan di laksanakan biasanya saat kedua belah pihak berada pada situasi emosional yang sangat berat. Dengan konseling, pasangan dapat melakukan ventilasi, dengan jalan membuka emosionalnya sebagai katartis terhadap tekanan-tekanan emosional yang dihadapi selama ini. Yang membantu disebut konselor, seorang konselor bukan subyek, karena konselor hanya membantu, subyeknya adalah klien itu sendiri dan obyeknya adalah masalah yang dihadapi.

PEMBAHASAN

Pengertian Keluarga

Dalam kamus besar bahasa indonesia disebutkan keluarga adalah: ibu, bapak dan anak-anaknya, satuan kekerabatan yang sangat mendasar di masyarakat.⁵ Keluarga

merupakan sebuah institusi terkecil di dalam masyarakat yang berfungsi sebagai wahana untuk mewujudkan kehidupan yang tentram, aman, damai dan sejahtera dalam suasana cinta dan kasih sayang di antara anggotanya. Suatu ikatan hidup yang didasarkan karena terjadinya perkawinan juga bisa disebabkan karena persusuan atau munculnya perilaku pengasuhan.⁶

Dalam al-Quran dijumpai beberapa kata yang mengarah pada keluarga, *ahlul bait* disebut keluarga rumah tangga Rasulullah saw.⁷ Wilayah kecil adalah *ahlul bait* dan wilayah meluas bisa dilihat dalam arus pembagian harta waris. Keluarga perlu dijaga,⁸ keluarga adalah potensi menciptakan cinta dan kasih sayang. Menurut Abu Zahra bahwa institusi keluarga mencakup suami, istri, anak-anak dan keturunan mereka, kakek, nenek, saudara-saudara kandung dan anak-anak mereka dan mencakup pula saudara kakek, nenek, paman dan bibi serta anak mereka (sepupu).⁹

Menurut psikologi, keluarga bisa diartikan dua orang yang berjanji hidup bersama yang memiliki komitmen atas dasar cinta, menjalankan tugas dan fungsi yang saling terkait karena sebuah ikatan, atau hubungan perkawinan yang kemudian melahirkan ikatan sedarah, terdapat pula kesepahaman, watak, kepribadian yang satu sama lain saling memengaruhi walaupun terdapat keragaman, menganut ketentuan norma, adat, nilai yang diyakini dalam membatasi keluarga dan yang bukan keluarga.

Keluarga merupakan unit terkecil dalam struktur masyarakat dibangun di atas perkawinan/pernikahan terdiri dari ayah/suami, ibu/istri dan anak. Pernikahan sebagai salah satu proses pembentukan suatu keluarga, merupakan perjanjian sakral (*mitsakan ghalidha*) antara suami dan istri. Perjanjian sakral ini merupakan prinsip universal yang terdapat dalam sebuah tradisi keagamaan. Dengan ini pula pernikahan dapat menuju terbentuknya rumah tangga yang sakinah.¹⁰

Pandangan masyarakat tentang keluarga, bahwa keluarga merupakan lambang kehormatan bagi seseorang karena telah memiliki pasangan yang sah dan hidup wajar sebagaimana umumnya dilakukan oleh masyarakat, kendatipun sesungguhnya menikah merupakan pilihan bukan sebuah kewajiban yang berlaku umum untuk semua individu.

Keluarga menurut konsep Islam adalah kesatuan hubungan antara seorang laki-laki dan seorang perempuan yang dilakukan melalui akad nikah menurut ajaran Islam. Dengan kata lain, ikatan apapun seorang laki-laki dengan seorang perempuan yang tidak dilakukan dengan melalui akad nikah secara Islam, tidak diakui sebagai suatu keluarga (rumah tangga) Islam. Dengan adanya ikatan akad nikah (pernikahan) diantara laki-laki dan perempuan dimaksud, maka anak keturunan yang dihasilkan dari ikatan tersebut menjadi sah secara hukum agama sebagai anak dan terikat dengan norma-norma atau kaidah-kaidah yang berkaitan dengan pernikahan dan kekeluargaan.¹¹

Keluarga atau rumah tangga yang islami adalah keluarga atau rumah tangga yang di dalamnya ajaran-ajaran Islam berlaku. Dengan kata lain, seluruh anggota keluarga berperilaku sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah swt.

Konseling islami dirumuskan sebagai proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.¹²

Dengan berlandaskan rumusan konseling islami di atas, maka konseling keluarga islami dapat dirumuskan sebagai berikut: Konseling keluarga/pernikahan islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar dalam menjalankan pernikahan dan kehidupan berumah tangganya bisa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Problema Kehidupan Berkeluarga.

Problem di seputar perkawinan atau kehidupan berkeluarga biasanya berada di sekitar:

1. Ekonomi keluarga yang kurang tercukupi.

Masalah dalam keluarga merupakan aspek kehidupan yang pasti ada. Masalah yang sering muncul ialah ekonomi. Ekonomi merupakan masalah yang bisa berujung pada masalah yang lebih besar, misalnya perceraian, bunuh diri (seperti kasus bunuh diri ibu dan anak karena tidak mampu membiayai kehidupan anak-anaknya). Dimasa sekarang ini tidak bisa dipungkiri bahwa ekonomi adalah tonggak yang menopang kehidupan manusia. Permasalahan ekonomi dapat terjadi di setiap unit masyarakat mulai dari keluarga sampai negara. Masalah ekonomi bisa membawa dampak positif maupun dampak negatif bagi anggota keluarga tersebut.

Masalah ekonomi lebih sering muncul karena ketidakmampuan keluarga tersebut dalam mendapatkan penghasilan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Pengaruh yang diakibatkan oleh masalah ini sangatlah beragam. Mulai dari ketidakmampuan orang tua untuk membiayai pendidikan anak-anaknya, tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, mulai dari makanan bergizi, pakaian layak juga rumah yang sehat dan higienis.

Banyak orang yang tidak tahan berada dalam himpitan ekonomi dan memutuskan untuk mencari jalan pintas. Tingkat kejahatan yang semakin tinggi salah satunya disebabkan oleh adanya tuntutan ekonomi dalam sebuah rumah tangga. Hal ini adalah sebuah kenyataan hidup dimana masalah yang terjadi dalam sebuah keluarga bisa menuntun pada masalah yang jauh lebih besar dan merugikan orang lain.

Tidak semua orang akan memilih jalan pintas dengan melakukan kejahatan. Banyak orang yang justru terpacu untuk bekerja lebih giat untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka. Ajaran agama sangatlah berperan dalam hal ini untuk menuntun mereka agar bisa sabar menghadapi permasalahan yang ada dan tidak serta merta menempuh jalan kejahatan yang hanya akan merugikan semua orang termasuk diri mereka sendiri.

2. Perbedaan watak dan perbedaan kepribadian yang terlalu tajam.

Teramat banyak perbedaan antara pria dan wanita, sehingga diibaratkan bahwa pria berasal dari planet mars, sementara wanita dari planet venus. Karena itulah, tidak ada kunci untuk menyatukan seorang pria dan seorang wanita kecuali atas dasar pemahaman dan karakter yang berbeda tersebut. Ini dari sisi karakter dan watak mendasar, belum segenap kekurangan dan keterbatasan yang setiap individu pastilah memilikinya.

Sikap egoisme masing-masing suami istri merupakan penyebab pula terjadinya konflik rumah tangga yang berujung pada pertengkaran yang terus menerus. Egoisme adalah suatu sifat buruk manusia yang mementingkan dirinya sendiri.

3. Masalah kesibukan.

Kesibukan adalah satu kata yang telah melekat pada masyarakat modern di kota-kota. Kesibukan terfokus pada pencarian materi yaitu harta dan uang, karena falsafah hidup mereka mengatakan uang adalah harga diri dan waktu adalah uang. Jika telah kaya berarti suatu keberhasilan, suatu kesuksesan. Kesibukan orang tua dalam urusan ekonomi sudah menjadi kenyataan yang tidak dapat dipungkiri. Akan tetapi sah-sah saja setiap keluarga berusaha mengejar kebahagiaan materi. Tetapi bila tidak mampu, jangan stres, jangan bertengkar dan jangan bercerai. Berusahalah sabar dan selalu usaha, mungkin nantinya akan berhasil.

4. Masalah perselingkuhan.

Sering kita baca di surat kabar bahwa suatu masalah yang rumit untuk dikaji adalah masalah perselingkuhan yang dilakukan oleh suami atau istri. Ada beberapa faktor penyebab terjadinya perselingkuhan. Pertama, hubungan suami istri yang sudah hilang kemesraan dan cinta kasih. Hal ini berhubungan dengan ketidakpuasan seks, istri kurang berdandan di rumah kecuali jika pergi ke undangan atau pesta, cemburu baik secara pribadi maupun atas hasutan pihak ketiga; kedua, tekanan pihak ketiga seperti mertua dan lain-lain (anggota keluarga lain) dalam hal ekonomi; dan terakhir, adanya kesibukan masing-masing, sehingga kehidupan kantor lebih nyaman dari kehidupan keluarga.¹³

Sebuah kasus perselingkuhan dapat penulis lukiskan sebagai berikut, suatu keluarga polisi beranak lima, istri 40 tahun dan suami 45 tahun. Secara fisik suami memang berwajah ganteng. Keadaan rumah tangga, istri tidak pernah berdandan, kamar yang tidak begitu luas sering acak-acakan karena anak banyak, kondisi istri berbadan gemuk tidak terawat. Sedang suami polisi selalu rapi, pakaiannya disetrika, selalu memakai minyak rambut yang wangi ditambah wewangian. Pada suatu pagi, sang suami yang berpangkat sersan dua itu, menjatuhkan talak pada istrinya. Rupanya sejak setahun yang lalu dia telah berselingkuh dengan wanita lain di suatu desa, akhirnya mereka menikah, karena wanita muda itu telah hamil.¹⁴

Itulah sekilas kehidupan keluarga yang tidak harmonis, berselingkuh, akhirnya bercerai. Dari kasus di atas, dapat ditarik beberapa fakta penyebab terjadinya perselingkuhan suami yang akhirnya menceraikan istrinya. Pertama, karena anak banyak.

Kedua, rumah yang selalu acak-acakan terutama kamar tidur. Ketiga, suami yang polisi sering mendatangi berbagai tempat dan sering berhubungan atau berkomunikasi dengan para wanita. Mereka saling bercanda, akhirnya jatuh cinta, salah satu syarat yang diberikan wanita itu adalah ceraihan istrinya. Maka polisi ganteng itu menceraikan istrinya dengan anak lima.

5. Masalah pendidikan.

Pendidikan sering merupakan penyebab terjadinya masalah di dalam keluarga. Jika pendidikan agak lumayan pada suami istri, maka wawasan tentang kehidupan keluarga dapat dipahami oleh mereka. Sebaliknya pada suami istri yang pendidikannya rendah sering tidak dapat memahami liku-liku keluarga. Akibatnya selalu terjadi pertengkaran yang mungkin menyebabkan perceraian. Jika pendidika agama ada atau lumayan mungkin sekali kelemahan di bidang pendidikan akan teratasi. Artinya suami istri akan dapat mengekang nafsu masing-masing sehingga pertengkaran dapat dihindari. Mengapa demikian? Karena agama mengajarkan agar orang bersabar dan salat di dalam menghadapi gejolak rumah tangga.

6. Kejenuhan Rutinitas.

Baik suami maupun istri lelah dengan setumpuk peran, sudah saatnya melepaskanKejenuhan tersebut. Tinggalkan sebentar kehidupan rutin dan bersenang-senanglah sendirian, waktu untuk diri sendiri. Kerepotan mengatur rumah tangga, mengasuh anak-anak berusia balita, ditambah kesibukan kerja membuat seseorang merasa lelah dan jenuh. Harus ada semacam penyaluran yang sehat agar perasaan ini tidak menjadi penghalang dalam menjalani rutinitas sehari-hari. Setumpuk tugas dan tanggung jawab memang terkadang membuat seseorang secara tidak sadar mereduksi sendiri sebagai individu. Hampir semua yang anda kerjakan adalah demi keluarga. Semua yang anda pikirkan bahkan anda beli, untuk kepentingan keluarga. Kapan anda berani memikirkan diri sendiri tanpa merasa bersalah?

Jangan heran jika akhirnya anda mudah emosi, bahkan mudah kesal pada anak. Hati-hati jika ini terjadi siapa tahu sinyal-sinyal kelelahan mulai menghampiri. Perasaan ini tentu saja sangat manusiawi. Anda tak perlu merasa bersalah, namun tidak perlu pula berkeras melawan rasa jenuh dan ketidakpuasan, dengan meneruskan rutinitas tanpa memikirkan saat-saat beristirahat. Jika demikian malah memperburuk perasaan tidak bahagia yang dapat memengaruhi seluruh sisi kehidupan anda.¹⁵

Inilah saat yang tepat, yakinkanlah saat ini merupakan hal yang tepat untuk mundur sejenak dan melakukan refleksi atas apa yang anda lakukan selama ini. Cobalah menghabiskan waktu sendiri, maupun bersama teman-teman, untuk bersantai dan mengurangi tekanan. Kegiatan seperti ini perlu sekali diupayakan untuk mengendurkan saraf-saraf yang tegang, sekaligus mengisi ulang energi agar bisa kembali menjalankan tugas-tugas di kantor maupun di rumah dengan lebih bersemangat.

Jika kita segar dan berenergi, secara tak langsung karir dan urusan rumah tangga lancar. Karenanya tak ada salahnya sesekali mengikuti ajakan sahabat untuk bersenang-senang keluar kota barang satu-dua hari. Atau, jika anda lebih senang menghabiskan waktu sendiri, anda dapat memanjakan diri di salon atau spa untuk mengembalikan kesegaran. Tentu saja tak hanya istri yang butuh mengisi ulang baterai diri, suamipun kerap dilanda kejenuhan yang sama. Tak ada salahnya jika kebutuhan ini dibicarakan bersama, sehingga suami maupun istri memahami kebutuhan pasangan untuk mendapatkan time-of-sejenak. Bahkan anda berdua dapat menjadwalkan pemenuhan istirahat itu secara bergantian.

7. Jauh dari agama.

Segala sesuatu keburukan perilaku manusia disebabkan karena dia jauh dari agama yaitu dinul Islam. Islam mengajarkan agar manusia berbuat baik dan mencegah berbuat munkar dan keji. Keluarga muslim sebaiknya suka beribadah dimana anak-anaknya dididik akan tiga hal yaitu, salat yang benar, artinya bacaan quran betul atau tartil yaitu betul tajwid dan mahrajnya. Mampu membaca al-Quran dengan baik, berakhlak mulia. Jika tiga hal dikuasai oleh anak, maka insya Allah anak tersebut akan menjadi anak yang saleh yang mendoakan kedua orang tuanya baik ketika masih hidup ataupun sudah meninggal dunia.¹⁶

Sebaliknya jika keluarga jauh dari agama dan mengutamakan materi dan dunia semata, maka tunggulah kehancuran keluarga tersebut, mengapa demikian? Karena dari keluarga tersebut akan lahir anak-anak yang tidak taat kepada Allah dan kedua orang tuanya. Bisa mereka menjadi orang yang berbuat keji dan munkar yang dapat melawan orang tua. Pernah kejadian seorang anak yang sudah dewasa membunuh ayahnya, karena ayahnya tidak mau menyerahkan surat-surat tanah dan rumah. Tujuannya agar dia menguasai harta tersebut apalagi dia seorang pejudi, pecandu minuman keras dan pemabuk. Inilah hasil pendidikan yang hanya mengutamakan dunia, makan dan minum saja, pendidikan umum saja, hasilnya sangat mengecewakan orang tua, akhirnya tega membunuh ayahnya sendiri.¹⁷

Demikian beberapa problema yang terjadi di seputar kehidupan perkawinan dan rumah tangga yang memerlukan bantuan pembimbing/konselor untuk memecahkan masalah yang dihadapi

Tujuan Konseling Perkawinan.

Dari berbagai problema kerumahtanggaan seperti tersebut di atas, maka tujuan konseling perkawinan adalah agar klien dapat menjalani kehidupan berumah tangga secara benar, bahagia dan mampu mengatasi problem-problem yang timbul dalam kehidupan perkawinan. Oleh karena itu maka konseling perkawinan berisi dorongan untuk menghayati kembali prinsip-prinsip dasar, hikmah dan tujuan dan tuntunan hidup berumah tangga menurut ajaran Islam. Konseling diberikan agar suami/istri menyadari

kembali posisi masing-masing dalam keluarga dan mendorong mereka untuk melakukan sesuatu yang terbaik bukan hanya untuk dirinya sendiri, tetapi juga untuk keluarganya.

Jadi tujuan konseling perkawinan islami dapat dirumuskan sebagai berikut;

1. Membantu individu mencegah timbulnya problem-problem yang berkaitan dengan pernikahannya antara lain dengan jalan;
 - a. Membantu individu memahami hakikat pernikahan menurut Islam;
 - b. Membantu individu memahami tujuan pernikahan menurut Islam;
 - c. Membantu individu memahami persyaratan-persyaratan pernikahan menurut Islam;
 - d. Membantu individu memahami kesiapan dirinya untuk menjalankan pernikahan;
 - e. Membantu individu melaksanakan pernikahan sesuai dengan ketentuan (syariat) Islam.¹⁸
2. Membantu individu mencegah timbulnya problem-problem yang berkaitan dengan kehidupan rumah tangganya antara lain dengan:
 - a. Membantu individu memahami hakikat kehidupan berkeluarga (berumah tangga) menurut Islam;
 - b. Membantu individu memahami tujuan hidup berkeluarga menurut Islam;
 - c. Membantu individu memahami cara-cara membina kehidupan berkeluarga yang sakinah, mawaddah wa rahmah menurut ajaran Islam;
 - d. Membantu individu memahami, melaksanakan pembinaan kehidupan berumah tangga sesuai dengan ajaran Islam.
3. Membantu individu memecahkan masalah-masalah yang berkaitan dengan pernikahan dan kehidupan berumah tangga, antara lain dengan jalan:
 - a. Membantu individu memahami problem yang dihadapinya;
 - b. Membantu individu memahami kondisi dirinya dan keluarga serta lingkungannya;
 - c. Membantu individu memahami dan menghayati cara-cara mengatasi masalah pernikahan dan rumah tangga menurut ajaran Islam;
 - d. Membantu individu menetapkan pilihan upaya pemecahan masalah yang dihadapinya sesuai dengan ajaran Islam.
4. Membantu individu memelihara situasi dan kondisi pernikahan dan rumah tangga agar tetap baik dan mengembangkannya agar jauh lebih baik, yakni dengan cara:
 - a. Memelihara situasi dan kondisi pernikahan dan berumah tangga yang semula pernah terkena problem dan telah teratasi agar tidak menjadi permasalahan kembali;
 - b. Mengembangkan situasi dan kondisi pernikahan dan rumah tangga menjadi lebih baik (sakinah, mawaddah, dan rahmah).¹⁹

Bimbingan dan Konseling Keluarga.

Bimbingan dan konseling keluarga yang dilakukan dengan sasaran individu maupun kolektif (keluarga) dalam Islam pada dasarnya bersifat mendidik. Pendidikan

adalah proses mengubah keadaan yang kurang baik menjadi baik, mempertahankan sesuatu yang sudah baik dan meningkatkannya menjadi lebih baik lagi. Bimbingan dan konseling dalam keluarga dengan demikian dapat diartikan secara umum sebagai usaha untuk meningkatkan sikap dan perilaku keluarga menjadi lebih baik lagi. Sesuai dengan asas ketahanan mental, tujuan bimbingan dan konseling keluarga secara garis besar bertujuan untuk meningkatkan ketahanan keluarga dari pengaruh patologi sosial, meningkatkan kemampuan menyesuaikan diri terhadap berbagai perubahan sosial tanpa harus kehilangan identitas, merealisasikan potensi (positif) masyarakat, dan meningkatkan kuantitas dan kualitas ibadah.²⁰

Zakiyah mengajukan tujuh prinsip islami sebagai bahan pemikiran untuk landasan tehnik-tehnik bimbingan dan konseling keluarga. Ada tujuh prinsip yang disebut sapta asas ISLAMKU (Ibadah, Silaturahmi, Lugas, Adaptasi, Musyawarah, Keteladanan dan Upaya perubahan).

Asas 1. Ibadah. Pembimbing atau konselor keluarga harus memantapkan niat dan menyadari bahwa tugas bimbingan dan konseling kepada orang lain adalah ibadah dan amal bakti mereka adalah ibadah pula. Dalam artian psikologi ibadah identik dengan motif dan motivasi kerja merupakan unsur penting bagi keberhasilan melaksanakan tugas. Lebih-lebih lagi niat ibadah yang merupakan motivasi tertinggi dalam agama Islam. Sebagaimana sabda rasulullah.

عَنْ عُمَرَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّةِ

Artinya

Dari Umar radhiyallahu 'anhu, bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda, "Amal itu tergantung niatnya." (HR. Bukhari, Muslim, dan empat imam Ahli Hadits)²¹

Selain niat dan itikad beribadah, asas ini menganjurkan kepada para pembimbing dan konselor agar selalu meningkatkan kualitas ibadahnya, juga selalu berdoa memohon petunjukNya serta mendoakan segala kebaikan bagi keluarga yang mereka bimbing.

Asas 2. Silaturahmi. Islam menganjurkan umatnya untuk selalu menjalin silaturahmi sebagai landasan kokoh hubungan sosial. Cara termudah yang dianjurkan antara lain dengan jalan mengucapkan salam, bertutur kata lembut, membiasakan berwajah jernih, saling menjabat tangan dan tersenyum tulus. Mengenai senyuman tulus yang dalam hadis dinilainya sebagai sedekah dan amal baik, secara khusus terungkap dalam bahasa cina "Orang-orang yang mahal senyum jangan sekali-kali buka took"²²Perintah dan tuntunan untuk menjalin silaturahmi cukup banyak diungkapkan dalam al-Quran dan Hadis.

Dalam Bimbingan dan konseling, cara-cara di atas disebut *rapport*, yakni usaha untuk saling mengenal antara pihak pembimbing/konselor dengan klien (dibimbing) untuk menanamkan kepercayaan dari pihak klien kepada konselor. Tahap ini merupakan tahap awal yang menentukan dalam proses konseling, karena hal itu besar pengaruhnya terhadap kelancaran dan keberhasilan konseling.

Asas 3. Lugas. Pengertian lugas mengandung konotasi sederhana, langsung, jujur, apa adanya dan terarah pada sarasannya dalam mengungkapkan sesuatu. Ungkapan yang lugas.

Asas 4. Adaptasi, yakni menyesuaikan dengan tema, isi dan cara menyampaikan informasi dengan daya tangkap, kepentingan, suasana dan kondisi psikososial penerima informasi. Maksudnya, supaya para penerima informasi merasa terlibat dengan maksud dan arahan dari informasi yang disampaikan. Prinsip inisiatifnya relevan untuk digunakan oleh para pembimbing/konselor dalam menghadapi berbagai corak kehidupan anggota masyarakat yang beraneka ragam. Rasulullah sendiri menganjurkan para dai untuk berbicara sesuai dengan akal fikiran, keadaan dan bahasa dari pribadi-pribadi dan kelompok masyarakat sasaran dakwah.

Asas 5. Musyawarah. Pentingnya musyawarah dalam Islam terbukti dalam al-Quran ada surah asyura yang artiya musyawarah. Dalam QS asy-syura/26: 38

وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ شُورَىٰ بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ

Terjemahnya:

Dan bagi orang-orang yang menerima (mematuhi) seruan Tuhannya dan mendirikan salat, sedangkan urusan mereka (diputuskan) dengan musyawarah di antara mereka dan mereka menafkahkan sebagian dari rizki yang kami berikan kepada mereka.²³

Musyawarah adalah ungkapan sikap demokrasi dan lawan dari otoriter yang selalu merasa benar sendiri. Musyawarah perlu dibiasakan untuk menyelesaikan urusan keluarga dan kemasyarakatan. Lebih-lebih dalam kegiatan konseling keluarga dan masyarakat keterampilan musyawarah perlu dikuasai oleh para petugas bimbingan dan konseling. Misalnya saja dalam bentuk diskusi kelompok untuk tujuan sumbang saran dan pemecahan masalah. Dalam musyawarah ini para pembimbing diharapkan bersedia untuk menerima umpan balik, dan membisakan diri menghindari sikap menggurui sekalipun hakikatnya mereka adalah guru dan pendidik masyarakat.

Asas 6. Keteladanan. Para petugas bimbingan dan konseling mempunyai peluang untuk menjadi panutan dan anutan masyarakat, sehingga salah satu tuntutan tugas mereka adalah harus mampu menjadi suri tauladan masyarakat. Dalam Islam keteladanan ini merupakan hal yang sangat penting, karena rasulullah saw. sendiri sebagai penyebar rahmat ilahi untuk semesta alam, adalah juga suri tauladan terbaik bagi manusia sepanjang masa dan

terpancarlah dari beliau segala kesempurnaan perilaku yang merupakan pengejawantahan kesempurnaan al-Quran.

Asas 7. Upaya perubahan perilaku. Tujuan utama dari kegiatan bimbingan dan konseling keluarga adalah menimbulkan kesadaran dan motivasi untuk secara mandiri meningkatkan kualitas dan taraf hidup. Sesuai dengan firman Allah dalam QS al-Ra'du/13: 11

لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

Terjemahnya:

Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.²⁴

Ayat ini menunjukkan bahwa manusia satu-satunya makhluk yang (dalam batas-batas tertentu) memiliki kebebasan kehendak untuk merealisasikan secara aktif potensipotensinya, serta mampu mengubah nasibnya sendiri selama mereka mau mengubahnya. Kesadaran ini harus ditanamkan dalam bimbingan dan konseling agar umat (Islam) tegak mandiri dan tidak tergantung pada (belas kasihan) orang lain.

KESIMPULAN

1. Ada beberapa problema rumah tangga yang membutuhkan pembimbing atau konselor dalam pemecahan masalahnya antara lain; masalah ekonomi yang kurang tercukupi dapat menjadi pemicu ketegangan dalam keluarga, perbedaan watak dan karakter dan perbedaan kepribadian yang terlalu tajam antara suami isteri yang sulit menemukan titik temu, masalah kesibukan suami isteri yang lebih banyak berada di luar rumah, masalah perselingkuhan apakah suami yang berselingkuh karena lebih sering bertemu dengan wanita lain atau isteri yang berselingkuh karena kurang mendapatkan perhatian dari suami. Demikian pula masalah pendidikan yang sangat jauh berbeda antara suami dan isteri, kejenuhan rutinitas terutama isteri yang tidak punya kegiatan di luar rumah dan yang utama adalah karena jauh dari agama.
2. Yang menjadi tujuan dari konseling perkawinan dan keluarga islami adalah, untuk memecahkan masalah yang tengah dihadapi sebuah keluarga apakah suami atau isteri dan anak-anaknya dan klien dapat secara mandiri membuat keputusan yang terbaik menurut dirinya dan keluarganya.
3. Ada tujuh prinsip islami untuk sebagai landasan pemikiran dan teknik-teknik bimbingan dan konseling perkawinan dan keluarga islami yang disebut sapata asa ISLAMKU yaitu; ibadah, silaturrahim, lugas, adaptasi, musyawarah, keteladanan dan upaya perubahan.

Endnote

- ¹Arifin, *Menikah untuk Bahagia* (Jakarta: Gramedia, 2013), h. 15
- ²Arifin, *Menikah untuk Bahagia*. 16
- ³Syahraeni, *Bimbingan Keluarga Sakinah* (Makassar: Alauddin University Press, 2013), h. 215
- ⁴al Masri, *Al Sawaid al Islami Al Sa'id*, terj. Imam Firdaus dengan judul *Bekal Pernikahan* (Jakarta: Qisthi Press, 2010), h. 215
- ⁵Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* Edisi kedua (Jakarta: Balai Pustaka, 1998), h. 471
- ⁶Mufidah Ch., *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Jender* (Malang: IAIN Malang Press, 2008), h. 37
- ⁷Lihat QS al-ahzab/ 33: 33
- ⁸ Lihat QS at-tahrim/66: 6
- ⁹Zahra, *Tanzib al Islam al Mujtama'*, Alih bahasa Shadiq Nor Rahman, *Membangun Masyarakat Islam* (Jakarta: Pustaka Firdaus, 1994), h. 62
- ¹⁰ Mufidah Ch., *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Jender*.39
- ¹¹ Musnawar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami* (Jogyakarta: UII Press, 1992), h. 56
- ¹²Musnawar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, h. 70
- ¹³Willis, *Konseling keluarga* (Bandung; Alfabeta, 2011), h. 18
- ¹⁴Willis, *konseling Keluarga*, h. 19
- ¹⁵Syahraeni, *Bimbingan Keluarga Sakinah*, h. 220-221
- ¹⁶Willis, *Konseling Keluarga*, h. 19
- ¹⁷Willis, *Konseling Keluarga*, h. 19-20
- ¹⁸Musnamar, *Dasar-dasar konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, h. 71
- ¹⁹Musnawar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, h. 72
- ²⁰Lihat Darajat, *Kesehatan mental, peranannya dalam Pendidikan dan Pengajaran* (Jakarta: IAIN Press, 1984), h. 9
- ²¹Al-Bukhari al Ja'fiy, *shahih Bukhari*, jus 6 (Beirut: dar ibn Katsir, tt), h. 2551
- ²²Mufidah Ch., *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Jender*, h. 363
- ²³Departemen Agama RI., *Al-Quran dan terjemahnya* (Bandung: Al Jumatul Ali, 2005) h.
- ²⁴Departemen Agama RI., *Al-Qyr'an dan Terjemahannya*, (Bandung: Al Jumatul Ali, 2005) h.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Syahraeni, *Bimbingan Keluarga Sakinah*, Makassar: Alauddin University Press, 2013.
- Al-Bukhari al Ja'fiy, Muhammad bin Ismail Abu Abdillah. *shahih Bukhari*, jus 6, Beirut: dar ibn Katsir, tt.
- Arifin, Gur. *Menikah untuk Bahagia*, Jakarta: Gramedia, 2013.
- Darajat, Zakiyah, *Kesehatan mental, peranannya dalam Pendidikan dan Pengajaran*, Jakarta: IAIN Press, 1984.

Al-Irsyad Al-Nafs, Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam Volume 1, Nomor 1 Desember 2014 : 1-97

Departemen Agama RI., *Al-Quran dan terjemahnya*, Bandung: Al-Jumatul Ali, 2005

Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* Edisi kedua, Jakarta: Balai Pustaka, 1998.

Masri al,Syekh Mahmud.*Al Sawaid al Islami Al Sa'id*, terj. Imam Firdaus dengan judul *BekalPernikahan*,Jakarta: Qisthi Press, 2010.

Mufidah Ch., *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Jender*, Malang: IAIN Malang Press, 2008.

Musnawar,Tohari.*Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, Jogyakarta: UII Press, 1992.

Willis,Sofyan S. *Konseling keluarga*, Bandung; Alfabeta, 2011.

Zahra,Muhammad Abu.*Tanzib al Islam al Mujtama'*, Alih bahasa Shadiq Nor Rahman, *MembangunMasyarakat Islam*, Jakarta: Pustaka Firdaus, 1994.