



Konsep Keluarga Sehat Perspektif Psikologi dan Islam

1,a,*)Musrifah

¹ Universitas Bhamada, Slawi

Email : ^a ifahmusripah@yahoo.co.id

*) Corenponden Author

ARTICLE INFO

Article history

Received: 3 November 2024

Revised : 12 December 2024

Accepted: 12 December 2024

Keywords

Healthy Family Concept,

Human life,

Islam and Psychologist.

ABSTRACT

Based on the phenomenon of human life, many people experience complex life problems, from top to bottom. In essence, all humans have their own life problems depending on their level. Such as economics, politics, family, children, both internal and external. It all depends on the individual concerned. Such problems are as follows: increasing life needs, individualistic and selfish feelings, competition in life, unstable conditions. Of all these problems, the author focuses on research on household life problems, because the author sees that in household life there are many affairs, it turns out that these stories are not only in soap operas or films, but also occur in real life. Why can this happen? This study uses a qualitative literature research approach. The data used uses primary and secondary data, the analysis used uses content analysis. This is all due to several factors including; 1. Economic factors, 2). Sexuality, 3). Miscommunication, 4). Lack of mutual trust and openness in the family, 5). Children, 6). Shallow faith. With a psychological approach, families can better understand and communicate harmoniously and intelligently, and with an Islamic approach, the family atmosphere can better understand each other's duties according to Islamic teachings/Islamic law.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Pendahuluan

Di berbagai belahan dunia dengan beragam budaya dan sistem sosial, keluarga merupakan unit sosial penting dalam bangunan masyarakat. Keluarga merupakan warisan umat manusia yang terus dipertahankan keberadaannya dan tidak luput oleh perubahan zaman (Masduki, dkk., 2020). Berbagai perubahan yang disebabkan oleh faktor perkembangan zaman tentu saja memengaruhi corak dan karakteristik keluarga, namun substansi keluarga tidak terhapuskan. Pada beberapa negara isu tentang kemerosotan nilai-nilai keluarga memang mengemuka. Meningkatnya angka

penceraian dianggap sebagai salah satu indikasi dari merosotnya nilai-nilai keluarga ini. Kasus perceraian di Indonesia, sebagaimana dipaparkan dalam Laman Direktorat Jenderal Badan Peradilan Agama (MA) juga mengalami tren peningkatan. Selain itu terungkap pula data bahwa Lembaga Keluarga tidak selalu menjadi tempat yang baik bagi perkembangan anak. Hal ini terlihat dari meningkatnya jumlah kekerasan anak yang dilakukan oleh orang terdekat, termasuk keluarga (Ella, dkk. 2024).

Problematisa rumah tangga banyak ragamnya, mulai dari persoalan yang dianggap sepele sampai dengan masalah yang berat dan besar. Seperti yang penulis ketahui akhir-akhir ini banyak pasangan yang mengalami persoalan hidup dari masalah ekonomi sampai masalah hati tanda kutip terjadi perselingkuhan baik yang dilakukan suaminya maupun istrinya. Setelah penulis kaji dari pasangan masing-masing bukan mengenal baru satu atau dua hari melainkan sudah melalui proses lama yang orang mengatakan masa ta'aruf atau lebih di kenal masa berpacaran. Ironisnya kadang terjadi konflik dalam keluarga. Sedangkan orang dahulu kala tanpa adanya masa berpacaran atau ta'aruf rumah tangga berjalan dengan harmonis tanpa adanya perselingkuhan (Mushonnaf, 2022; Hidayat, 2024).

Meningkatnya angka perceraian telah memunculkan isu mengenai kemerosotan nilai perkawinan. Walaupun demikian berbagai kajian telah menunjukkan berbagai manfaat dari perkawinan antara lain: *Pertama*, Orang yang menikah memiliki gaya hidup yang lebih sehat. Orang yang menikah cenderung menghindari perilaku yang berbahaya daripada lajang, bercerai, atau duda. Misalnya orang yang menikah lebih sedikit memiliki masalah minuman keras, yang sering kali terkait dengan masalah kecelakaan, konflik antara pribadi, dan depresi. *Kedua*, Orang yang menikah hidup lebih lama. Hal ini dapat terjadi karena mereka memiliki dukungan emosi dari pasangan dan akses terhadap sumber daya ekonomi. *Ketiga*, Orang yang menikah memiliki kepuasan relasi seksual yang lebih baik. Sekitar 54 % dari laki-laki yang menikah dan 43 % dari perempuan yang menikah merasa sangat puas dengan relasi seksualnya. Angka-angka tersebut merupakan temuan di Amerika, di Indonesia belum terungkap. *Keempat*, Orang yang menikah lebih sejahtera secara ekonomi. Orang yang menikah dapat menggabungkan pendapatannya sehingga dapat meningkatkan kemampuan ekonominya. *Kelima*, Anak-anak pada umumnya tumbuh lebih baik bila diasuh oleh orang tua lengkap. Anak-anak dengan kedua orang tua yang tinggal serumah cenderung lebih baik secara emosi dan akademik. Sebagai remaja, mereka lebih sedikit yang mengalami hamil sebelum menikah. Anak-anak dapat memperoleh perhatian yang lebih dari kedua orang tua, misalnya dalam hal pendampingan bantuan untuk menyelesaikan tugas sekolah, dan kualitas kebersamaan (Lestari, 2016).

Yuyun Putri dan Erman Anom (2023) mengatakan hal berikut mengenai masalah yang terjadi dalam rumah tangga. Ketidaksesuaian pendapat tak terelakkan dalam suatu pernikahan dan

kehidupan keluarga. Kadangkala masing-masing pribadi dapat menjadi pesaing, seperti juga penolong dan pelengkap bagi pasangannya. Setiap pasangan harus menghindari sikap menjauhkan diri yang sering muncul ketika konflik terjadi, dan membenahi hubungan mereka supaya tidak ada lagi sakit hati, keinginan untuk saling membahas atau saling menuduh. Sehingga komunikasi yang baik dapat dipulihkan.

Ada tiga faktor yang berubah pada lembaga pernikahan yang dapat yaitu: *Pertama*, Berkurangnya saling pengertian diantara pasangan yang menikah. Masalah dalam pernikahan dewasa ini, seperti yang diungkap banyak ahli konseling keluarga, bukanlah ;seks, uang, dan anak-anak. Memang ketiga hal tersebut dapat menimbulkan masalah dalam keluarga tetapi ada faktor lain yang lebih besar yaitu hilangnya atau lemahnya komunikasi antara suami dan istri. menimbulkan masalah dalam kehidupan rumah tangga (Zis, dkk., 2021).

Kedua, Hilangnya tekad untuk mempertahankan pernikahan. Dewasa ini banyak orang yang memasuki pernikahan dengan sikap; jika tidak cocok mereka dapat mengakhiri hubungan tersebut dan mencoba lagi dengan orang lain, banyak orang yang sangat tidak sabar dengan hidup pernikahan mereka. Mereka tidak ingin motto “ Bersenang senang kemudian”. Mereka ingin hidup dengan motto “ bersenang-senang saat ini juga” dan jika tak terpenuhi, mereka menyerah (Muhajarah, 2016).

Ketiga, Berkembangnya harapan-harapan yang tidak realistis terhadap pernikahan. Banyak pasangan muda yang dinutakan oleh harapan-harapan yang tidak realistis ketika memasuki pernikahan (Nurbayan, 2017). Mereka yakin bahwa hubungan tersebut harus ditandai dengan cinta romantis yang tidak akan pernah surut, dalam waktu singkat mereka akan mendapatkan apa saja yang mereka mau dari pasangan hidupnya, pasangan hidupnya akan selalu sejalan dengan pikiran dan kemauannya, ekonomi keluarga akan berjalan mulus bahkan berlebihan dan sebagainya. Mereka mencari sesuatu yang “ajaib” di dalam pernikahan mereka. Sebenarnya kerja keras mereka berdualah yang membuat pernikahan itu menampilkan hasil-hasil yang positif. Itu semua merupakan hasil dari langkah dua orang yang bekerja sama, oleh sebab itu jangan berharap yang berlebihan jika Anda tidak mau bekerja keras. Karena sesungguhnya ingin kaya atau ingin membeli sesuatu yang kita inginkan dengan kerja keras yang maksimal.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif *library reseach*, artinya kepustakaan murni (mencari buku yang relevan) dengan judul. Data-data yang digunakan menggunakan data-data primer dan sekunder. Analisis yang digunakan menggunakan *content analysis* (Normal & Linkoln, 2009). *Content analysis* adalah metode penelitian yang u,demografi, serta pendidikan.

Diskusi

Konsep Keluarga Perspektif Psikologi

Keluarga dalam Kamus besar Bahasa Indonesia mendefinisikan keluarga dalam tiga pengertian; (1) keluarga parsial, yaitu keluarga yang terdiri atas suami dan istri, tanpa anak; (2) Keluarga batih, yaitu keluarga yang terdiri dari suami, istri, dan anak. Keluarga batih sering juga dikenal dengan nama lain seperti keluarga inti, keluarga elementer, atau nuclear *family*; Keluarga besar, yaitu keluarga yang terdiri atas suami, istri, anak, serta adik kakak, ipar, keponakan, dan lain sebagainya (Retnoningtyas, 2019).

Cinta dan pernikahan adalah fenomena universal. Fenomena cinta dan pernikahan terdapat pada bangsa apa pun dan terjadi pada saat kapan pun juga. Bahkan gagasan tentang cinta dan pernikahan sebenarnya telah kita kenal semenjak kita berada dalam masa kanak-kanak. Akan tetapi tentu saja dua tema ini menjadi lebih relevan dibicarakan oleh individu-individu yang berada dalam usia remaja dan dewasa awal, di samping menjadi bahan telaah ahli-ahli ilmu sosial.

Sebagian dari orang yang terlibat dalam percintaan, melanjutkannya ke jenjang pernikahan, sebagian lagi orang melangsungkan pernikahan, tanpa diawali oleh cinta. Faktanya, sebagaimana dilaporkan oleh para peneliti (Campbell & Berscheid: 1976), mendefinisikan: banyak pria dan wanita percaya bahwa jika cinta yang romantis telah lenyap dari hubungan mereka, hal itu sudah merupakan alasan yang cukup untuk mengakhiri hubungan tersebut (Nasori, 2008).

Kepercayaan bahwa cinta sangat penting bagi pernikahan yang baik ini, kurang dipegang di tempat lain, seperti di Rusia dan India. Di Indonesia di masa lalu, untuk keberhasilan suatu pernikahan, cinta dipandang tidak begitu penting. Para gadis umumnya mempercayai bahwa orang tua akan mencari jodoh yang terbaik untuk mereka. Dalam kenyataannya, perkawinan pasangan orangtua di masa lalu sulit untuk dikatakan gagal (Nasori, 2008).

Walaupun belum ada penelitian yang mengukur masalah tersebut pada orang Indonesia, tampaknya ada kecenderungan baru dalam diri masyarakat Indonesia. Pada saat ini, untuk kelangsungan suatu pernikahan cinta dipandang sebagai sesuatu yang sangat penting. Gejala umum yang dapat ditangkap di Indonesia saat ini adalah bahwa ketika seseorang berada dalam masa remaja, mereka membayangkan segalanya haruslah berawal dari cinta.

Namun kalau dilihat dari terbitan *The Nasional Council on family relations (Minneapolis Minnesota, USA, Maret 2005)*, khususnya bagaimana mempertahankan keluarga di abad 21, terlihat *statement-statement* mengenai pentingnya keluarga, seperti:

1. *"Families must be a national priority if we to effectively deal with the multitude of problems in our society today"*
2. *"The roles and responsibility of families in the twenty-first century is to create, nurture and sustain society's present and future human and social capital"* (Kusdwirati, 2024).

Dalam pembahasan *Public Policy througe Family Lens* diungkapkan hasil diskusi dua belas ahli, terdapat 4 cara agar keluarga bisa bertahan dalam abad 21, yaitu: *Pertama*, bagaimana anak dapat memperoleh langkah awal yang baik (lahir sehat, fondasi yang aman-misalnya kehadiran kedua orang tua, perawatan dan pendidikan yang berkualitas, serta bebas dari kekerasan, baik fisik maupun emosi). *Kedua*, bagaimana orang tua membesarkan anak yang sehat dan produktif. *Ketiga*, bagaimana remaja bisa menjadi orang dewasa yang kompeten dan produktif. *Keempat*, bagaimana kehidupan berkualitas yang lebih lama berarti bagi keluarga (Kusdwirati, 2024).

Menyimak perlunya Negara memberikan perhatian kepada keluarga, perlu ditinjau bagaimana kondisi di Indonesia. Untuk pernikahan sudah terbit Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974, tentang Perkawinan. Dalam hal perlindungan, anak RI telah maratifikasi Konvensi Hak Anak, hal ini berarti bahwa Negara menjamin keberlakuan hak anak/keberadaan anak memperoleh perlindungan dari Negara. Memang dalam menghadapi era baruglobalisasi, knowledge based, post indutrial economy, perlu cara baru dalam pemikiran tentang keluarga. Kalau masa lalu dapat dibedakan secra tajam pria sebagai pencari nafkah dan wanita sebagai pengelola rumah tangga, dalma era baru peran wanita dan pria berubah, baik di rumah maupun di tempat kerja.

Faktor Penentu

Cinta memang diperlukan dalam pernikahan. Yang menjadi pertanyaan , bagaimana cinta itu tumbuh? Para ahli psikologi sosial menjawab pertanyaan ini. Mereka berpendapat bahwa ada beberapa faktor yang menjadikan seseorang akhirnya menikah dengan orang lain;

1. Kedekatan, umumnya orang percaya bahwa setiap orang mempunyai jodoh yang tepat, yang sudah menunggu dan akan ditemukan disuatu tempat di dunia ini. Bila hal itu benar , mukjizat yang lebih besar adalah seringnya takdir menentukan jodoh itu tinggal dalam jarak yang dapat ditempuh dengan berjalan kaki. Kedekatan memungkinkan perjumpaan. Perjumpaan yang mencakup hal-hal yang netral sampai hal yang menyenangkan, sebagaimana dituturkan Dary J.Bem(1993), hasil kedekatan yang paling sering dapat dipertahankan adalah persahabatan. Persahabatan memungkinkan munculnya keakraban.
2. Keakraban, kedekatan meningkatkan keakraban, dan keakraban meningkatkan daya tarik, daya tarik inilah yang akan menumbuhkan cinta. Dapat dikatakan bahwa pernikahan lahir karena adanya keakraban satu sama lain.
3. Kesamaan atau kemiripan, Pada umumnya orang menyukai orang lain yang mempunyai kemiripan dengan dirinya. Mengapa demikian? Orang menghargai pendapat dan pilihan sendiri dan senang bergaul dengan mereka yang cocok dengan pilihannya. Perasaan cocok dengan mereka yang mempunyai kemiripan pendapat atau pilihan itu dapat meningkatkan keakraban dan masa suka.

4. Komplementer, Sebagian orang percaya bahwa yang terpenting bukanlah kemiripan, tetapi justru adanya sifat kepribadian komplementer atau saling melengkapi (Nashori, 2008).

Yang jelas, banyak dijumpai fenomena di mana tanpa ada cinta sebelumnya, suatu pernikahan dapat berlangsung dan menuai keberhasilan. Menarik untuk dicermati mengapa pada zaman dulu banyak pasangan muda berhasil menjalani bahtera perkawinan padahal mereka menikah tanpa melalui proses percintaan. Fenomena ini juga akhir-akhir ini banyak kita temui dikalangan anak muda Indonesia yang menghindari hubungan pacaran yang secara normatif dipandang menyalahi norma agama.

Tak kurang dari itu, mengapa pada zaman dulu orang yang dijodohkan dapat berhasil menjalani kehidupan rumah tangga? Tak lain jawabannya karena membiarkan diri mereka saling mengenal dan berakrab-akrab satu sama lain. Cinta akhirnya tumbuh diantara mereka. Langgenglah bahtera rumah tangga mereka. Dalam keluarga, wanita bisa berperan sebagai istri dan ibu yang bijak dan menyenangkan. Zakiah Daradjat (1999) menegaskan bahwa peranan wanita sebagai istri sangat penting karena kebahagiaan atau kesengsaraan dalam kehidupan keluarga banyak ditentukan oleh istri.

Istri yang salehah dan berakhlak baik akan mampu menjaga kehormatan keluarga, memberi ketenangan pada suami dalam bekerja dan berpikir. Istri yang bijaksana akan mampu mengatur kehidupan keluarga sesuai dengan kemampuan suami mencari nafkah dan akan dapat menciptakan suasana bahagia dalam rumah tangga, meskipun bersahaja. Hal ini akan dapat menciptakan suasana rumah tangga yang tenang dan bahagia.

Keadaan fisik rumah yang menyenangkan, menurut Zakiah Djarajat, bukanlah rumah yang mahal, bagus, dan lux, tetapi rumah yang memenuhi syarat kesehatan serta tertata apik dan menarik. Agar dapat melakukan penataan rumah tangga dengan baik, seorang istri perlu memiliki pengetahuan tentang cara mengatur rumah tangga.

Kesehatan keluarga, dapat ditingkatkan dengan mengatur dan menyediakan makanan yang sehat, bergizi dan bervariasi, yang diperlukan oleh semua anggota keluarga sesuai dengan umur masing-masing. Selain itu seorang istri atau ibu perlu menjaga serta mengatasi gangguan kesehatan yang terjadi pada anggota keluarganya. Untuk bisa melaksanakan peran dalam bidang ini, ia harus memiliki ilmu tentang ekonomi keluarga dan kesehatan.

Untuk menciptakan dan memelihara suasana keluarga yang harmonis dan menyenangkan, seorang istri harus dapat mendorong terjalinnya hubungan baik antar anggota keluarga, yaitu hubungan yang penuh keterbukaan, saling pengertian, penghargaan, kepercayaan, dan kasih sayang. Pengetahuan praktis tentang etika kehidupan, ilmu kesehatan mental dan ilmu jiwa perkembangan diperlukan untuk hal ini. Dengan memahami dan menganalisis ajaran-ajaran Islam, setiap anggota keluarga dapat ikut menyumbang penciptaan keluarga harmonis.

Selain penataan keadaan fisik rumah, penjagaan kesehatan keluarga serta penciptaan suasana keluarga yang menyenangkan, pendidikan anak-anak juga perlu mendapat perhatian yang sungguh-sungguh dari seorang ibu. Zakiah Darajat (1999) menegaskan bahwa pendidik pertama atau pembina utama kepribadian anak adalah ibu. Karena pada tahun-tahun pertama pertumbuhannya, anak lebih banyak berhubungan dengan ibunya daripada ayahnya.

Peranan seorang wanita dalam keluarga sangat signifikan karena keluarga merupakan institusi sosial terkecil yang menjadi dasar bagi pertumbuhan dan perkembangan setiap anggota masyarakat. Kehidupan keluarga yang berjalan dengan baik akan memberikan sumbangan bagi terciptanya kehidupan masyarakat yang baik.

Perlu diingat, meskipun yang dibicarakan disini tentang peranan wanita, tetapi tidak bisa dilepaskan dari peranan kaum pria. Dalam berbagai kesempatan, Zakiah Darajat sering menegaskan – khususnya pada acara “semiloka Kemitrasejajaran Pria dan Wanita dalam Perspektif Islam” yang dilaksanakan Komisi Wanita MUI pada oktober 1996- bahwa sebaiknya wanita dan pria bisa bekerja sama, karena pada dasarnya kedudukan wanita dan pria adalah sebagai mitra sejajar yang saling membutuhkan dan bisa saling melengkapi dalam melaksanakan berbagai peran mereka, baik di dalam keluarga, tempat bekerja ataupun di lingkungan masyarakat (Daradjat, 2000).

Agar menjadi keluarga bahagia dan langgeng sebelum pernikahan dijelaskan perlu adanya persiapan diri. Dalam satu pernikahan, dua pribadi akan dipersatukan dalam suatu ikatan formal melalui catatan dan juga diabadikan di hadapan Allah sesuai dengan agama yang disetujui kedua belah pihak. Kedua pribadi ini masing-masing memiliki karakter, keinginan dan tujuan hidup. Agar perjalanan pernikahan dapat membahagiakan, pasangan ini sudah harus “siap” dengan start yang baik.

Persiapan diri meliputi semua daya upaya yang dipusatkan pada beberapa pokok;

1. Belajar untuk mengenal sebanyak mungkin mengenai calon pasangan yang akan dinikahi/
2. Mempertimbangkan sejauh mana sikap calon pasangannya cocok, sesuai dengan sikap sendiri.
3. Sejauh mana pribadi masing-masing dapat saling mengisi dan dapat menyatu dalam perjalanan hidup.
4. Dua orang yang dipersatukan dalam pernikahan akan membentuk pernikahan yang bahagia, apabila kedua pasangan berbahagia (Gunarsa, 2002).

Disamping persiapan diri sebelum menikah, perlu juga pemberdayaan psikologis, yaitu proses yang memungkinkan individu mengembangkan kontrol atas kehidupan mereka, mencapai kesejahteraan emosional, dan berfungsi secara lebih efektif dalam masyarakat. Proses ini melibatkan peningkatan dalam kesadaran diri, pengambilan keputusan mandiri, prngelolaan emosi, dan peningkatan kompetensi dalam mengatasi masalah, sehingga individu dapat menjalani hidup dan penuh arti.

Elemen inti dari pemberdayaan psikologis menurut Herawati (2020) adalah meliputi: kesadaran diri (*self awareness*), kontrol personal (*personal control*), kemandirian (*autonomy*), peningkatan kompetensi (*competence*), kepercayaan diri (*self efficacy*), dukungan sosial (*social support*), pemecahan masalah (*problem solving*), pengelolaan emosi (*emotional regulation*), motivasi intrinsik (*intrinsic motivation*), dan transformasi dan tindakan (*transformation and action*).

Tujuan dari pemberdayaan psikologis keluarga adalah untuk meningkatkan kapasitas dan kesejahteraan anggota keluarga dengan memperkuat kontrol, kompetensi, dan hubungan antar anggota keluarga. Pemberdayaan psikologis keluarga sebagai upaya untuk meningkatkan kapasitas keluarga dalam mengatasi stres dan masalah, serta memperbaiki komunikasi dan dukungan emosional di antara anggota keluarga. Pemberdayaan psikologis keluarga melibatkan proses yang membantu keluarga untuk memanfaatkan kekuatan dan sumber daya internal mereka. Ini mencakup meningkatkan kemampuan anggota keluarga untuk beradaptasi dan mengatasi tantangan hidup, serta memperkuat hubungan antar anggota keluarga.

Elemen-elemen dalam pemberdayaan psikologis keluarga sering kali mencakup berbagai aspek yang membantu meningkatkan kapasitas, kesejahteraan, dan fungsi keluarga. Berikut adalah beberapa elemen-elemen: komunikasi yang efektif, dukungan emosional, pengembangan ketrampilan coping, pembangunan rasa identitas dan keterhubungan, pengaturan struktur dan batasan, pengaturan struktur dan batasan, pengelolaan konflik, akses dan sumber daya, pengembangan keterampilan sosial, dan peningkatan kesadaran dan pengetahuan; yaitu meningkatkan pengetahuan anggota keluarga tentang isu-isu yang mempengaruhi mereka, seperti kesehatan mental, perkembangan anak, dan manajemen keuangan (Herawati, 2020).

Mengintegrasikan elemen-elemen ini dalam pendekatan pemberdayaan psikologis keluarga dapat membantu keluarga untuk menjadi lebih resilien, terhubung dan efektif dalam menghadapi tantangan hidup.

Konsep Keluarga Dalam Islam

Keluarga sering disebut sebagai institusi terkecil yang ada dalam masyarakat. Di dalamnya kita dapat menelusuri banyak hal, mulai dari hubungan antar individu, hubungan otoritas, pola pengasuhan, pembentukan karakter, masuknya nilai-nilai masyarakat, dan lain-lain. Keluarga merupakan institusi terkecil dan masyarakat atau bangsa, keluarga sekaligus menjadi pusat pendidikan paling penting dalam pembangunan manusia seutuhnya. Keluargalah yang membentuk karakter akhlak dan kepribadian individu yang ditampilkan dalam sikap atau perilaku keagamaan baik dalam wujud keshalehan spiritual maupun keshalehan sosial.

Memperkokoh ketahanan keluarga sama artinya dengan memperkuat ketahanan nasional. Namun dewasa ini sungguh prihatin dengan fenomena makin rapuhnya ketahanan keluarga yang

ditandai dengan melemahnya fungsi keluarga. Berbagai masalah sosial seperti tingginya angka perceraian, seks bebas, kejahatan anak di bawah umur, penyalahgunaan narkoba, perdagangan manusia, paham radikalisme, persoalan sosial lainnya itu semua bermuara pada keluarga.

Masalah-masalah tersebut tidak akan terjadi apabila keluarga mampu mendeteksi secara dini adanya penyimpangan perilaku yang dialami oleh anggota keluarganya dan mampu menyelesaikannya sehingga tidak berkembang menjadi masalah sosial. Menyiapkan generasi yang kuat sangat ditekankan dalam Islam.

Keadaan yang solid, sejahtera dan maju serta memiliki dasar keagamaan yang kokoh mereka akan mampu menghadapi segala godaan dan serangan dari luar yang berpotensi merusak ketahanan keluarga. Mereka itulah generasi yang kuat, generasi yang akan mampu mengemban amanah sebagai khalifah di bumi, mengelola bumi Allah, menciptakan kedamaian, kesejahteraan dan keadilan.

Pemikiran sosial dalam Islam setuju dengan pemikiran sosial modern yang mengatakan bahwa keluarga itu adalah unit pertama dan institusi pertama dalam masyarakat di mana hubungan-hubungan yang terdapat di dalamnya, sebagian besarnya, bersifat hubungan-hubungan langsung. Di situlah berkembang individu dan di situlah terbentuknya tahap-tahap awal proses permasyarakatan (socialization), dan melalui interaksi dengannya ia memperoleh pengetahuan, keterampilan, minat, nilai-nilai, emosi dan sikapnya dalam hidup dan dengan itu ia memperoleh ketentraman dan ketenangan (Langgulung, 2004).

Pembentukan keluarga dalam Islam bermula dengan terciptanya bimbingan suci yang menjalin seorang lelaki dan seorang perempuan melalui perkawinan yang halal, memenuhi rukun-rukun dan syarat-syarat sahnya. Oleh sebab itu kedua suami istri itu merupakan dua unsur utama dalam keluarga. Jadi keluarga dalam pengertian yang sempit merupakan suatu unit sosial yang terdiri dari seorang suami dan seorang istri, atau dengan kata lain keluarga adalah perkumpulan yang halal antara seorang lelaki dan seorang perempuan yang bersifat terus-menerus di mana yang satu merasa tenteram dengan yang lain sesuai yang ditentukan oleh agama dan masyarakat. Dan ketika kedua suami istri itu dikarunia seorang anak atau lebih, maka anak-anak itu menjadi unsur utama ketiga pada keluarga tersebut disamping dua unsur sebelumnya.

Islam memandang keluarga sebagai lingkungan atau milieu pertama itu individu memperoleh unsur-unsur dan ciri-ciri dasarnya dari kepribadiannya. Juga dari situ ia memperoleh akhlak, nilai-nilai, kebiasaan-kebiasaan dan emosinya dan dengan itu ia merubah banyak kemungkinan – kemungkinan, kesanggupan-kesanggupan dan kesediannya menjadi kenyataan yang hidup dan tindakan yang tampak. Jadi keluarga itu menurut pandangan individu merupakan simbol bagi ciri-ciri yang mulia seperti keimanan yang teguh kepada Allah, pengorbanan, kesediaan berkorban untuk kepentingan kelompok, cinta kepada kebaikan, kesetiaan dan lain-lain lagi nilai mulia yang

dengannya keluarga dapat menolong individu untuk menanamkannya pada dirinya (Langgulung, 2004).

Juga pentingnya keluarga itu bukan hanya kepada individu, tetapi juga kepada masyarakat, sehingga masyarakat menganggapnya institusi sosial yang terpenting dan merupakan unit sosial yang utama melalui individu-individu dipersiapkan dan nilai-nilai kebudayaan, kebiasaan dan tradisinya dipelihara kelanjutannya dan melalui dia juga kebudayaan dipindahkan dari generasi ke generasi berikutnya. Dan dari segi lain pada keluarga menjadi ukuran ketat atau lemahnya suatu masyarakat, yaitu jika keluarga kuat maka masyarakat pun kuat, begitu pula sebaliknya. Jika susunan dan struktur keluarga itu sehat, maka struktur masyarakat pun sehat, Sedang kalau sakit maka masyarakat pun sakit, Selanjutnya kehidupan akhlak dan sosialnya sendiri akan runtuh sebab runtuhnya dasar-dasar dan unsur-unsurnya yang terpenting.

Merujuk Murdock dan kajian Havland terdapat dua fungsi dasar keluarga; Pertama adalah masalah seksual secara alami tubuh manusia sebagai salah satu mamalia primata memiliki kemampuan menghasilkan hormon-hormon seks. Bagi manusia yang memiliki seperangkat aturan sosial menjadikan seks sebagai area privat dan dikendalikan oleh masyarakat. Bentuk pengendalian inilah yang dinamakan pernikahan yang menjadi dasar terbentuknya keluarga. Fungsi kedua adalah pemeliharaan anak. Pemeliharaan anak jika dalam konteks sederhana adalah hanya berkisar pada pemeliharaan fisik, seperti memberi makan, menjaganya dari gangguan luar yang berupa fisik, dan sebagainya. Akan tetapi, ada fungsi lain, yaitu membentuk karakter dan perilaku anak untuk bisa hidup di kalangan yang lebih luas, yakni masyarakat. Untuk itu, proses pemeliharaan anak, juga mengandung sosialisasi dan enkulturasi pada anak, secara khusus ditekankan oleh ibu, tetapi bisa juga pada pihak lain demisal nenek, bibi, atau kakak (Silalahi & Meinarno, 2021).

Oleh sebab kepentingan berganda yang dimiliki oleh keluarga inilah maka masyarakat Islam berusaha keras untuk mengukuhkan, menguatkan dan mengusahakan segala jalan untuk menolong keluarga untuk menjadi kuat dan terpadu. Menurut pandangan Islam, adalah usaha yang baik sebab akan membawa kebaikan kepada individu dan masyarakat sekaligus. Begitu besar perhatian Islam kepada keluarga sehingga ia mengusahakan dan memperhatukannya sebelum berlangsungnya perkawinan, yaitu pada masa di mana wanita masih berda di bawah jagaan walinya. Begitu juga selama perkawinan dan sesudah berakhirnya perkawinan itu sebab kematian atau talak. Sebelum masa perkawinan Islam membebani tanggung jawab kepada wali terhadap anak atau kerabatnya untuk menjaga, memelihara dan memberinya pendidikan yang baik.

Sebagaimana dalam firman Allah QS. At-Tahrim: 6, sebagai berikut:

أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّمَا أُوتِيتُمْ بِالنِّسَاءِ وَأَهْلِيكُمْ أَرْوَاحًا وَقُودًا أَلَيْسَ لِكُلِّ شَيْءٍ عِلٌّ مُّذْمُومٌ وَغِلَظٌ شَدِيدٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

"Wahai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan."

Dalam hadis disebutkan:

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ أَلَا كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ فَإِلِمَامٌ الَّذِي عَلَى النَّاسِ رَاعٍ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ وَالرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى أَهْلِ بَيْتِ زَوْجِهَا وَوَلَدِهِ وَهِيَ مَسْئُولَةٌ عَنْهُمْ وَعَبْدُ الرَّجُلِ رَاعٍ عَلَى مَالِ سَيِّدِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْهُ أَلَا فكلُّكم مسئول عن رعيته وكلُّكم مسئول عن رعيته
Sesungguhnya Rosulullah s.a.w. bersabda: *"Ketahuilah setiap kalian adalah pemimpin, dan setiap kalian akan dimintai pertanggungjawabannya atas yang dipimpin. Penguasa yang memimpin rakyat banyak dia akan dimintai pertanggungjawaban atas yang dipimpinnya, setiap kepala keluarga adalah pemimpin anggota keluarganya dan dia dimintai pertanggungjawaban atas yang dipimpinnya, dan istri pemimpin terhadap keluarga rumah suaminya dan juga anak-anaknya, dan dia akan dimintai pertanggungjawabannya terhadap mereka, dan budak seseorang juga pemimpin terhadap harta tuannya dan akan dimintai pertanggungjawaban terhadapnya. Ketahuilah, setiap kalian adalah bertanggung jawab atas yang dipimpinnya."* (HR al-Bukhari)

Sehingga bila tiba masa berfikir dengan serius untuk kawin, untuk mencari isteri yang shaleh dan mengambil keputusan yang bijaksana tentang memilih isteri yang saleh, Islam memerintahkan orang-orang mukmin dan anggota-anggota umat manusia seluruhnya agar berpegang kepada berbagai prinsip bijaksana yang kalau mereka sanggup menepati dan memeliharanya niscaya mereka akan mencapai kebahagiaan dalam perkawinan yang dicita-citakannya.

Ketika sudah betul-betul nekat untuk kawin maka haruslah itu berlangsung dengan syarat memiliki unsur-unsur untuk kelanjutan dan kekekalan.

Sebagaimana firman Allah QS. Al-Rum: 21

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

Setiap kelompok manusia harus ada kepala atau pemimpin yang bertanggung jawab terhadapnya. Keluarga adalah kelompok kecil manusia yang perlu kepada seseorang yang menjalannya, memimpin dan menyediakan baginya segala kemudahan pemeliharaan pen jagaan dan perlindungan, oleh sebab itu perlulah keluarga mempunyai seorang kepala atau penanggungjawab utama ini, menurut sistem Islam, adalah si suami. Dalam hal ini tidak berarti mengurangi hak wanita, atau merendahkan diri dan kehormatannya. Wanita menurut pandangan Islam adalah mulia dan terhormat, ia memiliki hak-hak penting yang lebih banyak daripada di masyarakat lain (Langgulung, 2004).

Dapat disimpulkan bahwa Islam sangat memperhatikan terhadap keluarga sebelum terbentuknya. Perhatian ini berterusan sesudah keluarga terbentuk, memberi petunjuk kepada anggota – anggotanya cara-cara bekerjasama antara anggota-anggotanya untuk menguatkan dan mengokohkannya supaya dapat memikul tanggungjawab besar yang dipikulnya, yaitu pendidikan, bimbingan dan pemeliharaan. Tidak ada suatu undang-undang keluarga dalam Islam, Jika betul-betul dijalankan dengan baik, yang akan membahayakan kemaslahatan keluarga termasuk talak dan beristeri lebih dari satu (poligami). Sebab kedua hal ini dibenarkan untuk menghadapi masalah-masalah yang tidak dapat dihadapi selain dari cara itu. Jika kedua hal ini (talak dan poligami) telah disalah gunakan oleh sebagian kaum muslimin sendiri, itu bukanlah kesalahan syariat Islam, tetapi kesalahan orang-orang yang menyalahgunakannya.

Solusi terhadap perubahan dimulai dari individu yang mau dan mampu mengubah diri sendiri, keluarga, sahabat, kelompok, komunitas, organisasi. Mulai dari pondasi dasar, yaitu keluarga dan komunitas yang menjadi fondasi dasar dari negara dan bangsa. Etika komunikasi keluarga dan komunitasnya belum dilandasi oleh kepribadian muslim.

Kesimpulan

Belakangan ini kita banyak melihat suasana rumah tangga yang tegang tidak menentu, yang disebabkan oleh kecurigaan antara suami/istri. Bagi jiwa ,yang sedang gelisah, agama akan memberi jalan dan siraman penenang hati. Tidak sedikit kita mendengar orang yang kebingungan dalam hidupnya selama ini belum beragama, tetapi setelah mulai mengenal dan menjalankan agama, ketenangan jiwa akan datang. Untuk membangun keluarga yang sehat keduanya saling memiliki hak dan tanggungjawab masing-masing, toleransi, jaga kepercayaan, kejujuran , kesetiaan, mempunyai iman dan taqwa. Atau SEJUTA setia jujur dan taqwa. Demikian pula wanita dan juga laki-laki, hanya akan ada harganya kalau memang memiliki ciri yang seharusnya, sesuai dengan fitrahnya masing-masing, Laki-laki pada umumnya memiliki sifat sebagai pengayom, pemimpin, pembimbing serta pemberi nafkah bagi keluarga. Makin sempurna karakternya sebagai laki-laki di penuhi maka dia semakin berharga.

Begitu pun sebaliknya, kalau wanita ingin benar-benar mulia dan berharga, ia harus mencoba menyempurnakan peranannya sebagai seorang wanita, Dan peran seorang wanita akan lebih terlihat manakala ia telah menjadi isteri dari seorang suami dan ibu dari anak-anaknya. Kekuatan rumah tangga adalah kebersamaan dan menempatkan diri pada tempatnya masing-masing secara optimal. Bangsa ini hanya akan kokoh jika rumah tangganya kokoh. Dan rumah tangga akan jika memiliki ratu, seorang ibu sholehah yang telaten mendampingi suami dan anak-anak dengan akhlak mulia.

References

- Arbi, A., (2024) *Psikologi Komunikasi Dakwah*, Amzah: Jakarta.
- Ella, S., Hanifa, S., Siahaan, S.K.W., Azura, S., Kartika Setiya, K., Jannah, R., & Ade Ira Rahayu Berutu, A.I.R., (2024). Kekerasan Pada Anak Dalam Keluarga, *Journal of Psychology*, Vol. 1 (1) 33-40
- Denzin, N.K., & Lincoln, Y.S., (2009) *Handbook of Qualitative Research 1*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Daradjat, Z. (1999) *Peranan agama dalam kesehatan mental*, Gunung Agung: Jakarta.
- Daradjat, Z. (2000) *Psikologi agama dan pendidikan Islam di Indonesia*, Logos: Jakarta.
- Gymnastiar, A., (2002) *Meraih Bening Hati dengan Manajemen Qolbu*, Gema Insani: Jakarta.
- Gunarsa, Y.S.D. (2002) *Asas-Asas Psikologi Keluarga Idaman*, Gunung Mulia: Jakarta.
- Herawati, N. (2020) *Pemberdayaan keluarga seri kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis*, Adab Indonesia: Indramayu.
- Hidayat, S.T., (2024). Strategi Compliance Gaining dalam Dakwah Larangan Berpacaran pada Keluarga Islam (Studi Kasus pada Keluarga dari Ormas-Ormas Islam di Kota Yogyakarta). *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 23(1), 109–138.
- Kusdwirati, S. (2024) *Psikologi Keluarga*, PT. Alumni: Bandung.
- Langgung, H. (2004) *Manusia dan Pendidikan suatu analisis psikologis filsafat dan pendidikan*, Pustaka Al-Husna Baru: Jakarta.
- Lestari, S., (2016) *Psikologi keluarga penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*, Kencana: Jakarta.
- Lubis, A., (2018) *Ketahanan Keluarga dalam Perspektif Islam pandangan komisi pemberdayaan perempuan, remaja dan keluarga Majelis Ulama Indonesia*, Pustaka Cendikian Muda: Ciputat Tangsel.
- Masduki, Y., Sutarman, Ru'iyah, S., (2020) Islamic Parenting as a Method of Sakinah Family *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 274-280
- Muhajarah, K., (2016). Perselingkuhan Suami Terhadap Istri Dan Upaya Penanganannya, *SAWWA: Jurnal Studi gender*, Vo. 12 (1).
- Mushonnaf, M. M. (2022). Praktik Nikah Tanpa Pacaran Di Lingkungan Anggota Pelopor Partai Keadilan Sejahtera (PKS) Dan Pengaruhnya Terhadap Harmoni Rumah Tangga. *Al-IHKAM Jurnal Hukum Keluarga Jurusan Ahwal Al-Syakshiyah Fakultas Syariah IAIN Mataram*, 14(1), 57–68.
- Nashori, F., (2008) *Psikologi Sosial Islami*, Aditama: Bandung.
- Norman K.Denzim, N.K. & Lincoln, V.S. (2009) *Handbook Of Qualitative Research*, Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Nurbayan, S., (2017) Perempuan Dan Keluarga (Studi Pada Perempuan Mempertahankan Keluarga Bermasalah Di Kelurahan Maggemaci Kecamatan Mpunda Kota Bima), *Jurnal Komunikasi Kebudayaan*, Vol. 4 (2).
- Retnoningtias, D.W. (2019) *Psikologi Keluarga*, Tohar Media: Makasar.
- Silalahi, K. & Meinarno, E.A. (2021) *Psikologi Keluarga*, Raja Grafindo: Jakarta.

- Yusuf, U. (2023) *Psikologi dalam epistemologi Islam*, Kencana: Jakarta.
- Yuyun Putri, Y., & Anom, E., (2023) Model Komunikasi Kepala Kantor Urusan Agama (Kua) Dalam Meminimalisir Angka Perceraian, *Journal of Management and Bussines (JOMB)*, Vol. 5 (1), 512-519
- Zis, S. F., Effendi, N., & Roem, E. R. (2021). Perubahan Perilaku Komunikasi Generasi Milenial dan Generasi Z di Era Digital. *Satwika : Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial*, 5(1), 69–87.