

DARI KONSELING PERKAWINAN MENUJU KELUARGA “SAMARA”

Ahmad Atabik

STAIN Kudus, Jawa Tengah, Indonesia
atabik78@gmail.com

Abstrak

Untuk membangun sebuah mahligai keluarga tidak cukup dengan hanya bermodalkan perasaan, materi, apalagi modal nekat. Islam telah menuntun kepada pengikutnya untuk membangun keluarga sakinah setelah perkawinan dilaksanakan. Islam juga menganjurkan kepada para calon suami atau calon istri untuk memilih dengan cara yang sudah diajarkan Islam. Untuk membantu membangun keluarga yang sakinah mawaddah wa rahmah (samara) adakalanya seorang calon mempelai mempersiapkan dengan baik, di antaranya dengan konseling perkawinan. Konseling Perkawinan (marriage counseling) adalah upaya membantu pasangan calon suami istri atau suami istri oleh konselor profesional sehingga mereka dapat berkembang dan mampu memecahkan masalah dengan cara-cara yang saling menghargai, toleransi, dan dengan komunikasi yang penuh pengertian, sehingga tercapai motivasi berkeluarga, perkembangan, kemandirian dan kesejahteraan seluruh anggota keluarga.

Kata Kunci: Konseling, Perkawinan, Keluarga

Abstract

MARRIAGE COUNSELING FROM TO FAMILY "SAMARA". To build a family mahligai not enough with only with feelings, material, let alone the reckless capital. Islam has guided his followers to build a harmonious family after marriage implemented. Islam also suggested to the prospective husband or wife to choose the candidate with the way they have been taught Islam. To help families who sakinah mawaddah wa Rahmah (samara) sometimes a bride prepare properly, including by marriage counseling. Marriage Counseling (marriage counseling) is an effort to help the candidate pair of husband and wife or husband and wife by professional counselors so they can grow and be able to solve the problem by means of mutual respect, tolerance, and the communication of understanding, so tercapat motivation family, development , independence and well-being of the entire family.

Keywords: *Counseling, Marriage, Family.*

A. Pendahuluan

Perkawinan atau menurut term Arab *nikah* merupakan fitrah manusia. Setiap individu memerlukan orang lain dalam menjalani kehidupannya yang tujuan akhirnya memperoleh kebahagiaan lahir dan batin. Salah satu bentuk adanya orang lain dalam hidupnya adalah perkawinan. Bahkan, dalam ajaran Islam, perkawinan adalah sunah Rasul Allah. Melalui perkawinan itulah terbentuk keluarga. Keluarga ialah unit satuan masyarakat terkecil yang sekaligus merupakan suatu kelompok kecil dalam masyarakat. Peranan keluarga sangat strategis dalam menentukan masa depan masyarakat, bangsa, negara, dan agama.

Sejatinya, perkawinan merupakan upaya untuk menyatukan dua keunikan. Perbedaan watak, karakter, selera dan pengetahuan dari dua orang (suami dan istri) 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-kadang bertikai, ada yang selalu bertikai tetapi mereka tak sanggup berpisah. Hanya di tempat tidur mereka menyatu hingga anaknya banyak, tetapi di luar itu mereka selalu bertikai. Kehidupan berumah tangga ada yang berjalan mulus, lancar, sukses dan bahagia, ada yang setelah lama mulus

tiba-tiba dilanda badai, ada yang selalu menghadapi ombak dan badai tetapi selalu bisa menyelamatkan diri (Mubarak, 2009: 204).

Salah satu tujuan menikah ialah untuk membentengi diri dari segala hal-hal yang negatif dan mengundang dosa. Jangan pernah berfikir jika zina ialah hanya berhubungan badan dengan lawan jenis yang bukan muhrim. Namun saling bersentuhan, berpandangan, bahkan memenuhi hati dan fikiran dengan lawan jenis merupakan salah satu dari bentuk zina kecil. Untuk menghindari hal-hal tersebut, maka Rasulullah menganjurkan kepada semua umatnya untuk segera menikah. Dengan adanya ikatan pernikahan maka semua yang dilarang akan menjadi halal. Bukan hanya halal namun bernilai ibadah jika kita selalu berdekatan dan harmonis.

Menikah tidak terlalu sulit, tetapi membangun keluarga bahagia dan harmonis bukan sesuatu yang mudah. Pekerjaan membangun, pertama harus didahului dengan adanya gambar yang merupakan konsep dari bangunan yang diinginkan. Gambar bangunan (maket) bias didiskusikan dan diubah sesuai dengan konseper pikiran yang akan dituangkan dalam wujud bangunan itu. Demikian juga membangun keluarga bahagia dan harmonis, terlebih dahulu orang harus memiliki konsep tentang keluarga bahagia (Mubarak, 2009: 205).

Terkadang, untuk menuju keluarga bahagia atau dalam bahasa agama sering disebut dengan Istilah keluarga *sakinah mawaddah warahmah* (SAMARA) membutuhkan suatu konseling perkawinan. Konseling ini dibutuhkan bagi mereka yang mempunyai problem diseputar perkawinan dan kehidupan berkeluarga, mulai dari memilih jodoh, ekonomi keluarga yang kurang mencukupi, perbedaan watak, ketidakpuasan dalam hubungan seksual, kesalah fahaman antara suami dan istri dan lain sebagainya.

Konseling perkawinan memiliki peran dan fungsi terapan, sekaligus memberikan bekal pengetahuan, keterampilan mediatif, dan sikap ilmiah kepada individu yang baru membutuhkan bantuan dan bimbingan. Pada dasarnya Konseling Keluarga adalah upaya yang memberikan dasar-dasar teoritik, konsep-konsep, dan prinsip-prinsip bimbingan dan konseling beserta aplikasi dan pengembangannya dalam perkawinan dan keluarga untuk membentuk keluarga *sakinah mawaddah wa rahmah*.

B. Pembahasan

1. Pengertian Konseling

Klemer (1965) mengartikan konseling perkawinan sebagai konseling yang di selenggarakan sebagai metode pendidikan, metode penurunan ketegangan emosional, metode membantu patner-patner yang menikah untuk memecahkan masalah dan cdara menentukan pola pemecahan masalah yang lebih baik.

Konseling akan permasalahan yang dihadapi oleh klien mencakup ruang lingkup yang sangat luas, mulai dari masalah konflik dalam keluarga (antara suami-istri, orangtua - anak, orangtua - menantu), hingga ke masalah kenakalan remaja, dan segala masalah lain yang terkait dengan kehidupan manusia yang sangat kompleks (Willis, 2009: 45).

Menurut Cavanagh mendefinisikan konseling sebagai hubungan antara seorang petugas bantuan yang terlatih dengan seseorang yang meminta bantuan, di mana keterampilan petugas bantuan tersebut beserta suasana yang diciptakannya dapat membantu orang belajar berhubungan dengan dirinya sendiri dan dengan orang lain dengan cara yang lebih menghasilkan pertumbuhan (Latipun, 2009: 78).

Mubarok (2009) menjelaskan bahwa konseling merupakan usaha membantu orang yang sedang mengalami gangguan kejiwaan agar mereka bias memutuskan sendiri apa yang terbaik bagi mereka. Yang membantu disebut konselor yang dibantu disebut klien. Seorang konselor bukan subjek, karena konselor harnya membantu, subjeknya adalah klien itu sendiri dan objeknya adalah masalah yang dihadapi. Yang dapat dilakukan oleh seorang konselor antara lain membantu klien untuk: (a) memahami diri sendiri, (b) mengukur kemampuannya, (c) mengetahui kesiapan dan kecenderungannya, (d) memperjelas orientasi, motivasi dan aspirasinya, (e) mengetahui kesulitan dan problem lingkungan dimana ia hidup, serta peluang yang terbuka baginya, (f) membantu menggunakan pengetahuan tersebut (1 s/d 5) untuk menetapkan tujuan yang paling kongkrit bagi dirinya, (g) mendorong klien untuk berani mengambil keputusan yang sesuai dengan kemampuannya, dan memanfaatkan se-optimal mungkin potensi yang ada pada dirinya untuk merebut peluang yang terbuka.

Jika kliennya orang awam, konseling dibutuhkan untuk: (a) Membantu pengembangan diri dan memilih gaya hidup (*life style*) yang sesuai dengan aspirasinya. (b) Menjaga agar mereka tidak terjatuh pada keadaan merasa tidak wajar dan tidak bahagia. (c) Membantu menentukan pilihan-pilihan. (d) Membantu meringankan perasaan, frustrasi dan sebangsanya.

Mubarok (2006) menjelaskan problem diseputar perkawinan atau kehidupan berkeluarga biasanya berada di sekitar: kesulitan memilih jodoh(suami atau istri), ekonomi yang kurang mencukupi, perbedaan watak, temperamen dan karakter yang terlalu tajam antara suami dan istri, ketidak puasan dalam hubungan seksual, kejenuhan rutinitas, hubungan antar keluarga besan yang kurang baik, ada orang ketiga(WIL atau PIL), masalah harta warisan, dominasi orang tua/mertua, kesalahpahaman antara suami istri, poligami dan perceraian.

2. Urgensi Konseling Perkawinan

Muncul sebuah pertanyaan seputar konseling perkawinan. Perlukah dalam perkawinan baik setelah dan sesudahnya diadakan konseling?Tentu jawabannya perlu.Sebab konseling perkawinan pada prinsipnya berisi dorongan untuk menghayati atau menghayati kembali prinsip-prinsip dasar, hikmah, tujuan dan tuntunan hidup berumah tangga.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.

Mubarok (2003) menjelaskan, jika memperhatikan kasus perkasus maka konseling perkawinan diberikan dengan tujuan: (a) Membantu pasangan perkawinan itu mencegah terjadinya/meletus problema yang mengganggu kehidupan perkawinan mereka. (b) Pada pasangan yang sedang dilanda kemelut rumah tangga, Konseling diberikan dengan maksud agar mereka bisa mengatasi sendiri problema yang sedang dihadapi. (c) Pada pasangan yang berada dalam tahap rehabilitasi, konseling diberikan agar mereka dapat memelihara kondisi yang sudah baik menjadi lebih baik.

3. Tujuan Umum Konseling Perkawinan

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 pada prinsipnya berisi dorongan untuk menghayati atau menghayati kembali prinsip-prinsip dasar, hikmah, 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. Jika memperhatikan kasus perkawinan maka konseling perkawinan diberikan dengan tujuan: (a) Membantu pasangan perkawinan itu mencegah terjadinya/meletus problema yang mengganggu kehidupan perkawinan mereka. (b) Pada pasangan yang sedang dilanda kemelut rumah tangga, konseling diberikan dengan maksud agar mereka bisa mengatasi sendiri problema yang sedang dihadapi. (c) Pada pasangan yang berada dalam tahap rehabilitasi, konseling diberikan agar mereka dapat memelihara kondisi yang sudah baik menjadi lebih baik.

4. Tipe-tipe Perkawinan

Terdapat beberapa tipe perkawinan. Namun, tipologi relasi perkawinan yang populer adalah dari studi yang dihasilkan oleh Cuber & Harroff. Berdasarkan survei yang dilakukan terhadap 100 pasangan yang telah menikah lebih dari sepuluh tahun dan tidak terancam perceraian serius, mereka lantas mengklasifikasi pasangan yang diteliti.

Menurut Cuber & Harroff, secara keseluruhan terdapat enam klasifikasi atau tipe hubungan dalam perkawinan.

a. Conflict-habituated

Tipe *conflict-habituated* boleh dibilang sebagai “*partner in crime*”. Tipe ini adalah tipe pasangan yang jatuh dalam kebiasaan mengomel dan bertengkar tiada henti. Kebiasaan ini menjadi semacam “jalan hidup” bagi mereka. Tak heran kalau secara konstan mereka selalu menemukan ketidaksepakatan. Dengan kata lain, stimulasi perbedaan individu dan konflik justru mendukung kebersamaan pasangan tersebut.

b. Devitalized

Tipe hubungan *devitalized* merupakan karakteristik pasangan yang sekali waktu dapat mengembangkan rasa cinta, menikmati seks, dan satu sama lain saling menghargai. Namun mereka cenderung merasakan kehampaan hidup perkawinan kendati tetap berada bersama-

sama. Karena kebersamaan mereka lebih karena dorongan demi anak atau citra mereka dalam komunitas masyarakat. Menariknya, pasangan tipe ini tak merasa dirinya maupun perkawinannya tidak bahagia. Mereka berfikir bahwa kondisi saat ini merupakan hal biasa setelah berlalunya tahun-tahun penuh gairah. Ironisnya, tipe perkawinan inilah yang paling banyak ditemukan dalam masyarakat mana pun.

c. Passive-congenial

Pada dasarnya, pasangan tipe *passive-congenial* memiliki kesamaan dengan pasangan tipe *devitalized*. Hanya saja kehampaan yang dirasakan telah berlangsung sejak awal perkawinan. Boleh jadi karena perkawinan seperti ini biasanya berangkat dari berbagai pertimbangan ekonomis atau status sosial dan bukannya relasi emosional. Seperti halnya pasangan tipe *devitalized* yang minim keterlibatan emosi, pasangan *passive-congenial* juga tidak terlalu berkonflik, namun kurang puas menjalani perkawinannya. Dalam keseharian, pasangan-pasangan tipe ini lebih sering saling menghindar dan bukannya saling peduli.

d. Utilitarian

Berbeda dengan tipe-tipe lain, tipe utilitarian lebih menekankan peran ketimbang hubungan. Misalkan peran sebagai ibu, ayah atau peran-peran lain. Terdapat perbedaan sangat kontras bila dibandingkan dengan tipe vital dan total yang bersifat intrinsik, yaitu mengutamakan relasi perkawinan itu sendiri

e. Vital

Cirinya, pasangan suami-istri terikat satu sama lain, terutama oleh relasi pribadi antara yang satu dengan yang lain. Di dalam relasi tersebut, satu sama lain saling peduli untuk memuaskan kebutuhan psikologis pihak lain. Mereka berdua pun saling berbagi dalam melakukan berbagai aktivitas kendati masing-masing individu memiliki identitas kepribadian yang kuat. Yang mengesankan, komunikasi mereka mengandung kejujuran dan keterbukaan. Kalaupun mengalami konflik biasanya lantaran ada hal-hal yang sangat penting. Untungnya, baik suami maupun istri saling berupaya menyelesaikannya dengan cepat dan bijak. Tentu saja tipe ini merupakan tipe relasi perkawinan yang paling memuaskan. Tak heran kalau tipe ini paling sedikit persentasenya dalam masyarakat.

f. Total

Tipe ini memiliki banyak kesamaan dengan tipe vital, bedanya pasangan ini sedemikian saling menyatu hingga menjadi “sedaging”. Mereka selalu dalam kebersamaan secara total yang meminimalkan adanya pengalaman pribadi dan konflik. Akan tetapi tidak seperti pasangan *tipe devitalized*, kesepakatan di antara mereka biasanya dibangun demi hubungan itu sendiri. Sayangnya, tipe perkawinan seperti ini sangat jarang.

5. Dimulai dari Memilih Pasangan

a. Memilih Pasangan

Setiap orang mempunyai keinginan dan kriteria dalam memilih pasangannya. Tentunya yang dirasa cocok dengan selernya. Namun, setiap orang memiliki daya tarik dan selera tertentu. Daya tarik ada yang bersifat lahir, kecantikan atau kegantengan misalnya, ada juga daya tarik yang menempel di luar seperti kekayaan, pangkat atau nama besar, ada juga daya tarik yang bersumber dari dalam diri seseorang, seperti kelembah-lembutan, kesetiaan, keramahan, dan berbagai ciri kepribadian lainnya. Demikian juga selera, seperti halnya daya tarik (Mubarok, 2003: 113).

Pernikahan idealnya dilakukan sekali seumur hidup. Di dahului dengan akad nikah antara dua individu dimana mereka berdua buka saja akan selalu bersama dalam suka tetapi dalam duka. Oleh karena itu, sebelum penanda tangan kontrak akad nikah calon suami dan calon istri harus benar-benar meneliti unsur-unsur yang akan mendukung “kebersamaan”, dan menandai betul unsur resistensi yang bukan saja bias mengganggu tetapi bisa menjadi bom waktu.

Untuk mendapatkan pasangan yang cocok biasanya seseorang mengedepankan rasa cocok. Namun menurut Darajat (1988: 118) ada peranan rasa dan peranan ilmu dalam mendapatkan pasangan hidup. Perasaan cocok sering lebih benar dibanding pertimbangan ilmiah. Jika seseorang wanita dalam pertemuan pertama dengan seorang laki-laki langsung merasa bahwa lelaki itu terasa “sreg” untuk menjadi suami, meski ia belum mengetahui secara detail siapa identitas si lelaki itu, biasanya factor perasaan sreg itu akan menjadi factor dominan dalam mempertimbangkan.

Sementara itu argumen rasional berdasar data lengkap tentang berbagai segi dari karakteristik lelaki atau perempuan, mungkin dapat memuaskan logika, tetapi mungkin terasa kering, karena pernikahan buka semata masalah logika, tetapi justru lebih merupakan masalah perasaan.

Oleh karena itu, agama sebagai penuntun hidup manusia mempunyai peranan yang signifikan dalam menuntun pemeluknya memilih pasangan yang sejalan dengan pikiran dan perasaan manusia. Karena Allah sebagai Khaliq melengkapi manusia dengan fitrah kecenderungan (syahwat) yang bersifat universal seperti yang disebut dalam Qs. Ali Imran ayat 14, yang artinya:

"Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini, yaitu: wanita-wanita, anak-anak, harta yang banyak dari jenis emas, perak, kuda pilihan, binatang-binatang ternak dan sawah ladang. Itulah kesenangan hidup di dunia, dan di sisi Allah-lah tempat kembali yang baik (surga)."

Merupakan hal yang wajar dan manusiawi, jika manusia tertarik kepada lawan jenis, bangga terhadap anak-anak yang banyak dan sukses, senang memiliki harta benda dan lain-lain. Di sisi lain, manusia juga memiliki hawa nafsu disamping syahwat. Jika orang yang memilih lebih dipengaruhi oleh hawa, maka kecenderungannya adalah pada kenikmatan segera atau bahkan kenikmatan sesaat, bukan pada kebahagiaan abadi. Jika dalam memilih lebih dipengaruhi oleh tuntunan nurani dan agama, maka pertimbangannya lebih pada memilih kebahagiaan abadi, meski untuk itu sudah terbayang harus melampaui terlebih dahulu fase-fase kesabaran dalam menghadapi kesulitan hidup.

Nabi Muhammad sendiri juga memberi tuntunan dan gambaran dalam memilih pasangan. Ada empat pertimbangan yang secara sosial selalu diperhatikan para calon pasangan yang akan dipilih, yaitu harta, keturunan, kecantikan dan agama, namun Nabi lebih menganjurkan pada sisi Agama. Sebagaimana Nabi bersabda, artinya: *Wanita itu dinikahi karena empat pertimbangan, kekayaannya, nasabnya, kecantikannya dan agamanya. Pilihlah wanita yang beragama niscaya kalian beruntung* (HR. Bukhari dan Muslim).

b. Mengenal karakteristik calon pasangan

Islam menuntun bagi pemeluknya mengenali kualitas calon suami dan calon istri. Maka ada istilah khitbah bagi seorang yang ingin

mengetahui calon istrinya tersebut. Di sisi lain, agama membolehkan orang menikah dengan rang yang belum dikenali, semata-mata karena mematuhi pilihan orang tua, hormat kepada orang tua, dan percaya maksud baik orang tua, tetapi agama juga tidak melarang menolak pilihan orang tua dengan alasan belum mengenali. Maka agama Islam juga membolehkan adanya komunikasi pergaulan antara calon suami dan calon istri, tentunya dengan istilah khitbah tersebut.

Sebelum pernikahan, sebaiknya calon mempelai sudah memahami hak dan kewajiban calon suami istri, memahami pilar utama kebahagiaan keluarga, memahami apa yang diperbolehkan dan dilarang agama, memahami situasi keluarga baru dan memiliki kiat jitu saat menghadapi problema. Bimbingan pra nikah dapat dilakukan di tempat calon mempelai.

Agar dapat membangun keluarga “Samara”, calon suami istri perlu memahami hak dan kewajiban masing-masing, tips keluarga idaman sebagaimana yang dicontohkan Rasulullah “Rumahku Surgaku” dan memiliki kiat jitu saat menghadapi problema.

c. Upacara Akad Nikah

Setelah calon suami dan istri sepakat untuk menikah karena adanya kecocokan rasa. Maka akad nikah merupakan muara yang harus dilalui oleh kedua pasangan tersebut. Agar secara resmi keduanya terikat dalam sebuah prasasti dan kontrak pernikahan. Dalam syariat agama, akad nikah sangat simpel dan sederhana, yakni terpenuhinya rukun nikah terdiri dari adanya mempelai laki-laki dan perempuan, adanya wali, dua saksi dan akad nikah itu sendiri. Sebagai peristiwa administrasi, akad nikah memerlukan kehadiran pegawai Negara, dan seperangkat dokumen yang mendasi sah tidaknya akad nikah.

Bagi kedua mempelai dan kedua orang tua masing-masing, peristiwa akad nikah merupakan peristiwa sakral yang mengharukan, membahagiakan dan menguras air mata, tetapi juga menyegarkan. Bagi orang yang lebih kuat tarikan agamanya (*mutadayyin*), kesakralan akad nikah karena di dalamnya ada perjanjian yang menggunakan nama Allah sebagai “materainya”. *Akhadz tumuhunna bi amanatillah wa istalaltum furujahunna bi asmaillah*. Mengikat tali tanggung jawab dengan kepercayaan atau tugas (amanat) Allah, dan menghalalkan persetubuhan yang sebelumnya haram, dengan menyebut nama Allah.

Akad nikah bukan sekedar upacara akad nikah, tetapi pengikatan secara gaib dibawah tatapan langsung Allah pada dua orang lelaki perempuan untuk hidup bersama sebagai hamba dan khalifah Allah di muka bumi yang siap tunduk mengikuti sunnatullah dalam kehidupan.

6. Menuju Keluarga Sakinah

a. Pengertian keluarga sakinah

Kehidupan berkeluarga atau menempuh kehidupan dalam perkawinan adalah harapan dan niat yang wajar dan sehat dari setiap anak muda dan remaja dalam masa pertumbuhannya. Pengalaman dalam kehidupan menunjukkan bahwa membangun keluarga itu mudah, namun memelihara dan membina keluarga hingga mencapai taraf kebahagiaan dan kesejahteraan yang selalu didambakan oleh setiap pasangan suami-istri sangatlah sulit. Nah, keluarga yang bisa mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan inilah yang disebut dengan keluarga sakinah.

Penggunaan kata sakinah diambil dari dari al-Qur'an surat al-Rum: ayat 21, yang artinya: Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu isteri-isteri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir.

Litaskunu ilaiha, yang artinya bahwa Tuhan menciptakan perjodohan bagi manusia agar yang satu merasa tenteram terhadap yang lain. Dalam bahasa Arab, kata sakinah di dalamnya terkandung arti tenang, terhormat, aman, penuh kasih sayang, mantap dan memperoleh pembelaan. Pengertian ini pula yang dipakai dalam ayat-ayat al-Qur'an dan hadis dalam konteks kehidupan manusia. Jadi keluarga sakinah adalah kondisi yang sangat ideal dalam kehidupan keluarga, dan yang ideal biasanya jarang terjadi, oleh karena itu ia tidak terjadi mendadak, tetapi ditopang oleh pilar-pilar yang kokoh, yang memerlukan perjuangan serta butuh waktu serta pengorbanan terlebih dahulu (Mubarak, 2006: 148).

Yang dimaksud dengan rasa kasih dan sayang adalah rasa tenteram dan nyaman bagi jiwa raga dan kemantapan hati menjalani hidup serta rasa aman dan damai, cinta kasih bagi kedua pasangan. Suatu rasa aman dan cinta kasih yang terpendam jauh dalam lubuk hati

manusia sebagai hikmah yang dalam dari nikmat Allah kepada makhluk-Nya yang saling membutuhkan.

Keluarga sakinah berarti keluarga yang tenang atau keluarga yang tenteram. Sebuah keluarga bahagia, sejahtera lahir dan batin, hidup cinta-mencintai dan kasih-mengasihi, di mana suami bisa membahagiakan istri, sebaliknya, istri bisa membahagiakan suami, dan keduanya mampu mendidik anak-anaknya menjadi anak-anak yang shalih dan shalihah, yaitu anak-anak yang berbakti kepada orang tua, kepada agama, masyarakat, dan bangsanya. Selain itu, keluarga sakinah juga mampu menjalin persaudaraan yang harmonis dengan sanak famili dan hidup rukun dalam bertetangga, bermasyarakat dan bernegara (Darajat, 1988: 87).

Disamping itu, ayat tersebut juga dengan jelas mengamanatkan kepada seluruh manusia, khususnya umat Islam, bahwa diciptakannya seorang istri bagi suami adalah agar suami bisa hidup tenteram bersama membina sebuah keluarga. Ketenteraman seorang suami dalam membina keluarga bersama istri dapat tercapai apabila di antara keduanya terdapat kerjasama timbal-balik yang serasi, selaras, dan seimbang. Masing-masing tak bisa bertepuk sebelah tangan. Sebagai laki-laki sejati, suami tentu tidak akan merasa tenteram jika istrinya telah berbuat sebaik-baiknya demi kebahagiaan suami, tetapi suami sendiri tidak mampu memberikan kebahagiaan terhadap istrinya. demikian pula sebaliknya. Kedua belah pihak bisa saling mengasihi dan menyayangi sesuai dengan kedudukannya masing-masing.

Menurut Mubarok (2006), untuk menuju keluarga sakinah harus didukung oleh simpul-simpul sebagai berikut:

Pertama, dalam keluarga itu ada mawaddah dan rahmah. Mawaddah adalah jenis cinta membara, yang menggebu-gebu dan “nggemesi”, sedangkan rahmah adalah jenis cinta yang lembut, siap berkorban dan siap melindungi kepada yang dicintai. Mawaddah saja kurang menjamin kelangsungan rumah tangga, sebaliknya rahmah, lama kelamaan menumbuhkan mawaddah.

Kedua, hubungan antara suami istri harus atas dasar saling membutuhkan, seperti pakaian dan yang memaikainya (hunna libasun lakum wa antum libasun lahunna, QS.2:187).

Ketiga, suami istri dalam bergaul memperhatikan hal-hal yang secara sosial dianggap patut (*ma'ruf*), tidak asal benar dan hak, *wa'asyiruhunna bil ma'ruf* (QS.4:19). Besarnya mahar, nafkah, cara bergaul dan sebagainya harus memperhatikan nilai-nilai *ma'ruf*. Hal ini terutama harus diperhatika oleh suai istri yang berasal dari kultur yang menyolok perbedaannya.

Keempat, menurut hadis Nabi, empat hal akan menjadi factor yang mendatangkan kebahagiaan keluarga (*arba'un min sa'adat al-mar'i*), yakni suami/istri yang setia (*shalih dan shalihah*), anak yang berbakti, lingkungan sosial yang sehat, dan dekat rizkinya.

b. Ciri-Ciri Keluarga Sakinah

Semua orang yang sudah berkeluarga mendambakan keluarga sakinah. Namun, pada dasarnya, keluarga sakinah sukar diukur karena merupakan satu perkara yang abstrak dan hanya boleh ditentukan oleh pasangan yang berumahtangga. Namun, terdapat beberapa ciri-ciri keluarga sakinah, diantaranya:

1) Rumah Tangga Didirikan Berlandaskan al-Quran dan Sunah

Asas yang paling penting dalam pembentukan sebuah keluarga sakinah ialah rumah tangga yang dibina atas landasan takwa, berpandukan al-Quran dan Sunah dan bukannya atas dasar cinta semata-mata. Ia menjadi panduan kepada suami istri sekiranya menghadapi perbagai masalah yang akan timbul dalam kehidupan berumahtangga. Firman Allah swt. dalam Qs. an-Nisa' [4]: 59, artinya: "*Kemudian jika kamu selisih faham /pendapat tentang sesuatu, maka kembalilah kepada Allah (Al-Quran) dan Rasulullah (Sunnah)*".

2) Rumah Tangga Berasaskan Kasih Sayang (*Mawaddah Warahmah*)

Tanpa '*al-mawaddah*' dan '*al-Rahmah*', masyarakat tidak akan dapat hidup dengan tenang dan aman terutamanya dalam institusi kekeluargaan. Dua perkara ini sangat-sangat diperlukan karena sifat kasih sayang yang wujud dalam sebuah rumah tangga dapat melahirkan sebuah masyarakat yang bahagia, saling menghormati, saling mempercayai dan tolong-menolong. Tanpa kasih sayang, perkawinan akan hancur, kebahagiaan hanya akan menjadi angan-angan saja.

3) Mengetahui Peraturan Berumahtangga

Setiap keluarga seharusnya mempunyai peraturan yang patut dipatuhi oleh setiap ahlinya yang mana seorang istri wajib taat kepada suami dengan tidak keluar rumah melainkan setelah mendapat izin, tidak menyanggah pendapat suami walaupun si istri merasakan dirinya betul selama suami tidak melanggar syariat, dan tidak menceritakan hal rumahtangga kepada orang lain. Anak pula wajib taat kepada kedua orangtuanya selama perintah keduanya tidak bertentangan dengan larangan Allah. Lain pula peranan sebagai seorang suami. Suami merupakan ketua keluarga dan mempunyai tanggung jawab memastikan setiap ahli keluarganya untuk mematuhi peraturan dan memainkan peranan masing-masing dibentuk.

4) Menghormati dan Mengasihi Kedua Ibu Bapak

Perkawinan bukanlah semata-mata menghubungkan antara kehidupan kedua pasangan tetapi ia juga melibatkan seluruh kehidupan keluarga kedua belah pihak, terutamanya hubungan terhadap ibu bapak kedua pasangan. Oleh itu, pasangan yang ingin membina sebuah keluarga sakinah seharusnya tidak menepikan ibu bapak dalam urusan pemilihan jodoh, terutamanya anak lelaki. Anak lelaki perlu mendapat restu kedua ibu bapaknya karena perkawinan tidak akan memutuskan tanggungjawabnya terhadap kedua ibu bapaknya. Selain itu, pasangan juga perlu mengasihi ibu bapak supaya mendapat keberkatan untuk mencapai kebahagiaan dalam berumahtangga.

5) Menjaga Hubungan Kerabat dan Ipar

Antara tujuan ikatan perkawinan ialah untuk menyambung hubungan keluarga kedua belah pihak termasuk saudara ipar kedua belah pihak dan kerabat-kerabatnya. Karena biasanya masalah seperti perceraian timbul disebabkan kerenggangan hubungan dengan kerabat dan ipar.

6) Penyakit yang Menghambat Sakinah dalam Keluarga

Mubarok (2003) berpendapat bahwa dalam membangun keluarga sakinah juga ada faktor yang mendukung ada faktor yang menjadi kendala. Faktor-faktor yang menjadi kendala atau penyakit yang menghambat tumbuhnya sakinah dalam keluarga adalah:

Pertama, akidah yang keliru atau sesat, misalnya mempercayai kekuatan dukun, magis dan sejenisnya. Bimbingan dukun dan sejenisnya bukan saja membuat langkah hidup tidak rasional, tetapi juga bisa menyesatkan pada bencana yang fatal.

Kedua, makanan yang tidak *halalan thayyiba*. Menurut hadis Nabi, sepotong daging dalam tubuh manusia yang berasal dari makanan haram, cenderung mendorong pada perbuatan yang haram juga (*qith`at al lahmi min al-haram ahaqqu ila an-nar*). Semakna dengan makanan, juga rumah, mobil, pakaian dan lain-lainnya.

Ketiga, kemewahan. Menurut al-Quran, kehancuran suatu bangsa dimulai dengan kecenderungan hidup mewah, *mutrafîn* (Qs. al-Isra :16), sebaliknya kesederhanaan akan menjadi benteng kebenaran. Keluarga yang memiliki pola hidup mewah mudah terjerumus pada keserakahan dan perilaku menyimpang yang ujungnya menghancurkan keindahan hidup berkeluarga.

Keempat, pergaulan yang tidak terjaga kesopannya (dapat mendatangkan WIL dan PIL). Oleh karena itu suami atau isteri harus menjauhi berduaan dengan yang bukan muhrim, sebab meskipun pada mulanya tidak ada maksud apa-apa atau bahkan bermaksud baik, tetapi suasana psikologis berduaan akan dapat menggiring pada perselingkuhan.

Kelima, kebodohan. Kebodohan ada yang bersifat matematis, logis dan ada juga kebodohan sosial. Pertimbangan hidup tidak selamanya matematis dan logis, tetapi juga ada pertimbangan logika sosial dan matematika sosial. Akibat Kebodohan sosial dan matematis sosial maka sering terjadi pertengkaran dalam keluarga.

Keenam, akhlak yang rendah. Akhlak adalah keadaan batin yang menjadi penggerak tingkah laku. Orang yang kualitas batinnya rendah mudah terjerumus pada perilaku rendah yang sangat merugikan.

Ketujuh, jauh dari agama. Agama dalah tuntunan hidup. Orang yang mematuhi agama meski tidak pandai, dijamin perjalanan hidupnya tidak menyimpang terlalu jauh dari rel kebenaran. Orang yang jauh dari agama mudah tertipu oleh sesuatu yang seakan-akan menjanjikan padahal palsu.

C. Simpulan

Untuk menuju keluarga bahagia atau dalam bahasa agama sering disebut dengan istilah keluarga sakinah membutuhkan suatu konseling perkawinan. Konseling ini dibutuhkan bagi mereka yang mempunyai problem diseperti perkawinan dan kehidupan berkeluarga, mulai dari memilih jodoh, ekonomi keluarga yang kurang mencukupi, perbedaan watak, ketidakpuasan dalam hubungan seksual, kesalah fahaman antara suami dan istri dan lain sebagainya.

Dalam kehidupan sehari-hari, ternyata upaya mewujudkan keluarga yang sakinah bukanlah perkara yang mudah, ditengah-tengah arus kehidupan seperti ini. Jangankan untuk mencapai bentuk keluarga yang ideal, bahkan untuk mempertahankan keutuhan rumah tangga saja sudah merupakan suatu prestasi tersendiri, sehingga sudah saatnya setiap keluarga perlu merenung apakah mereka tengah berjalan pada koridor yang diinginkan oleh Allah dalam mahligai tersebut, ataukah mereka justru berjalan bertolak belakang dengan apa yang diinginkan oleh-Nya.

Islam mengajarkan agar keluarga dan rumah tangga menjadi institusi yang aman, bahagia dan kukuh bagi setiap ahli keluarga, karena keluarga merupakan lingkungan atau unit masyarakat yang terkecil yang berperan sebagai satu lembaga yang menentukan corak dan bentuk masyarakat. Institusi keluarga harus dimanfaatkan untuk membincangkan semua hal sama ada yang menggembirakan maupun kesulitan yang dihadapi di samping menjadi tempat menjana nilai-nilai kekeluargaan dan kemanusiaan.

Kasih sayang, rasa aman dan bahagia serta perhatian yang dirasakan oleh seorang ahli khususnya anak-anak dalam keluarga akan memberi kepadanya keyakinan dan kepercayaan pada diri sendiri untuk menghadapi berbagai persoalan hidupnya. Ibu bapak adalah orang pertama yang diharapkan dapat memberikan bantuan dan petunjuk dalam menyelesaikan masalah anak. Sementara seorang ibu adalah lambang kasih sayang, ketenangan dan juga ketenteraman. Al-Quran merupakan landasan dari terbangunnya keluarga sakinah, dan mengatasi permasalahan yang timbul dalam keluarga dan masyarakat. *Wallahu a'lam*

DAFTAR PUSTAKA

- Darajat, Zakiah, 1988, *Kebahagiaan*, Jakarta: Ruhama
- Bustaman, Hanna Djumhana, 1995, *Integrasi Psikologi dengan Islam, Menuju Psikologi Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cet. 1
- Latipun, 2006, *Psikologi Konseling*, Malang: UPT. Penerbitan Universitas Muhamadiyah Malang
- Mubarok, Achmad, 2009, *Psikologi Keluarga, Dari keluarga Sakinah Hingga Keluarga Bangsa*, Jakarta: PT. Wahana Aksara Prima, Cet. 7
- _____, 2003, *Keluarga Sakinah Menuju Masyarakat Islam*, Jakarta: Depertemen Agama
- Willis, Sofyan S., 2009, *Konseling Keluarga*, Bandung: Alfabet
- Warson, Ahmad, 1997, *Kamus Al-Munawwir*, cet. I, Surabaya: Pustaka Progressif
- <http://agussyafii.blogspot.com/2008/03/konseling-perkawinan-perlukah.html>
- <http://www.scribd.com/doc/3742938/lima-syarat-keluarga-sakinah>

halaman ini bukan sengaja untuk dikosongkan