

Konseling Keluarga Dalam Perspektif Islam

Reza Muttaqin

Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Nusantara Banda Aceh

Email: rezamuttaqin@stainusantara.ac.id

ABSTRAK

Konseling keluarga dalam pandangan Islam merupakan sebuah proses pemberian bantuan kepada individu/kelompok dalam keluarga, oleh konselor (orang yang membantu), dengan konseli (orang yang dibantu) untuk menyadari eksistensinya sebagai makhluk Tuhan, dalam posisinya sebagai seorang anggota keluarga. Hal ini ditujukan agar ia senantiasa selaras dengan ketentuan dan kehendak Tuhan, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Dalam tulisan ini mencoba memberi perspektif baru seorang konselor dalam membantu mengatasi masalah keluarga Islam, yang menghadapi problem-problem keluarga /rumah tangga menurut syariat atau aturan Islam. metode kajian artikel ini adalah metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui studi kepustakaan. Hasil kajian ditemukan bahwa Keluarga dalam rumah tangga, oleh siapapun dibentuk, pada dasarnya merupakan upaya untuk memperoleh kebahagiaan dan kesejahteraan hidup. Keluarga dibentuk untuk menyalurkan nafsu seksual, untuk memadukan rasa kasih dan sayang di antara dua makhluk berlainan jenis, yang berlanjut untuk menyebarkan rasa kasih dan sayang keibuan dan kebakapan terhadap seluruh anggota keluarga (anak keturunan). Selain itu kenyataannya bahwa kehidupan pernikahan dan keluarga itu selalu saja ada problem, hal ini menunjukkan bahwa konseling yang dilandasi dengan nilai-nilai Islam menjadi sebuah keniscayaan.

Kata Kunci: Konseling, Keluarga, Masyarakat

PENDAHULUAN

Keluarga adalah sistem terkecil dalam masyarakat. Dalam menciptakan keluarga yang harmonis, setiap anggota keluarga ingin merasakan suasana damai, bahagia, tentram dunia dan akhirat. Keluarga menginginkan agar terbebas dari kemiskinan iman serta mampu menciptakan nilai-nilai keagamaan dalam kehidupan keluarga dan masyarakat.

Hidup berkeluarga adalah fitrah yang diberikan Allah Swt kepada manusia. Karena itu, orang yang berakal dan sehat tentu mendambakan keluarga bahagia, sejahtera, damai, dan langgeng. Rumah tangga yang bahagia adalah rumah tangga di mana seluruh anggota keluarga tidak selalu mengalami keresahan yang menggoncang

sendi-sendi keluarga. Rumah tangga sejahtera adalah rumah tangga yang dapat dipenuhi kebutuhan hidupnya, baik lahir maupun batin menurut tingkat sosialnya. Rumah tangga yang damai adalah rumah tangga di mana para anggota keluarganya senantiasa damai tenteram dalam suasana kedamaian dan bebas dari perpecahan dan pertengkaran. Sedangkan rumah tangga yang langgeng (kekal) adalah rumah tangga yang terjalin kokoh dan tidak terjadi perceraian selama kehidupannya¹

Bagi masyarakat Islam, mendukung dan mendorong pernikahan yang sehat, kokoh, tentram dan damai adalah landasan budaya umat Islam. Pernikahan yang sehat sangat diakui dalam masyarakat mengingat dalam hal emosional dan finansial yang terkait bagi keluarga.

Apa yang diidam-idamkan, diidealkan dan apa yang seharusnya terjadi dalam kenyataan, tidak senantiasa berjalan sebagaimana mestinya. Kebahagiaan yang diharapkan dapat diraup dari kehidupan berumah tangga, kerap kali hilang kandas tak berbekas yang menonjol justru derita dan nestapa. Problem-problem pernikahan dan keluarga amat banyak sekali dari yang kecil hingga yang berskala besar, dari yang berawal pertengkaran biasa, lama-lama meruncing dan berujung ke perceraian dan keruntuhan kehidupan rumah tangga.²

Sekarang ada peningkatan masalah perkawinan dan perceraian dalam komunitas muslim diseluruh dunia, dan ini memiliki dampak negatif dan merugikan fisik, psikososial, serta finansial bagi keluarga. Implikasi masalah ini sangat mempengaruhi fondasi komunitas keluarga muslim. Perceraian dapat menjadi pengalaman hidup yang sangat pahit dan dapat memicu stress paling signifikan yang dapat dihadapi seseorang³.

Fakta bahwa tingkat perceraian diantara muslim terus meningkat adalah suatu peringatan bagi umat Islam yang gagal untuk memahami hak dan manfaat pernikahan. Banyak masalah tercipta dalam keluarga, baik dari hal kecil sampai kepada besar yang tidak dapat diselesaikan atau diatasi oleh keluarga Hal ini menunjukkan bahwa pentingnya bantuan konseling dari orang lain untuk membantu menyelesaikan masalah - masalah dalam keluarga. Dalam pandangan Islam, semakin penting bagi keluarga untuk memahami bagaimana meminimalkan resiko kerusakan dan perceraian dalam pernikahan dan membangun fondasi kuat untuk membangun hubungan perkawinan

¹ Rifda El-Fiah, *Konseling Keluarga Dalam Persepektif Hukum Islam*, (IAIN Raden Intan Lampung 2016), Analisis, Volume XVI, Nomor 1, h. 154.

² Rifda El-Fiah, *Konseling Keluarga....*, h. 156.

³ Hussein Rassoool, *Konseling Islami, Suatu Pengantar Kepada Teori & Praktik*, (Jogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019), h. 214.

yang sehat. Al-Quran dan sunnah Nabi memiliki metodologi untuk mencegah dan menyelesaikan masalah yang dihadapi masyarakat.

Konseling islami adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinue dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Quran dan hadis Rasulullah kedalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan hadis.

Konseling pernikahan adalah cabang konseling yang bekerjasama dengan keluarga dan pasangan dalam suatu hubungan dekat dan memungkinkan mereka untuk mengatasi masalah emosional dan kesulitan pribadi lainnya.⁴

Konseling pernikahan dan keluarga islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam menjalankan pernikahan dan hidup berumah tangga selaras dengan ketentuan dan petunjuknya, sehingga dapat mencapai kehidupan dunia akhirat.⁵

Dalam menumbuhkan kembali berbagai problem yang berkaitan dengan keluarga ataupun pernikahan dalam ketentuan Allah, baik masalah tersebut muncul karna tidak sesuai dengan ajaran Al-Quran dan Hadis, ataupun masalah-masalah dalam hal dengan lingkungan. Maka konseling keluarga dalam perfektif Islam sangat penting sebagai proses bantuan kepada keluarga yang sakinah, tentram dan damai.

METODE KAJIAN

Penelitian ini merupakan jenis riset kepustakaan (*library research*). Apa yang disebut dengan riset kepustakaan atau sering juga disebut studi pustaka, ialah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian.⁶ Dari penjelasan dapat dipahami bahwa penelitian kepustakaan tidak hanya kegiatan membaca dan mencatat data-data yang telah dikumpulkan. Tetapi lebih dari itu, peneliti harus mampu mengolah data yang telah terkumpul dengan tahap-tahap penelitian kepustakaan.

Ada beberapa alasan yang mendasarinya. *Pertama*, bahwa sumber data tidak melulu bisa didapat dari lapangan. Adakalanya sumber data hanya bisa didapat dari perpustakaan atau dokumen-dokumen lain dalam bentuk tulisan, baik dari jurnal, buku maupun literatur yang lain. *Kedua*, studi kepustakaan diperlukan sebagai salah satu cara

⁴ Hussein Rassoool, *Konseling...*, h. 231.

⁵ Thohari Musnammar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), h. 70.

⁶ Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008), h. 3.

untuk memahami gejala-gejala baru yang terjadi yang belum dapat dipahami, kemudian dengan studi kepustakaan ini akan dapat dipahami gejala tersebut. Sehingga dalam mengatasi suatu gejala yang terjadi penulis dapat merumuskan konsep untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang muncul. Alasan *ketiga* ialah data pustaka tetap andal untuk menjawab persoalan penelitiannya.⁷

PEMBAHASAN

Pengertian Konseling Islam

Kata “*counsel*” berasal dari bahasa latin *konselium*, yang berarti konsultasi, saran, atau penilaian yang disengaja. Konseling adalah jenis terapi bicara yang berfokus pada masalah perkembangan dan psikososial melalui intervensi kognitif, afektif dan perilaku. Ini memungkinkan seseorang untuk dapat berbicara tentang masalah dan perasaannya secara rahasia dan suasana saling percaya.

Organisasi kesehatan Dunia (WHO) menyatakan praktik konseling masyarakat menerapkan prinsip-prinsip, kesehatan mental, psikologis, atau pengembangan manusia melalui strategi intervensi kognitif, afektif, dan perilaku. Ini terlihat bahwa konseling adalah layanan khusus yang memberikan klien suasana lingkungan yang nyaman, suportif, tidak menghakimi, dan bersifat rahasia untuk menggali masalah emosional, psikologis atau kehidupan yang mereka alami.⁸

Nurihsan berpandangan bahwa konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan tujuannya berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya.⁹

Konseling dapat terjadi ketika seorang konselor menemui klien secara pribadi dan rahasia. Suasana ini memberikan rasa nyaman kepada klien untuk dihargai, didengarkan, dan diterima. Dalam konseling ini, kesempatan bagi klien dalam menggali masalah emosional ataupun konflik batinnya serta meningkatkan hubungan dengan orang lain.

⁷ Mestika Zed, *Metode Penelitian...*, h. 3.

⁸ Hussein Rassoool, *Konseling Islami, Suatu Pengantar Kepada Teori & Praktik*, (Jogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019), h. 22.

⁹ Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan & Konseling Dalam Berbagai Latar kehidupan*, (Bandung: Reflika aditama, 2011), h. 10.

Dari definisi di atas dapat dipahami bahwa konseling adalah upaya bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien dalam menyelesaikan masalahnya, baik masalah perkembangan, psikososial. Sehingga individu dapat memahami dirinya, lingkungan serta dapat membuat keputusan sesuai dengan arah yang diyakininya serta merasa nyaman dan tenang.

Dari pandangan di atas, konseling Islam juga didefinisikan sebagai aktifitas yang bersifat “membantu” dikatakan membantu adalah pada hakikatnya individu sendiri yang perlu hidup sesuai dengan tuntunan Allah agar mereka selamat.

Konseling islami adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimiliki secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Quran dan Hadis Rasulullah kedalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras sesuai dengan tuntutan Al-quran dan hadis.¹⁰

Dalam potongan surah Al ma'idah ayat 2 berbunyi:

“dan tolong menolonglah kamu dalam (mengerjakan)kebaikan dan takwa, dan jangan tolong menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaannya”

Konseling islami adalah kesadaran akan keikutsertaan Al-quran dan hadis dalam proses konseling, sistem saling percaya yang dimiliki oleh konselor dan klien. Dalam saling percaya ini dapat meningkatkan dan mengubah klien untuk menjalani kehidupan yang lebih baik. Konseling islami didasarkan pada kerangka kerja yang dipandu oleh prinsip-prinsip kepercayaan dan praktik-praktik islami. Praktik yang baik dalam konseling Islam adalah yang diterima dalam islam, serta menggabungkan ajaran Al-qur'an, hadist dan etika Islam.

Konsep Keluarga dalam Islam

Keluarga adalah sistem sosial yang alamiah, berfungsi membentuk aturan-aturan, komunikasi dan negosiasi diantara para anggotanya. Ketiga fungsi keluarga ini mempunyai sejumlah implikasi terhadap perkembangan dan keberadaannya para anggotanya¹¹. Keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari: Suami-

¹⁰ Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2015), h. 23.

¹¹ Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan & Konseling Dalam Berbagai Latar kehidupan*, (Bandung: Reflika aditama, 2011), h. 99.

isteri, atau Suami, isteri, dan anaknya, atau Ayah dan anaknya, atau Ibu dan anaknya. Keluarga merupakan pilar pembangunan bangsa. Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama yang mempunyai peranan penting dalam memenuhi kebutuhan “asah, asih, dan asuh“. Keluarga merupakan tumpuan untuk menumbuh kembangkan dan menyalurkan potensi setiap anggota keluarga. Asuh yakni memenuhi kebutuhan nutrisi dan gizi, imunisasi, kebersihan diri dan lingkungan, pengobatan, bermain; Asih menciptakan rasa aman, nyaman, mendapatkan perlindungan dari pengaruh yang kurang baik dan tindak kekerasan dan Asah yakni melakukan stimulasi (rangsangan dini) pada semua aspek perkembangan¹².

Keluarga dalam Islam merupakan suatu ikatan yang baru akan terbentuk manakala telah melalui (akad) perjanjian nikah. Islam tidak mengakui kerja sama antara laki-laki dan perempuan dalam hal suami istri tanpa diawali perjanjian nikah.

Keluarga menurut konsep Islam adalah kesatuan antara hubungan laki-laki dan perempuan yang dilakukan melalui akad nikah menurut ajaran Islam. Ikatan apapun antara seorang laki-laki dan perempuan yang tidak dilakukan melalui akad nikah secara Islam, tidak diakui sebagai suatu keluarga Islam.¹³

Perlu dipahami bahwa keluarga menurut konsep Islam dan keluarga Islami. Keluarga islami adalah keluarga yang terdapat ajaran-ajaran Islam berlaku. Dengan pandangan lain bahwa seluruh anggota keluarga berperilaku sesuai dengan ketentuan dengan petunjuk Allah.

“Dihalalkan bagimupada malam hari bulan puasa bercampur dengan istri-istri kamu , mereka adalah pakaian bagimu dan begitu pula kamu pakaian bagi mereka. Allah mengetahui bahwasannya kamu tidak dapat menahan nafsumu, karena itu Allah mengampini kamu dan meberi maaf kepada mu.” (Al- Baqarah, 2:187).

Ayat Al-Qur;an ini mengungkapkan tujuan dasar dan konsep pernikahan dalam Islam. Dalam ayat tersebut menjelaskan bahwa sama seperti pakaian yang menutupi tubuh kita, demikian juga suami istri, harus menjaga kesucian satu sama lain. Pakaian itu memberi nyaman pada tubuh, begitu pula suami menemukan kenyamanan pada istrinya. Pakaian adalah rahmat, hiasan tubuh, keindahan, demikian istri bagi suami mereka sebagaimana suami bagi mereka.

¹² Miftahul Jannah, *Konsep Keluarga Idaman dan Islami*, (Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies, 2018) Vol. 4, No. 2, h. 87.

¹³ Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), h. 56.

Rasulullah saw mengatakan bahwa pernikahan sebagai salah satu hal yang paling mulia, dan beliau memerintahkan untuk menikah kepada umat muslim dengan sabdanya:

“Nikah adalah sunnahku, mereka yang menghindari sunnahku, bukan bagi dariku”

Islam sangat mengatur perjanjian kontrak antara seorang pria dan istrinya, dan menetapkan hukum dan aturan untuk mencapai pernikahan yang bahagia. Ketika semakin banyak muslim memutuskan untuk mengakhiri pernikahan mereka, itu berarti banyak muslim yang gagal dalam menuai hasil pernikahan yang baik. Intuasi keluarganya tidak didirikan dengan benar sejak awal. Ajaran Islam sangat penting untuk menjaga dan melindungi ikatan keluarga dan kehidupan pernikahan.¹⁴

Pendekatan Konseling keluarga islami

Problematika keluarga adalah kehidupan keluarga dalam keadaan kacau, tak teratur dan terarah, orang tua kehilangan kewibawaan untuk mengendalikan kehidupan anak-anaknya, terutama pada saat remaja, mereka melawan orang tua, dan terjadi pertengkaran terus menerus antara suami istri terutama dalam mendidik anak. Bahkan keluarga krisis ini dapat membawa perceraian kepada keluarga. Dengan kata lain problem keluarga adalah suatu kondisi yang sangat labil pada keluarga, dimana komunikasi dua arah dalam kondisi demokrasi sudah tidak ada lagi.

Faktor-faktor penyebab terjadinya problematika dalam keluarga , yaitu: Putusnya Komunikasi Antara Keluarga, Sikap egosentrisme, Masalah ekonomi, Masalah kesibukan, Masalah pendidikan, Masalah perselingkuhan, Jauh dari agama.

Setiap masalah seharusnya ada jalan keluar untuk penyelesaiannya. Demikian pula dengan masalah dalam keluarga yang sangat rumit. Karena harus dicarai akar masalahnya, lalu ditemukan solusinya. Banyak upaya yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan krisis dalam keluarga, yaitu dengan cara-cara tradisional dan cara modern/ilmiah.

Cara pemecahan masalah keluarga secara tradisional terbagi dua, *pertama* kearifan keuda orang tua dalam menyelesaikan masalah keluarga, terutama masalah yang berhubungan pada anakdan istri. Istilah kearifan adalah cxara-cara penuh kasih sayang, kekeluargaan, membangun hubungan jangan sampai ada yang sakit hati dari sikap orang

¹⁴ Hussein Rassool, *Konseling Islami, suatu Pengantar Kepada Teori & Praktik*, (Jogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019), h. 215-216.

tua. Hal ini memerlukan dukungan media, misalnya makan bersama, shalat berjamaah yang dipimpin oleh kepala keluarga. Namun, hal ini jarang terjadi dikarenakan orang tua sibuk dengan pekerjaan dan terkadang sampai dirumah dalam keadaan larut malam, sehingga kurangnya komunikasi masing-masing anggota keluarga. Kearifan orang tua dapat terjadi apabila punya banyak waktu di rumah, selalu menciptakan suasana rumah yang harmonis dan kasih sayang, orang tua seharusnya mempunyai pengetahuan psikologis anak dan remaja serta cara membimbing anak.

Kedua bantuan orang bijak seperti ulama atau ustadz. Masalahnya mereka cukup kearifan dan bimbingan agama, akan tetapi kurang paham tentang psikologis dan cara-cara membimbing. Mereka akan selalu menasehati jika terjadi penyimpangan perilaku anak dan remaja. Nasehat kadang-kadang dapat menyinggung perasaan.

Cara ilmiah adalah cara konseling keluarga (*family counseling*). Cara yang dilakukan oleh pakar konseling diseluruh dunia. Ada dua pendekatan konseling keluarga yang dilakukan dalam hal ini. *Pertama*, pendekatan individual (individual konseling) yaitu upaya untuk menggali emosi, pengalaman dan pemikiran klien. *Kedua*, pendekatan kelompok (*family conseling*) yaitu diskusi dalam keluarga yang dibimbing oleh keluarga.¹⁵

Allah berfirman dalam Al-Qur'an (terjemahnya)

“Dan jika kamu khawatir terjadi persengketaan antara keduanya, maka kirimkanlah juru damai dari keluarga laki-laki dan perempuan. Jika keduanya bermaksud mengadakan perdamaian, niscaya Allah memberika taufik kepada suami istri. Sungguh, Allah maha mengetahui dan maha meneliti”. (An-Nisa' 4:35).

“jika kamu berbeda pendapat akan sesuatu, kembalikanlah kepada Allah, Rasulnya, jika kamu berinman kepada allah dan hari akhir”. (An-Nisa' 4:59).

Tanggung jawab Islam adalah memberikan nasehat untuk menjalankan yang benar dan melarang yang salah. Ini menunjukkan pentingnya memberikan panduan islami yang baik kepada mereka yang perilakunya menyimpang dari ajaran agama. Ini kesempatan besar bagi individu sebelum menikah dan sesudah menikah untuk mendapat masukan yang baik dari keluarga, tokoh masyarakat, imam dan konselor muslim dan pekerja sosial mengenai cara-cara untuk mencegah dan mengintervensi sejak dini munculnya potensi masalah pernikahan.

¹⁵ Sofyan Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling)*, (Bandung: Alfabeta, 2011), h. 20.

Konseling Keluarga

Dalam konseling keluarga dalam perspektif Islam, konselor memanfaatkan pendekatan utama dan teknik terapi yang sesuai dengan praktik ajaran Islam. Penting bagi konselor untuk menjelaskan sejak awal bahwa ia terbuka untuk masukan dan saran, dan ingin menggunakan pendekatan untuk menyelesaikan masalah mereka melalui nilai-nilai Islam, dan etika mereka sebagai muslim. Pedoman diantaranya:

1. Kaji religiositas pasangan

Konselor perlu memahami posisi Islam dalam kehidupan pasangan secara bersama-sama dan individu. Tingkat komitmen terhadap keyakinan dan praktik Islam akan menentukan sifat dan pendekatan praktik konseling. Menilai religiositas bukan berarti mengamati daftar tentang praktik-praktik Islam dari klien, akan tetapi itu akan terbukti dalam pandangan pasangan, bersama-sama dan secara individu, dan bagaimana mereka berbicara tentang Islam, serta hal-hal yang mereka tidak setuju.

2. Amati tingkat akulturasi

Pahami agama, budaya, dan pandangan klien. Sangat penting dalam memahami etnis budaya, karena budaya mempengaruhi pandangan tentang pernikahan dan perceraian. Ada nilai-nilai budaya yang mungkin tidak selalu sejalan dengan nilai-nilai Islam, dan ada perbedaan antara budaya kaum muslim dengan budaya Islam itu sendiri. maka penting untuk menilai tingkat akulturasi.

3. Konsultasi dengan ulama ketika muncul masalah fiqh (hukum Islam)

Apabila terjadi masalah yang berhubungan dengan pasangan baik dalam pandangan hukum sipil maupun Islam yang dibawakan dalam sesi konseling. Dalam hal ini hal terbaik kasus ini dibawakan pada ahli Islam terkemuka, atau bagian dari kolaboratif cendikiawan atau ulama. Hal-hal fiqh Islam yang berhubungan dengan keluarga antara lain: hak asuh anak, keabsahan perceraian, khula (hak seorang wanita bercerai dari suami dalam Islam), KDRT.

4. Perhatikan bahasa

Bahasa menjadi penghalang jika suami dan istri tidak menggunakan bahasa yang sama-sama dimengerti. Penting untuk tidak memahami hal-hal yang tidak terlalu harfiah.

5. Pahami pengaruh keluarga pasangan dalam hubungan mereka

Pasangan baru berjuang dalam membangun keluarga dan kesetiaan satu sama lain, dan ini dapat dengan mudah patah jika mertua mengganggu secara agresif. Tindakan terbaik bagi konselor dengan sopan mengakui perasaan keprihatinan

mereka terhadap anak-anak mereka atau masalah lainnya. Rahasia tetap harus terjaga. Pasangan perlu belajar tentang penetapan batas-batas tertentu sebagai cara mempertahankan keluarga, dan batasan tersebut harus diputuskan oleh pasangan.

6. Pahami dinamika kekuasaan

Salah satu bidang konflik dalam keluarga muslim adalah penyalahgunaan wewenang. Perlu diperhatikan bahwa ketika konseling terhadap muslim, istri dan anak-anak mereka mungkin merasa tidak nyaman berbicara depan suami, ini bisa terjadi dalam keluarga dimana istri dan anak-anak berada dalam kekuasaan suami/ayah. Konselor harus peka dan menghindari pemaksaan diri dalam sesi konseling dan menjadikan istri atau anak-anak ikut serta dalam sesi konseling.

7. Fokus pada solusi

Individu perlu merasakan kepemilikan atas masalah mereka, klien harus bekerja dengan kuat bersama konselor demi menemukan solusi dalam masalah mereka. Penting dipahami bahwa konselor bukan penyelamat keluarga dengan merasa bertanggung jawab atas pekerjaan klien. Jika konselor menahan diri dari bertindak dari penyelamat, klien tidak akan belajar sebagai tanggung jawab pribadi dan bagaimana menghadapi penyelesaian konflik dan masalah mereka sendiri. peran konselor adalah memastikan bahwa klien bertanggung jawab atas masalah mereka sendiri dan bertindak sebagai fasilitator dalam menemukan solusi.

8. Hubungi perhimpunan budaya atau islami

Perhimpunan, budaya lokal dan nasional, atau asosiasi layanan sosial Islam dapat memberikan bantuan dan bimbingan profesional dengan masalah atau penyimpangan yang khusus untuk para pasangan muslim¹⁶.

Dalam masyarakat modern masih banyak tradisi kebiasaan yang tidak islami yang kita harapkan untuk dipatuhi oleh pasangan dengan mengabaikan perintah Al-Quran untuk tinggal bersama pasangan kita dengan belas kasihan dan cinta bersama. Banyak keluarga muslim yang tertekan berusaha untuk mengikuti agama yang mendesak pasangannya untuk mencari mediasi dari keluarga pada saat konflik pernikahan muncul. Akan tetapi pada layanan konseling harus diberika sesuai budaya dan peka terhadap kebutuhan komunitas muslim.

¹⁶Hussein Rassool, *Konseling Islami, suatu Pengantar Kepada Teori & Praktik*, (Jogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019), h. 236.

Agar terciptanya keluarga yang sakinah, mawaddah, warahmah, keluarga harus mampu menciptakan lima pondasi yang dianjurkan oleh Rasulullah. *Petama*, Memiliki sikap menguasai dan memiliki ilmu-ilmu agama. *Kedua*, yang lebih muda menghormati yang tua. *Ketiga*, berusaha memperoleh rezki yang memadai. *Keempat*, hemat dalam membelanjakan harta. *Kelima*, mampu melihat segala kekurangan dan kesalahan diri dan segera bertaubat.¹⁷

“Apabila Allah menghendaki suatu keluarga yang baik (bahagia), dijadikan keluarga tersebut memiliki penghayatan ajaran agama yang benar, anggota keluarga yang muda menghormati yang tua, berkecupan rezeki dalam kehidupannya, hemat dalam membelanjakan harkahnya, menyadari cacat-cacat mereka dan melakukan taubat. Jika Allah menghendaki sebaliknya, maka ditinggalkannya mereka dalam kesesatan ”. (H.R. Dailami dari Anas).

Urgensi Konseling Pernikahan dan Keluarga Islami

Setiap keluarga pada dasarnya ingin mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan dalam hidupnya. Keluarga dibentuk untuk menyatukan kasih sayang diantara dua makhluk berlainan jenis, yang selanjutnya untuk menyebarkan kasih sayang seorang ibu dan ayah kepada seluruh anggota keluarga. Semuanya dengan jelas bahwa keluarga ingin damai, aman, tentram, bahagia dan lebih sejahtera.

Namun banyak harapan tidak sesuai dengan kenyataan dalam keluarga, dimana pa yang diidam-idamkan, yang diinginkan oleh keluarga tidak jalan sebagaimana mestinya. Kebahagiaan yang diinginkan dalam keluarga kerap kali hilang, justru derita dan kesusahan yang hadir. Masalah dalam pernikahan dan keluarga banyak sekali muncul dari hal kecil sampai yang besar.

Manusia sebagai makhluk yang dititahkan Allah untuk mengurus bumi, dibekali dengan akal dan sanubari. Sebagai makhluk yang sering menghadapi masalah, manusia telah diberikan petunjuk untuk dapat memecahkan masalah dan persoalan kehidupan yang dihadapinya. Pemecahan persoalan ini terkadang dapat di diselesaikan menggunakan hati dan sanubarinya. Namun, tidak semua problem dapat di atas oleh manusia secara mandiri, karena beratnya beban persoalan yang dihadapinya. Terkadang

¹⁷ Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), h. 64.

ia memerlukan orang lain yang berkompeten sesuai dengan jenis problem yang dihadapinya¹⁸

Manyak sekali muslim yang keliru dan tidak percaya bahwa mereka memerlukan konseling dalam hal pernikahan dan konflik harus dihindari. Dalam Islam sama sekali tidak ada dalam syariah yang membatasi dua orang yang ingin menikah mencari nasehat dengan para ahli, ulama atau orang tua mereka. Contoh yang disampikan Rasulullah dimana para sahabat akan datang dan memohon petunjuknya sebelum menikahi seseorang.

Maka dari problem yang terjadi dalam pernikahan dan keluarga yang kerap kali tidak dapat diatasi oleh sendiri, menunjukkan bahwa diperlukan bantuan konseling dari orang lain untuk turut serta mengatasinya. Melihat realitas kehidupan manusia muslim saat ini yang begitu kompleks dan rawan dari gangguan-gangguan psikologis dan dalam kehidupan keluarga muslim juga sedemikian rupa kompleksnya, sehingga kalau kita lihat di berbagai media cetak maupun elektronik, banyak kasus-kasus perceraian pasangan muda selebriti dan kasus-kasus lain berawal dari persoalan keluarga, yaitu lemahnya pemahaman mereka terhadap prinsip-prinsip kehidupan keluarga yang dilandasi dengan nilai-nilai Islam. Hal ini menunjukkan pentingnya posisi peranan konseling (*konselor*) Islam dalam memberikan bantuan kepada mereka yang menghadapi problem-problem tersebut.

Sebuah studi pada tahun 2012 menunjukkan bahwa tidak ada laki-laki dan perempuan yang diceraikan dalam penelitian ini yang mengikuti konseling pranikah selain pertemuan singkat dengan seorang imam. Dalam penelitian ini berharap mereka diberikan kesempatan untuk mengikuti konseling pranikah yang lebih luas dan memiliki akses yang lebih mudah kelayanan konseling begitu mereka akan menikah atau mengalami masalah tertentu. Bukti menunjukkan bahwa pasangan yang telah menjalani kursus konseling dapat menjalani keluarga yang bahagia dan tentram¹⁹.

Dengan memahami arah tujuan konseling Islam untuk membantu individu menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang harus mengikuti ketentuan dan petunjukNya agar bisa hidup bahagia, menunjukkan bahwa pentingnya konseling islami mengenai pernikahan dan keluarga.

¹⁸Abdul Choliq Dahlan, *Bimbingan dan Konseling Islami: Sejarah, Konsep dan Pendekatannya*, (Yogyakarta: Shaida, 2009), h. 5.

¹⁹ Hussein Rassool, *Konseling Islami, suatu Pengantar Kepada Teori & Praktik*, (Jogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019), h. 226.

PENUTUP

Bimbingan dan konseling merupakan suatu kegiatan yang integral. Konseling merupakan salah satu teknik dalam proses pelayanan bimbingan di antara beberapa teknik lainnya. Konseling dalam perspektif Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu dengan menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam menjalankan hidup dengan ketentuan syari'at Islam sebagai petunjuk-Nya sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akherat. Konseling Islam tekanannya pada fungsi kuratif, pada pemecahan masalah bagi individu yang menghadapi masalah pernikahan (keluarga) dan kemudian individu tersebut diajak kembali untuk menelusuri, memahami petunjuk dan ketentuan hukum-hukum Allah, menghayatinya kembali serta mencoba berusaha menjalankannya sebagaimana mestinya. Sehingga bimbingan dan konseling pernikahan dan keluarga dalam perspektif Islam ditujukan pada upaya membantu individu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Kebahagiaan dunia dan akhirat yang ingin dicapai itu bukan hanya untuk seseorang anggota keluarga, melainkan untuk semua anggota keluarga. Ketentuan keluarga yang didasari kasih dan sayang akan tercapai manakala dalam keluarga itu senantiasa ada komunikasi dan musyawarah yang dilandasi rasa saling hormat menghormati dan disinari rasa kasih dan sayang dan dilakukan dengan lemah lembut

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan & Konseling Dalam Berbagai Latar kehidupan*, Bandung: Reflika Aditama, 2011.
- Abdul Choliq Dahlan, *Bimbingan dan Konseling Islami: Sejarah, Konsep dan Pendekatannya*, Yogyakarta: Shaida, 2009.
- Hussein Rassool, *Konseling Islami suatu Pengantar Kepada Teori & Praktik*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019.
- Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008
- Miftahul Jannah, *Konsep Keluarga Idaman Dan Islami*, Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies, 2018 Vol.4, No.2.
- Rifda El-Fiah, *Konseling Keluarga Dalam Persepektif Hukum Islam*, IAIN Raden Intan Lampung, 2016, Analisis, Volume XVI, Nomor 1.
- Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah, 2015.
- Sofyan Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling)*, Bandung: Alfabeta, 2011.
- Thohari Musnammar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*, Yogyakarta: UII Press, 1992.