



**URGENSI KONSELING KELUARGA  
DALAM MENCIPTKAN KELUARGA SAKINAH**

Oleh: Risdawati Siregar \*

**Abstract**

*Family counseling is an effort to aid granted to individual members of the family through the family system so that its potential to develop optimally as possible and the problem can be resolved, on the basis of willingness to help of all the members of the family based on the willingness and love of family. Of the few that read literatur found that in family counseling should implement the principles and the principles of counseling to overcome the problems or the crisis in the family. In coaching emphasis happy family there are five aspects of life that aspect of religious life in the family, family education, family health, a stable economy for families, as well as inter harmonious social relationships and families. The role of family counseling is as fasilitator to problems that occur in families and counselors provide guidance to all members of the family by doing habituation habituation daily behavior based on religious teachings in order to be a devoted family, positif, productive and self-reliant through the relation between the individual and the system families in order to create harmonious family.*

**Kata Kunci: Konseling, Keluarga, Sakinah.**

---

\*Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidempuan, Alumni Program Pascasarjana (S2) Universitas Negeri Padang.

## **A. Pendahuluan**

Pernikahan merupakan awal dari gerbang utama yang harus dilewati oleh pasangan suami isteri dalam membentuk keluarga sakinah, mawadah warahmah sebagaimana yang diajarkan dalam agama (Islam). Untuk mencapai tujuan tersebut, penting artinya mengembangkan layanan bimbingan konseling pranikah dan pernikahan kepada calon pasangan suami istri agar lebih siap mengarungi bahtera rumah tangga yang nantinya akan dilalui bersama. Jangan sampai kondisi yang sudah sedemikian buruk, dimana kelangsungan perkawinan dan kehidupan keluarga terancam, baru pasangan berkenan untuk datang ke konsultan perkawinan untuk menjalani proses konseling, demi mencari solusi terhadap permasalahan yang dihadapi. Mereka berharap konseling keluarga menengahi konflik yang terjadi antara pasangan suami istri. Tidak jarang pula mereka berharap konseling keluarga dapat memberikan pengukuhan siapa yang benar dan siapa yang salah dalam kasus mereka. 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 sunnah Rasul. Melalui perkawinan itulah terbentuk keluarga. Keluarga adalah 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. Namun, sering terjadi keluarga kehilangan peran dan fungsinya. Karena itulah, diperlukan adanya bimbingan dan konseling perkawinan. Haraan tersebut tentu saja tidak akan mungkin terpenuhi, karena pada dasarnya konselor perkawinan bukan wasit, yang mampu menentukan siapa yang salah dan siapa yang benar. Sejujurnya, pasangan hanya perlu memahami lebih dalam bahwa proses konseling saja tidak cukup, karena sesungguhnya pasangan juga membutuhkan terapi psikologis untuk dapat belajar merubah perilaku diri masing-masing menjadi individu yang lebih baik, demi mempertahankan perkawinan dan mencapai kehidupan yang lebih baik.

## **B. Pengertian Konseling Keluarga**

Konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan klien agar klien mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga klien merasa bahagia dan efektif perilakunya. Sedangkan konseling keluarga adalah upaya bantuan yang diberikan pada individu anggota keluarga melalui system keluarga agar potensinya berkembang seoptimal mungkin dan masalahnya dapat diatasi atas dasar kemauan untuk membantu dari semua anggota keluarga berdasarkan kerelaan dan kecintaan terhadap keluarga. Konseling keluarga memfokuskan pada masalah-masalah berhubungan dengan situasi keluarga dan penyelenggaraannya melibatkan anggota keluarga dan memandang keluarga secara keseluruhan

bahwa permasalahan yang dialami seorang anggota keluarga akan efektif diatasi jika melibatkan anggota keluarga yang lain. Konseling keluarga bertujuan membantu anggota keluarga belajar dan memahami bahwa dinamika keluarga merupakan hasil pengaruh hubungan anggota keluarga. Membantu anggota keluarga agar dapat menerima kenyataan bahwa apabila salah seorang anggota keluarga memiliki permasalahan, hal itu akan berpengaruh terhadap persepsi, harapan, dan interaksi anggota keluarga lainnya. Dalam Konseling keluarga, berupaya anggota keluarga dapat tumbuh dan berkembang guna mencapai keseimbangan dan keselarasan., serta mengembangkan rasa penghargaan dari seluruh anggota keluarga terhadap anggota keluarga yang lain.<sup>1</sup>

Allah SWT berfirman dalam al-Qur'an Surat An-Nisa ayat 35 :

وَإِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَابْعَثُوا حَكَمًا مِّنْ أَهْلِهِ وَحَكَمًا مِّنْ أَهْلِهَا إِنْ يُرِيدَا إِصْلَاحًا يُوَفِّقُ اللَّهُ بَيْنَهُمَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا خَبِيرًا ﴿٣٥﴾

*Artinya: "dan jika kamu khawatirkan ada persengketaan antara keduanya, Maka kirimlah seorang hakam [dari keluarga laki-laki dan seorang hakam dari keluarga perempuan. jika kedua orang hakam itu bermaksud mengadakan perbaikan, niscaya Allah memberi taufik kepada suami-isteri itu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal.*

Berdasarkan ayat diatas, sangat relevan dengan pengertian konseling. Bahwasanya apabila terjadi konflik dalam sebuah keluarga, maka diperlukannya hakam/juru pendamai. Disinilah pentingnya peranan seorang konselor keluarga. Sedangkan pengertian keluarga adalah satuan masyarakat terkecil yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak. Dan pengertian keluarga sakinah yaitu satu sistem keluarga yang berlandaskan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah, beramal saleh untuk meningkatkan potensi semua anggota, dan beramal saleh untuk keluarga-keluarga lain disekitarnya, serta berwasiat atau berkomunikasi dengan cara bimbingan yang penuh kebenaran, kesabaran, serta penuh dengan kasih sayang. Berdasarkan firman Allah SWT dalam al-Qur'an Surat An-Nisa ayat 1 :

يٰٓأَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا ﴿١﴾

*Artinya: " Hai sekalian manusia, bertakwalah kepada Tuhan-mu yang telah menciptakan kamu dari seorang diri, dan dari padanya Allah menciptakan isterinya; dan dari pada keduanya Allah memperkembang biakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. dan bertakwalah kepada Allah yang dengan (mempergunakan) nama-Nya kamu saling meminta satu sama lain, dan (peliharalah) hubungan silaturrahim. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu".*

<sup>1</sup>Minuchin,s, Family and Family Therapy, (Cambrid, MA: Harvard University, 1999),hlm.78

Konseling keluarga pada dasarnya adalah penerapan konseling pada situasi yang khusus. Konseling keluarga ini secara khusus memfokuskan pada masalah-masalah yang berhubungan dengan situasi keluarga dan penyelenggaraannya melibatkan anggota keluarga. *Crane* mengatakan bahwa konseling keluarga merupakan proses pelatihan terhadap orang tua dalam hal metode mengendalikan perilaku yang positif dan membantu orang dalam perilaku yang dikehendaki. Dalam pengertian ini konseling keluarga tidak bermaksud untuk mengubah kepribadian, sifat, dan karakter orang-orang yang terlibat, tetapi lebih mengusahakan perubahan dalam sistem keluarga melalui perubahan perilaku. Adapun yang dimaksud bimbingan konseling keluarga adalah kepenasehatan keluarga secara langsung. Kepenasehatan keluarga maksudnya adalah memberikan penunjuk kesadaran dan pengertian yang berkaitan dengan problem yang sedang dihadapi oleh klien yang tidak lain berdasarkan pada ajaran agama yang dianut oleh klien itu sendiri.<sup>2</sup>

Sedangkan pendapat lain, *Family Counseling* atau konseling keluarga adalah upaya bantuan yang diberikan kepada individu anggota keluarga melalui sistem keluarga (pembenahan konseling keluarga) agar potensinya berkembang seoptimal mungkin dan masalahnya dapat diatasi, atas dasar kemauan membantu dari semua anggota keluarga berdasarkan kerelaan dan kecintaan terhadap keluarga. Jadi, konseling keluarga adalah usaha membantu individu anggota keluarga untuk mengaktualisasikan potensinya atau mengantisipasi masalah yang dialaminya, melalui sistem kehidupan keluarga, dan mengusahakan akan terjadi perubahan perilaku yang positif pada diri individu yang akan memberi dampak positif pula terhadap anggota keluarga lainnya.<sup>3</sup>

Konseling keluarga memandang keluarga cara keseluruhan bahwa anggota keluarga adalah bagian yang tidak mungkin dipisahkan dari anak (klien) baik dalam melihat permasalahannya maupun penyelesaiannya. Sebagai suatu sistem permasalahan yang dialami seorang anggota keluarga akan efektif diatasi jika melibatkan anggota keluarga yang lain.

Menurut D. Stanton konseling keluarga dapat dikatakan sebagai konseling khusus karena sebagaimana yang selalu dipandang oleh konselor terutama konselor keluarga, bahwa konseling keluarga sebagai (1) sebuah modalitas yaitu klien adalah anggota dari suatu kelompok, (2) dalam proses konseling melibatkan keluarga inti atau pasangan.

Konseling keluarga memandang keluarga cara keseluruhan bahwa anggota keluarga adalah bagian yang tidak mungkin dipisahkan dari anak (klien) baik dalam melihat permasalahannya maupun penyelesaiannya. Sebagai suatu sistem permasalahan yang dialami seorang anggota keluarga akan efektif diatasi jika melibatkan anggota keluarga yang lain.

Atas dasar penjelasan-penjelasan diatas jelas bahwa dalam konseling keluarga yang menjadi unit terapi adalah keluarga sehubungan dengan masalah

---

<sup>2</sup>A.R.Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, (Yogyakarta:Ull Press,2004), hlm 24

<sup>3</sup>Willis.S.Sopyan, *Konseling Keluarga: Suatu Pendekatan Sistem*,( Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan,FIP,IKIP, (Bandung, 1994), hlm.12

yang dihadapi oleh anggota keluarga. Hal tersebut berbeda dengan konseling individual karena yang menjadi unit terapi adalah individu sekalipun masalah yang dihadapi dan dipecahkan adalah berhubungan dengan keluarganya. Dalam beberapa hal konseling keluarga tampaknya menguntungkan. Semua anggota keluarga mengerti dan bertanggungjawab terhadap upaya perbaikan perilaku anak. Konseling ini menjadi sangat efektif terutama untuk mengatasi masalah-masalah anak yang berhubungan dengan sikap dan perilaku orangtua sepanjang berinteraksi dengan anak. Konseling keluarga memandang keluarga secara keseluruhan bahwa anggota keluarga adalah bagian yang tidak mungkin dipisahkan dari anak (klien) baik dalam segi permasalahannya maupun penyelesaiannya. Sebagai suatu system, permasalahan yang dialami seorang anggota keluarga akan efektif diatasi jika melibatkan anggota keluarga yang lain. Maka seorang konselor harus melihat apakah dalam keluarga melaksanakan fungsi-fungsi keluarga tersebut. Adapun fungsi-fungsi keluarga menurut Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 1994 tentang keluarga menyebutkan ada 8 fungsi keluarga dalam kehidupan bermasyarakat adalah :

1. Fungsi keagamaan.

Keluarga sebagai satu kesatuan masyarakat terkecil memiliki tanggung jawab moral untuk membimbing anggotanya menjadi manusia yang bermoral, berakhlak mulai serta beriman dan bertaqwa.

2. Fungsi sosial budaya.

Keluarga merupakan awal dari terciptanya masyarakat yang berbudaya, saling menghormati dan rukun antar tetangga. Dari keluarga yang berbudaya diharapkan terciptanya masyarakat yang berbudaya pula mulai dari tingkat RT, RW, Lurah sampai pada kehidupan kemasyarakatan yang lebih luas sebagai warga dari Negara Indonesia yang dilandasi Pancasila sesuai dengan sila ke 2 dari Pancasila yaitu "*Kemanusiaan yang adil dan beradab*".

3. Fungsi cinta kasih.

Dari keluargalah dimulainya tumbuh rasa cinta kasih anak terhadap manusia dan makhluk dimuka bumi ini. Anak yang dibesarkan dalam suasana cinta dan kasih sayang yang berlimpah maka akan tercermin pula sikap tersebut dalam kehidupan bermasyarakat.

4. Fungsi melindungi

Anak dalam kehidupannya selama proses tumbuh kembang membutuhkan orang yang dapat melindungi mereka dari segala macam bahaya baik bahaya fisik maupun bahaya moral. Keluarga dalam hal ini orang tua merupakan pelindung pertama dan utama selama proses tumbuh kembang tersebut.

5. Fungsi reproduksi.

Sepanjang peradapan manusia selalu ada regenerasi sebagai tonggak estafet untuk penerus generasi. Keluarga merupakan tempat untuk melahirkan sumber daya manusia yang berkualitas dan beretika. Dari keluargalah dimulainya proses regenerasi tersebut.

#### 6. Fungsi sosialisasi dan pendidikan.

Tercapainya tujuan pendidikan nasional yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, berbudi pekerti luhur, cerdas dan terampil serta bertanggung jawab kepada masyarakat dan bangsa adalah dimulai dari keluarga. Pendidikan formal tidak akan mampu mewujudkan tujuan pendidikan nasional tersebut tanpa ditunjang pendidikan keluarga. Hal ini disebabkan karena keluargalah sebagai pondasi utama terhadap keberhasilan tujuan pendidikan tersebut.

#### 7. Fungsi ekonomi.

Pendapatan perkapita nasional ditentukan pendapatan usia produktif warganya. Jika setiap individu yang berusia produktif dalam satu keluarga memiliki pendapatan yang layak dan cukup hal ini tentu mempengaruhi pendapatan nasional.

#### 8. Fungsi pembinaan lingkungan

Lingkungan sekitar yang bersih, tentram dan damai akan mewujudkan masyarakat yang sehat secara fisik dan sehat secara mental. Hal ini hendaklah dimulai dari keluarga. Pembentukan sikap dan kebiasaan yang bermoral dan beretika serta sikap yang mampu menjaga kebersihan dalam keluarga akan tercermin juga dalam sikap terhadap lingkungannya.<sup>4</sup>

Berdasarkan fungsi-fungsi yang telah dirumuskan oleh peraturan pemerintah tersebut, maka untuk mewujudkan keluarga sakinah perlu melakukan pembinaan di rumah yang terus menerus dan berkesinambungan sesuai dengan fungsi yang telah disebutkan di atas yang terdiri dari: pembinaan kehidupan beragama, pembinaan kehidupan sosial budaya, pembinaan terhadap hidup yang penuh kasih sayang dan perhatian antara anggota keluarga, keinginan untuk saling melindungi, berkembang, berupaya untuk selalu mengutamakan pendidikan anak, memiliki semangat dan etos kerja yang tinggi dalam mencukupi kebutuhan keluarga dan dapat menyesuaikan diri dalam hidup bermasyarakat. Keluarga sebagai satu kesatuan masyarakat terkecil memiliki tanggung jawab moral untuk membimbing anggotanya menjadi manusia yang bermoral, berakhlak mulai serta beriman dan bertaqwa. Maka tujuan bimbingan dan konseling keluarga sebagai berikut:

- Membantu individu mencegah timbulnya prolem-problem yang berkaitan dengan pernikahan.
- Membantu individu memahami hakikat pernikahan menurut Islam,
- Membantu individu memahami tujuan pernikahan menurut Islam,
- Membantu individu memahami persyaratan-persyaratan menurut Islam,
- Membantu individu memahami kesiapan dirinya untuk menjalankan pernikahan
- Membantu individu melaksanakan pernikahan sesuai dengan ketentuan (syariat) Islam.

---

<sup>4</sup>Amir Syarifuddin, hokum Perkawinan di Indonesia Antara Fikih Munakahat dan Undang-Undang Perkawinan, Edisi.I Cet.I, Jakarta: kencana, 2006) hlm 14

- Membantu individu mencegah timbulnya problem-problem yang berkaitan dengan kehidupan berumah tangganya, antara lain dengan:
- Membantu individu memahami hahikat kehidupan berkeluarga (berumah tangga) menurut Islam,
- Membantu individu memahami tujuan hidup berkeluarga menurut Islam,
- Membantu individu memahami cara-cara membina kehidupan berkeluarga yang sakinah, mawadah, waa rahmah menurut ajaran Islam
- Membantu individu memahami melaksanakan pembinaan kehidupan berumah tangga sesuai denga ajaran Islam.
- Membantu individu memecahkan masalah-maslah yang berkaitan dengan pernikahan dan kehidupan berumah tangga, antara lain dengan jalan:
- Membantu individu memahami problem yang dihadapinya
- Membantu individu memahami kondisi dirinya dan keluarga serta lingkungannya,
- Membantu individu memahami dan menghayati cara-cara mengatasi masalah pernikahan dan rumah tangga menurut ajaran Islam
- Membantu individu menetapkan pilihan upaya pemecahan masalah yang dihadapinya sesuai dengan ajaran Islam.
- Membantu individu memelihara situasi dan kondisi pernikahan dan rumh tangga agar tetap baik dan mengembangkannya agar jauh lebih baik.
- Memelihara situasi dan kondisi pernikahan dan kehidupan berumah tangga yang semula pernah terkena problem dan telah teratasi agar tidak menjadi permasalahan kembali,
- Mengembangkan situasi dan kondisi pernikahan dan rumah tangga menjadi lebih baik (sakinah, mawaddah dan rahmah).<sup>5</sup>

### **C. Asas Bimbingan dan Konseling Keluarga**

Asas-asas bimbingan dan konseling keluarga adalah landasan yang dijadikan pegangan atau pedoman dalam melaksanakan bimbingan dan konseling pernikahan dan keluarga. Seperti halnya asas bimbingan dan konseling Islam yang umum, asas bimbingan dan konseling pernikahan dan keluarga Islam juga bersumber pada Al Quran dan Hadits. Pada prinsipnya, semua asas bimbingan dan konseling Islam yang umum berlaku untuk bmbingan dan konseling dibidang ini, akan tetapi untuk lebih mengkhususkan, asas-asas bimbingan dan konseling pernikahan dan keluarga dapat dirumuskan sebagai berikut :

- Asas kebahagiaan dunia dan akhirat

Bimbingan dan konseling keluarga dalam Islam, seperti halnya bimbngan dan konseling keluarga secara umum, ditinjau pada upaya individu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Dalam hal ini kebahagiaan di dunia harus dijadikan sebagai sarana mencapai kebahagiaan akhirat, seperti difirmankan Allah dalm al-Qur'an Surat Al-Baqarah ayat 201 :

---

<sup>5</sup> Willis. S. Sofyan, Op.Cit ,2004, hlm 32

وَمِنْهُمْ مَّنْ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿٢١﴾

Artinya:

*Dan di antara mereka ada orang yang berdoa: “Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat dan peliharalah kami dari siksa neraka”.* (201)

- Asas sakinah, mawaddah wa rahmah

Pernikahan dan pembentukan serta pembinaan keluarga Islam dimaksudkan untuk mencapai keadaan keluarga atau rumah tangga yang “sakinah, mawaddah wa rahmah,” keluarga yang tentram, penuh kasih dan sayang. Dengan demikian bimbingan dan konseling pernikahan dan keluarga Islam berusaha membantu individu untuk menciptakan pernikahan dan rumah tangga yang sakinah, mawaddah dan rahmah tersebut. Sebagaimana firman Allah dalam al-Qur’an Surat Ar-Rum ayat 21 :

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾

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”.*

- Asas komunikasi dan musyawarah

Ketentuan keluarga yang didasari rasa kasih dan sayang akan tercapai manakala dalam keluarga itu sentiasa ada komunikasi dan musyawarah. Dengan memperbanyak komunikasi segala isi hati dan fikiran akan bisa dipahami oleh semua pihak, tidak ada hal-hal yang mengganjal dan tersembunyi. Bimbingan dan konseling keluarga Islam, disamping dilakukan dengan komunikasi dan musyawarah yang dilandasi rasa saling hormat menghormati dan disinari rasa kasih dan sayang, sehingga komunikasi itu akan dilakukan dengan lembah lembut.

- Asas sabar dan tawakkal

Setiap orang menginginkan kebahagiaan dengan apa yang dilakukannya, termasuk dalam menjalankan pernikahan dan hidup berumah tangga. Namun demikian, tidak selamanya segala usaha ikhtiar manusia itu hasilnya sesuai dengan apa yang diinginkan. Agar kebahagiaan itu sekecil apapun tetap bisa dinikmati, dalam kondisi apapun, maka orang harus senantiasa bersabar dan bertawakkal (berserah diri) kepada Allah.

- Asas manfaat (maslahat)

Telah disebutkan bahwa perjalanan pernikahan dan kehidupan berkeluarga ini tidaklah senantiasa mulus seperti yang diharapkan, kerap kali dijumpai batu sandungan dan kerikil-kerikil tajam yang menjadikan perjalanan kehidupan berumah tangga itu berantakan. Islam banyak memberikan alternatif

pemecahan masalah terhadap berbagai problem pernikahan dan keluarga, misalnya dengan membuka pintu poligami dan perceraian. Dengan bersabar dan bertawakkal terlebih dahulu, diharapkan pintu pemecahan masalah pernikahan dan rumah tangga maupun yang diambil nantinya oleh seseorang, selalu berkiblat pada mencari manfaat, masalah yang sebesar besarnya, baik bagi individu anggota keluarga, bagi keluarga secara keseluruhan, dan bagi masyarakat secara umum, termasuk bagi kehidupan manusia.<sup>6</sup>

### 3. Subjek dan Objek Bimbingan dan Konseling Keluarga Islam

Subjek adalah klien yang dibimbing oleh konselor sesuai dengan fungsinya, mencakup "Suami Isteri", dan juga anggota keluarga lainnya, baik anggota keluarga inti (*nuclear family*) maupun keluarga besar (*big family*). Sifatnya bisa preventif dan kuratif. Konseling diberikan kepada pasangan suami istri atau keluarga lainnya manakala kehidupan pernikahan dan rumah tangga yang bersangkutan menghadapi masalah.<sup>7</sup>

Sedangkan objek dari konseling keluarga adalah segala liku-liku pernikahan dan kehidupan rumah tangga (berkeluarga) pada dasarnya menjadi objek bimbingan dan konseling keluarga Islam antara lain mencakup:

- Hubungan suami istri (jasmaniah dan ruhaniah)
- Hubungan antara anggota keluarga (keluarga inti maupun besar)
- Pembinaan tata laksana kehidupan rumah tangga
- Harta dan warisan`
- Pemanduan (poligami)
- Perceraian, talak dan rujuk.
- Bimbingan pada calon mempelai<sup>8</sup>

Metode dan teknik bimbingan dan konseling Islam dibidang ini pada dasarnya sama dengan bimbingan dan konseling secara umum. Perbedaannya terletak dalam praktiknya saja yang mungkin memerlukan taktik-taktik tersendiri sesuai dengan permasalahannya.

#### D. Peran Konselor Dalam Membina Keluarga Sakinah

Pembimbing/konselor dalam bimbingan dan konseling keluarga adalah orang yang mempunyai keahlian profesional di bidang tersebut. Konselor keluarga diharapkan mempunyai kemampuan profesional untuk mengantisipasi perilaku keseluruhan anggota keluarga yang terdiri dari berbagai kualitas emosional dan kepribadiannya, dikenal dengan krisis keluarga yaitu kehidupan keluarga dalam keadaan kacau, tidak teratur dan terarah, orang tua kehilangan kewibawaan untuk mengendalikan kehidupan anak-anaknya terutama remaja,

---

<sup>6</sup>Abdul hamid Kisyik, *Bimbingan Islam Untuk Mencapai Keluarga Sakinah*, (Jakarta: Mizan,2000), hlm.34

<sup>7</sup>Kathryn Geldard, *Konseling Kelurga Membangun Relasi Untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga*,(Yogyakarta: Pustaka Pelajar,2011) hlm.77

<sup>8</sup>Willis.S. Sopyan, *Op.Cit*, 2004, hlm.57

mereka melawan orangtua dan bahkan terjadi pertengkaran antara ibu dan bapak. Dengan kata lain krisis keluarga adalah suatu kondisi yang sangat labil di keluarga, dimana komunikasi dua arah dalam kondisi demokratis sudah tidak ada lagi antara anggota keluarga. Adapun factor-faktor penyebab terjadinya krisis keluarga adalah: 1). Kurangnya atau putusnya komunikasi diantara anggota keluarga terutama ayah dan ibu. 2) Sikap egosentrisme masing-masing suami istri penyebab terjadinya komplik dalam rumah tangga yang berujung pada pertengkaran yang terus menerus. 3) Masalah Ekonomi yaitu kemiskinan jelas berdampak terhadap kehidupan keluarga, jika kehidupan emosional suami istri tidak dewasa, maka akan timbul pertengkaran sebab istri banyak menuntut di luar kebutuhan primernya. 4) Masalah kesibukan orangtua yang terfokus pada mencari materi yaitu harta dan uang.

Dengan krisis keluarga tersebut maka pentingnya peranan seorang konselor keluarga dalam mengatasi masalah-masalah tersebut, maka diharapkan seorang konselor dapat melakukan tugasnya dalam beberapa hal yaitu:

- Mampu mengembangkan komunikasi antara anggota keluarga yang tadinya terhambat oleh emosi-emosi tertentu,
- Mampu membantu mengembangkan penghargaan anggota keluarga terhadap potensi anggota lain sesuai dengan realitas yang ada pada diri dan lingkungannya,
- Dalam hubungan konseling, klien berhasil menemukan dan memahami potensi, keunggulan, kelebihan yang ada pada dirinya dan mempunyai wawasan dan alternatif rencana untuk pengembangannya atas bantuan semua anggota keluarga,
- Mampu membantu agar klien dapat menurunkan tingkat hambatan emosional dan kecemasan serta menemukan, memahami, dan memecahkan masalah, dan kelemahan yang dialaminya dengan bantuan anggota lainnya.
- Memberikan bimbingan kepada keluarga untuk mencapai keluarga yang sakinah.
- Meluruskan prasangka-prasangka irasional yang tercakup dalam komplik
- Membebaskan beban kesediaan karena konflik dalam keluarga, dimana seharusnya dapat saling berhubungan dengan lebih efektif diantara anggota keluarga.

Salah satu tujuan dari konseling keluarga adalah untuk membina keluarga sakinah. Sakinah terdiri dari dua suku kata, yaitu kata keluarga dan sakinah. Kata keluarga berasal dari sanksekerta, kula = famili dan warga = anggota. Dalam kamus istilah fiqih dituliskan bahwa keluarga adalah orang yang masih ada hubungan keturunan atau nasab, baik ke atas maupun ke bawah, baik yang termasuk ahli waris maupun tidak. Sebutan kata lain dari keluarga adalah family. Sedangkan kata sakinah berasal dari kata Arab. Sakinah yang berarti ketenangan hati atau kehebatan dan sering ditafsirkan dengan bahagia dan sejahtera. Akar kata nya adalah *سكن- يسكن* berarti tenang, tidak bergerak atau diam. Lafaz sakinah yakni terdapat dalam al-Qur'an surat At-taubah ayat 26 diterjemahkan dengan ketenangan, yakni Allah menurunkan ketenangan kepada Rasulnya, berarti rasa

tenang datangnya dari Allah. Dalam kamus bahasa Indonesia bahwa sakinah berarti damai dan tentram.

Oleh karena itu sakinah adalah keluarga yang tenang, damai, tentram dan memuaskan hati. Makna keluarga sakinah sesungguhnya dijelaskan dalam surat ar-Rum ayat 21:

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾

Artinya: *“Dan diantara tanda-tanda kekuasaan-Nya. Dia menciptakan untuk kamu isteri dari jenismu supaya kamu tenteram bersamanya. Dan dia menjadikan cinta dan kasih sayang diantara kamu. Sesungguhnya pada yang demikian itu menjadi tanda-tanda bagi orang-orang yang berfikir”*.

Keluarga sakinah adalah suatu bangunan keluarga yang dibentuk berdasarkan perkawinan yang sah, dan mengharapkan ridha dari yang maha pencipta yaitu Allah SWT, dan mampu menumbuhkan rasa aman, tentram, damai, dan bahagia dalam mengusahakan terwujudnya kehidupan yang sejahtera di dunia maupun diakhirat nantinya.<sup>9</sup>

Mewujudkan keluarga sakinah, kunci suksesnya adalah komunikasi hubungan suami istri yang sesuai dengan fungsi dan perannya. Suami sebagai kepala keluarga hendaknya mampu menempatkan diri secara bijak sesuai dengan tuntutan agama. Seorang kepala keluarga bukanlah seorang yang otoriter dan dominan, tetapi yang lebih utama adalah mengayomi semua anggota keluarga sehingga keberadaannya bukan ditakuti tetapi selalu menjadi orang yang dihargai, ditunggu keberadaannya dan dihormati. setiap keputusan yang diambilnya hendaknya keputusan yang bijak tanpa ada keinginan untuk menyakiti anggota keluarga.

Sedangkan wanita sebagai ratu, istri pendamping suami dan ibu dari anak-anak mampu mejadi penentram, penyejuk dan sumber terciptanya rasa damai dan bahagia dalam keluarga tersebut. Sikap yang penuh keibuan dan rasa kasih sayang yang diberikan oleh istri atau seorang ibu sangat diperlukan oleh anggota sebagai tempat curhat dalam menghadapi berbagai persoalan hidup di masyarakat. Sebagai ratu rumah tangga hendaknya mampu memamanajemen keuangan dan kebutuhan keluarga secara bijak agar selalu tercukupinya kebutuhan keluarga dan tercapainya kehidupan keluarga yang lebih layak.<sup>10</sup>

Mewujudkan keluarga sakinah pada dasarnya menggerakkan proses dan fungsi-fungsi manajemen dalam kehidupan rumah tangga. Oleh karena itu selain tugas kodrati seperti hamil, melahirkan dan pemberian ASI, segala sesuatu yang menyangkut tugas-tugas menciptakan keluarga sakinah haruslah *fleksible*, terbuka dan demokratis, tidak boleh kaku dan tertutup.

Keluarga sakinah mawadah warahmah sangat didambakan oleh setiap orang. Karena keluarga sakinah adalah keluarga yang damai, aman, dan penuh kasih

<sup>9</sup>Abdul Qodir Djailani, Keluarga Sakinah, (Surabaya: PT Bina Ilmu,1995),Hlm. 12

<sup>10</sup>Abdul Hamid Kisyik, Op.Cit, 2000,Hlm. 57

sayang. Sedang mawadah artinya cinta dan warahmah artinya penuh rahmat. Jadi keluarga sakinah mawadah warahmah adalah keluarga yang damai, penuh kasih sayang, dan keberkahan.

Adapun cirri-ciri keluarga sakinah adalah:

1. Memiliki kecenderungan kepada agama
2. Yang muda menghormati yang tua dan yang tua menyayangi yang muda,
3. Sederhana dalam belanja,
4. Berlemah lembut dalam bergaul.
5. Hubungan antara suami isteri harus atas dasar saling memgharapkan, seperti pakaian dan yang memakainya (hunna libasun lakum wa antum libasun lahunna). Seperti Firman Allah Dalam Surat Al-Baqoroh ayat 187:

أُحِلَّ لَكُمْ لَيْلَةَ الصِّيَامِ الرَّفَثُ إِلَى نِسَائِكُمْ هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ عَلِمَ اللَّهُ أَنَّكُمْ كُنْتُمْ تَخْتَانُونَ أَنْفُسَكُمْ فَتَابَ عَلَيْكُمْ وَعَفَا عَنْكُمْ فَالْغَنَ بِشِرْوَاهُنَّ وَأَتَّغُوا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَكُمْ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ثُمَّ أَتُمُوا الصِّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ وَلَا تُبَشِّرُوهُنَّ وَأَنْتُمْ عَنكِفُونَ فِي الْمَسَجِدِ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَقْرُبُوهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ

Artinya: Dihalalkan bagi kamu pada malam hari bulan puasa bercampur dengan isteri-isteri kamu; mereka adalah pakaian bagimu, dan kamupun adalah pakaian bagi mereka. Allah mengetahui bahwasanya kamu tidak dapat menahan nafsumu, karena itu Allah mengampuni kamu dan memberi ma'af kepadamu. Maka sekarang campurilah mereka dan ikutilah apa yang telah ditetapkan Allah untukmu, dan Makan minumlah hingga terang bagimu benang putih dari benang hitam, Yaitu fajar. kemudian sempurnakanlah puasa itu sampai (datang) malam, (tetapi) janganlah kamu campuri mereka itu, sedang kamu beri'tikaf dalam mesjid. Itulah larangan Allah, Maka janganlah kamu mendekatinya. Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepada manusia, supaya mereka bertakwa.

6. Suami isteri perlulah bergaul sesama mereka dengan pergaulan yang makruf.
7. Suami isteri secara tulus menjalankan masing-masing kewajibannya dengan didasari keyakinan bahwa menjalankan kewajiban itu merupakan perintah Allah SWT yang dalam menjalankannya tulus ikhlas.
8. Semua anggota keluarganya seperti anak-anaknya, isrti dan suaminya beriman dan bertaqwa kepada Allah dan rasul-Nya (shaleh-shalehah). Artinya hukum-hukum Allah dan agama Allah terimplementasi dalam pergaulan rumah tangganya.

Keluarga sakinah yang dirancang adalah keluarga yang berdasarkan prinsip-prinsip ajaran Islam dan anggota keluarga berakhlak dengan akhlak mulia. Dalam prinsip bimbingan konseling menyebutkan pembinaan keluarga sakinah ada lima penekanan aspek kehidupan yaitu aspek kehidupan beragama dalam

keluarga, pendidikan bagi keluarga, kesehatan keluarga, ekonomi yang stabil bagi keluarga, serta hubungan sosial yang harmonis inter dan antar keluarga. Selain itu ada lima prinsip yang dikembangkan dalam konsep keluarga sakinah yaitu :

#### 1. Orientasi Ilahiah dalam keluarga.

Orientasi Ilahiah bahwa seluruh anggota keluarga menyadari semua proses dan kegiatan serta keadaan kehidupan keluarga harus berpusat pada Allah SWT seperti dalam firman Allah surat Al- Baqoroh ayat :156

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

*Artinya: orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun"(Sesungguhnya kami ini milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali)*

#### 2. Pola keluarga luas

Adalah bahwa dalam satu keluarga tidak hanya terdiri dari ayah, ibu dan anak sebagai keluarga inti, tetapi dapat terdiri dari ayah, ibu, anak, kakek, nenek, cucu, paman, bibi yang artinya semua anggota keluarga tersebut adalah tanggung jawab kepala keluarga

#### 3. Pola hubungan kesederajatan

Adalah hubungan antara anggota dalam keluarga bersifat egaliter. Hubungan ini berdasarkan kepada prinsip bahwa semua manusia baik laki-laki maupun perempuan adalah sama, yakni sama-sama sebagai makhluk Allah. Perbedaan jenis kelamin, status, fungsi atau peran tidak menimbulkan perbedaan nilai kemanusiannya dihadapan orang lain. Disisi Allahpun setiap manusia sama. Membedakan manusia satu dengan yang lainnya adalah kualitas takwa, iman dan ilmu sebagaimana firman Allah dalam surah Al-Hujarat (49:13)

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاهُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاهُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

*Artinya: Manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal.*

#### 4. Perikat mawadah dan rahmah

Adalah jiwa yang diliputi oleh rasa cinta dan kasih sayang, rela berkorban, menjaga dan melindungi antara satu anggota keluarga dengan yang lainnya. Dari rahmah (cinta sejati dan kasih sayang) inilah antara suami istri yang diikat dalam perkawinan yang sah serta kehadiran anak yang saleh, hormat dan patuh pada kedua orang tuanya akan menciptakan keluarga sakinah yang diliputi rasa tentram, damai bahagia dan sentosa.

5. Pemenuhan kebutuhan hidaup sejahtera dunia dan akhirat.

Ada beberapa kebutuhan pokok manusia yang harus dipenuhi. Kebutuhan pokok tersebut adalah kebutuhan memiliki iman terhadap Allah SWT : kebutuhan beribadah, kebutuhan pendidikan, kebutuhan ekonomi, kebutuhan kesehatan, kebutuhan hubungan sosial dan kebutuhan pengelolaan lingkungan. Disamping itu tercukupinya kebutuhan materi merupakan alat penunjang terpenuhinya hidup sejahtera dunia dan akhirat. Bukankah dalam sebuah hadist nabi bersabda “*Berusahalah kamu seolah-oleh kamu hidup selamanya dan beribadahlah kamu seolah-olah kamu akan meninggal esok pagi.*” Meskipun kebahagiaan materi menentukan hidup sejahtera dunia akhirat, tetapi perannya disini hanya sebagai alat penunjang tercapainya kebahagiaan dan kesejahteraan hidup dunia dan akhirat tersebut.<sup>11</sup>

Disamping itu peran konselor dalam membantu klien dalam konseling keluarga dan perkawinan sebagai berikut:

1. Konselor berperan sebagai “*facilitative a comfortable*”, membantu klien melihat secara jelas dan objektif dirinya dan tindakan-tindakannya sendiri.
2. Konselor menggunakan perlakuan atau *treatment* melalui setting peran interaksi.
3. Berusaha menghilangkan pembelaan diri dan keluarga.
4. Membelajarkan klien untuk berbuat secara dewasa untuk bertanggung jawab dan melakukan *self-control*.
5. Konselor menjadi penengah dari pertentangan atau kesenjangan komunikasi dan menginterpretasi pesan-pesan yang disampaikan klien atau anggota keluarga.
6. Konselor menolak perbuatan penilaian dan pembantu menjadi *congruene* dalam respon- respon anggota keluarga.<sup>12</sup>

Maka untuk membimbing keluarga sakinah harus melalui ilmu wawasan ajaran Islam dan keterampilan yang diberikan kepada kepala-kepala keluarga (ibu dan bapak) yaitu menjadikan pusat ibadah pengembangan pribadi muslim pada anggota keluarga agar sehat mental, moral dan fisik. Wahana untuk mencapai keluarga sakinah adalah sholat berjamaah, makan bersama, pembagian tugas sesuai kemampuan masing-masing yang paling penting adalah pembiasaan perilaku sehari-hari berdasarkan ajaran agama agar menjadi keluarga yang bertaqwa, positif, produktif dan mandiri melalui relasi individu dan system keluarga yang berdasarkan ajaran Islam.

---

<sup>11</sup>Hasan Maimunah, Rumah Tangga Muslim, (Yogyakarta: Bintang Cemerlang, 2001), hlm. 107

<sup>12</sup>Syofyan S. Wills, Konseling Keluarga (Family Counseling) Suatu Upaya membantu Anggota Keluarga Memecahkan masalah Komunikasi di Dalam Keluarga, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 167

## Penutup

Konseling keluarga merupakan proses bantuan yang diberikan kepada individu anggota keluarga untuk mengaktualisasikan potensi-potensi individu atau mengantisipasi masalah yang dialami dalam kehidupan keluarga, dan mengusahakan agar terjadi perubahan perilaku yang positif pada diri individu dan memberi dampak positif pula terhadap anggota keluarga lainnya. Pada dasarnya konseling keluarga adalah upaya memberikan dasar-dasar teoritik, konsep-konsep, dan prinsip-prinsip serta asas-asas bimbingan dan konseling beserta aplikasi dan pengembangannya dalam perkawinan dan berkeluarga untuk membentuk keluarga sakinah. Hal ini disebabkan karena dalam keluarga terdapat berbagai masalah-masalah yang timbul oleh individu masing-masing baik suami maupun isteri, oleh karena itu bimbingan dan konseling keluarga dibutuhkan untuk membantu mengatasi masalah-masalah yang timbul dalam hubungan berkeluarga.

Maka konselor keluarga diharapkan mempunyai kemampuan profesional untuk mengantisipasi perilaku keseluruhan anggota keluarga yang terdiri dari berbagai kualitas emosional dan kepribadiannya, serta konseling keluarga dapat mengarahkan dengan melakukan pembiasaan perilaku sehari-hari berdasarkan ajaran agama agar menjadi keluarga yang bertaqwa, positif produktif dan mandiri melalui relasi individu dan system keluarga yang didasarkan ajaran Islam serta dapat mewujudkan fungsi-fungsi yang ada dalam keluarga, agar keluarga terhindar dari berbagai masalah.

## Daftar Bacaan

- Abdul Hamid Kisyik, *Bimbingan Islam Untuk Mencapai Keluarga Sakinah*, (Jakarta: Mizan,2000)
- Abdul Qodir Djailani, *Keluarga Sakinah*, (Surabaya: PT Bina Ilmu,1995),
- Amir Syarifuddin, *Hukum Perkawinan di Indonesia Antara Fikih Munakahat dan Undang-Undang Perkawinan, Edisi.I Cet.I*, Jakarta: kencana, 2006)
- A.R. Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. (Yogyakarta: UII Press,2004)
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*. (Bandun: Mizan, 2010)
- Hasan Maimunah, *Rumah Tangga Muslim*, (Yogyakarta: Bintang Cemerlang, 2001)
- Kathryn Geldard, *Konseling Kelurga Membangun Relasi Untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga*,(Yogyakarta: Pustaka Pelajar,2011)
- Minuchin,s, *Family and Family Therapy*, (Cambridg, MA: Harvard University,1999)
- Willis.S.Sopyan, *Konseling Keluarga: Suatu pendekatan Sistem*,( Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan,FIP,IKIP, Bandung, 1994)
- \_\_\_\_\_, *Konseling Keluarga (Family Counseling) Suatu Upaya membantu Anggota Keluarga Memecahkan masalah Komunikasi di Dalam Keluarga*, (Bandung: Alfabeta, 2009)