



Mewujudkan Keharmonisan Rumah Tangga Dengan Menggunakan Konseling Keluarga

Noffiyanti¹

¹Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Article Info

Article history:

Received Jul 7th, 2020

Revised Jul 17th, 2020

Accepted Jul 24th, 2020

Keyword:

Keharmonisan Keluarga,
Konseling Keluarga,

ABSTRACT

Dalam setiap individu menginginkan keharmonisan keluarga dalam membentuk keluarga. Kesadaran peran dan fungsi serta menerima keadaan dan keberadaan menjadi pondasi yang kuat dalam menjalankan rumah tangga. Dalam mewujudkan rumah tangga yang harmonis sering terjadi fenomena problematika dalam keluarga seperti pertengkaran, cemburu, perselingkuhan, perbedaan pendapatan, perbedaan prinsip hidup dan sampai pada tindakan mengakhiri pernikahan atau bercerai. Problematika yang terjadi di dalam kehidupan rumah tangga harus segera di selesaikan agar keharmonisan keluarga tetap terjaga dan terwujud. Meningkatnya angka perceraian telah memunculkan isu mengenai kemerosotan nilai keharmonisan keluarga dan lembaga keluarga tidak selalu menjadi tempat yang baik untuk perkembangan anak. Penelitian ini merupakan pendekatan tinjauan pustaka (*library research*) yang bersumber dari buku mengenai mewujudkan keharmonisan rumah tangga dengan menggunakan konseling keluarga Dengan pendekatan konseling keluarga digunakan sebagai proses intervensi terhadap masalah yang mengganggu keharmonisan keluarga. Konseling keluarga dengan berusaha membangun ikatan yang lebih dekat, individu yang mampu mengendalikan emosi, dan keluarga yang selalu memiliki komunikasi yang baik dalam mewujudkan keharmonisan keluarga.



© 2020 The Authors. Published by UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
 This is an open access article under the CC BY license
 (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>)

Corresponding Author:

Noffiyanti,
 Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung
 Email: noffiyanti@radenintan.ac.id

Pendahuluan

Keluarga terdiri dari ayah, ibu, dan anak-anak, maupun saudara dalam satu rumah. Membahas tentang keluarga, keluarga mempunyai fungsi sebagai tempat pendidikan agama, dan tempat beribadat, yang secara serentak berusaha mengembangkan amal shaleh dan anak yang shaleh (Jalaluddin Rakhmat dan Muhtar Gandaatmaja, 1993). Didalam keluarga pertama kali dia mengalami hubungan dengan manusia dan memperoleh representasi dari sekelilingnya. Pengalaman hubungan dengan keluarga semakin diperkuat dalam proses pertumbuhan sehingga melalui pengalaman makin mengakrabkan seorang anak dengan lingkungan keluarga. Keluarga dibutuhkan oleh seorang anak untuk mendorong, menggali, mempelajari dan menghayati nilai-nilai kemanusiaan, norma-norma, dan nilai agama. Di berbagai belahan dunia dengan beragam budaya dan sistem sosial, keluarga merupakan unit penting dalam bangunan masyarakat. Keluarga merupakan warisan umat manusia yang terus dipertahankan keberadaannya dan tidak lekang oleh perubahan zaman. Berbagai

faktor perkembangan zaman tentu saja mempengaruhi corak dan karakteristik keluarga, namun substansi keluarga tidak terhapuskan (Lestari, 2016).

Agar suatu keluarga dapat dikatakan keluarga yang sehat dan bahagia maka harus memiliki beberapa kriteria yang sangat penting bagi perkembangan anak yaitu kehidupan beragama dalam suatu keluarga, mempunyai waktu untuk bersama, mempunyai pola konsumsi yang baik bagi sesama anggota dan saling menghargai satu sama lain. Pendidikan orang tua sangatlah penting bagi anak-anaknya, terutama pendidikan agama yang mana anak tersebut dapat belajar dalam ajaran-ajaran Allah swt. melalui Rasulullah Muhammad saw., dan melalui kitab Alquran. Orang tua menentukan dan meneladankan (model) seperangkat nilai yang jelas, dan mendorong anak-anak mereka untuk menentukan perilaku apa yang mencerminkan nilai-nilai tersebut. Namun sikap orang tua yang humoris, suka bercanda sebagai lelucon yang biasa terjadi pada kehidupan sehari-hari diakui cukup memberikan warna dalam kehidupan anak. Bercanda dan bermesra-mesraan dengan istri dan anak-anak adalah salah satu sebab yang mendatangkan suasana kebahagiaan dan keakraban di dalam rumah (Muhammad Shalet Al-Munajjid, 2014)

Jika kedamaian di dalam keluarga tercapai, maka nilai-nilai positif dan nilai-nilai agama akan tercipta, maka dari itu keharmonisan dalam keluarga merupakan pengaruh dalam perkembangan pengamalan agama anak. Melalui keharmonisan itu dapat menciptakan pendidikan kepada anak yang sangat baik. Semua orang tua dapat menjadi model bagi anaknya, keluarga yang harmonis dapat membantu anak menemukan potensi dan minat-minat mereka yang paling mendalam mendorong anak melakukan kegiatan beragama. Namun kenyataannya ada saja keluarga yang tidak harmonis, dikarenakan beberapa hal, seperti orang tuanya bercerai, orang tuanya sibuk bekerja masing-masing, sehingga kebersamaan dengan anak jauh, anak sering bersama nenek atau kakenya, atau sering bersama teman-teman sepermainannya, di mana kasih sayang orang tua tidak terpenuhi, pengamalan agama tidak diperhatikan.

Konsep diri merupakan penilaian individu mengenai keadaan dirinya tentang karakteristik dan kemampuannya. Keluarga sebagai lembaga pertama dan utama dalam kehidupan remaja, mempunyai peran penting dalam memberikan pendidikan, curahan kasih sayang, arahan, dan pengawasan kepada remaja agar mereka tumbuh dengan memiliki konsep diri yang positif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat keharmonisan keluarga dengan konsep diri remaja di Kecamatan Bayat Kabupaten Klaten. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Penelitian ini dilakukan pada 53 remaja yang ditentukan dengan Random Sampling. Hasil penelitian ini adalah tingkat keharmonisan keluarga di Kecamatan Bayat termasuk dalam kategori tinggi dengan prosentase sebesar 71,7% dan konsep diri remaja termasuk dalam kategori sangat tinggi dengan prosentase sebesar 56,6%. Pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi Pearson Product Moment menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara tingkat keharmonisan keluarga dengan konsep diri remaja, terlihat dari probabilitas sebesar 0,000 ($< 0,05$) dan dengan koefisien korelasi sebesar (r_{xy}) 0,713 (Asvi Isminayah dan Supandi, 2016). Perbedaan dengan peneliti adalah peneliti lebih membahas keharmonisan keluarga secara teori-teori dan menangani masalah dengan menggunakan teori konseling keluarga

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan pendekatan tinjauan pustaka (*library research*) yang bersumber dari buku mengenai mewujudkan keharmonisan rumah tangga dengan menggunakan konseling keluarga. Refrensi mejadi sumber utama dalam penulisan jurnal ini. Penulis telah mengumpulkan buku-buku yang berhubungan dengan topik pembahasan kemudian membuat *literature review* dari masing-masing buku tersebut.

Hasil dan Pembahasan

Secara terminologi keharmonisan berasal dari kata harmonis yang berarti serasi, selaras. Titik berat dari keharmonisan adalah keadaan selaras atau serasi, keharmonisan bertujuan untuk mencapai keselarasan dan keserasian, dalam kehidupan rumah tangga perlu menjaga kedua hal tersebut untuk mencapai keharmonisan rumah tangga (Depdiknas, 2013). Keharmonisan adalah perihal (keadaan) harmonis, keselarasan, keserasian. Keluarga yang harmonis dan berkualitas yaitu keluarga yang rukun berbahagia, tertib, disiplin, saling menghargai, penuh pemaaf, tolong menolong dalam kebakikan, memiliki etos kerja yang baik, bertetangga dengan saling menghormati, taat mengerjakan ibadah, berbakti pada yang lebih tua, mencintai ilmu pengetahuan dan memanfaatkan waktu luang dengan hal yang positif dan mampu memenuhi dasar keluarga

(Basri, 1996). Dlori berpendapat keharmonisan keluarga adalah bentuk hubungan yang dipenuhi oleh cinta dari kasih, karena kedua hal tersebut adalah tali pengikat keharmonisan (Dlori, 2005)

Dalam mewujudkan keluarga harmonis ada beberapa ciri yang harus dipahami, menurut Danuri (Pujosuwarno, 1994) mengungkapkan bahwa keluarga bahagia, memiliki ciri-ciri yaitu adanya ketenangan jiwa yang dilandasi oleh ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, hubungan yang harmonis antara individu yang satu dengan individu yang lain dalam keluarga dan masyarakat, terjamin kesehatan jasmani, rohani dan sosial, cukup sandang, pangan dan papan, adanya jaminan hukum terutama hak asasi manusia, tersedianya pelayanan pendidikan yang wajar, ada jaminan di hari tua, sehingga tidak perlu khawatir terlantar di masa tua, tersedianya fasilitas rekreasi yang wajar (Pujosuwarno, 1994). Ada beberapa aspek lain untuk meningkatkan keharmonisan dalam keluarga yaitu kesejahteraan spiritual dan meminimalisasi konflik. Berdasarkan aspek-aspek dalam mewujudkan keharmonisan dalam keluarga adalah dengan saling menghargai, menyayangi, perhatian komunikasi, memiliki waktu dalam keluarga, meningkatkan kesejahteraan spiritual dan meminimalisir konflik (Nick, 2002).

Keluarga harmonis atau sejahtera merupakan tujuan penting. Oleh karena itu untuk menciptakan perlu diperhatikan faktor-faktornya adalah Perhatian, yaitu menaruh hati pada seluruh anggota keluarga sebagai dasar utama hubungan yang baik antar anggota keluarga. Baik pada perkembangan keluarga dengan memperhatikan peristiwa dalam keluargadan mencari sebab akibat permasalahan, juga terdapat perubahan pada setiap anggotanya. Pengetahuan, perlunya menambah pengetahuan tanpa henti-hentinya untuk memperluas wawasan sangat dibutuhkan dalam menjalani kehidupan keluarga. Sangat perlu untuk mengetahui anggota keluarganya, yaitu setiap perubahan dalam keluarga, dan perubahan dalam anggota keluarganya, agar kejadian yang kurang diinginkan kelak dapat diantisipasi. Pengenalan terhadap semua anggota keluarga. Hal ini berarti pengenalan terhadap diri sendiri dan pengenalan diri sendiri yang baik penting untuk memupuk pengertian-pengertian. Bila pengenalan diri sendiri telah tercapai maka akan lebih mudah menyoroti semua kejadian atau peristiwa yang terjadi dalam keluarga. Masalah akan lebih mudah diatasi, karena banyaknya latar belakang lebih cepat terungkap dan teratasi, pengertian yang berkembang akibat pengetahuan tadi akan mengurangi kemelut dalam keluarga. Sikap menerima, langkah lanjutan dari sikap pengertian adalah sikap menerima, yang berarti dengan segala kelemahan, kekurangan, dan kelebihannya, ia seharusnya tetap mendapatkan tempat dalam keluarga. Sikap ini akan menghasilkan suasana positif dan berkembangnya kehangatan yang melandasi tumbuh suburnya potensi dan minat dari anggota keluarga. Peningkatan usaha, setelah menerima keluarga apa adanya maka perlumeningkatkan usaha. Yaitu dengan mengembangkan setiap dari aspek keluarganya secara optimal, hal ini disesuaikan dengan setiap kemampuan masing-masing, tujuannya yaitu agar tercipta perubahan-perubahan dan menghilangkan keadaan bosan. Penyesuaian harus perlu mengikuti setiap perubahan baik dari fisik orangtua maupun anak (Singgih D Gunarsa dan Yulia Singgih D, 1986).

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 (Willis.S.Sopyan, 1994). Pengertian konseling secara etimologi berasal dari bahasa latin, yaitu *consilium* (dengan atau bersama), yang dirangkai dengan menerima atau memahami. Dalam bahasa Anglo Saxon, istilah konseling berasal dari *sellan*, yang berarti menyerahkan atau menyampaikan (Farid, 2013).

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 (Salvador, 2012). 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 (Aunur, 2001).

Pada prinsipnya, bimbingan konseling keluarga sangat bermanfaat bagi kehidupan pasangan sebelum pernikahan, saat berumah tangga dan pada masa awal memiliki anak-anak. Menurut Ali Murtadho, bimbingan dan konseling perkawinan merupakan salah satu layanan konseling yang semakin memiliki pengaruh penting seiring dengan kompleksitas masalah manusia di masa kini. Pentingnya bimbingan konseling keluarga karena

beberapa aspek, antara lain: masalah perbedaan individu, masalah kebutuhan, masalah perkembangan individu dan masalah latar belakang sosio kultural (Ali, 2009).

Berbagai permasalahan permasalahan keluarga tersebut dapat di selesaikan melalui konseling keluarga. Konseling keluarga menjadi efektif untuk mengatasi masalah-masalah tersebut jika semua anggota keluarga bersedia untuk mengubah sistem keluarganya yang telah ada dengan cara-cara baru untuk membantu mengatasi anggota keluarga yang bermasalah. Dalam kaitannya dengan bentuknya, konseling keluarga dikembangkan dalam berbagai bentuk sebagai pengembangan dari konseling kelompok. Bentuk konseling keluarga dapat terdiri dari ayah, ibu, dan anak sebagai bentuk konvensional. Saat ini juga dikembangkan dalam bentuk lain, misalnya ayah dan anak laki-laki, ibu dan anak perempuan, ayah dan anak perempuan, ibu dan anak laki-laki, dan sebagainya.

Bentuk konseling keluarga ini disesuaikan dengan keperluannya. Namun banyak ahli yang mengajurkan agar anggota keluarga dapat ikut serta dalam konseling. Perubahan pada sistem keluarga dapat dengan mudah diubah jika seluruh anggota keluarga terlibat dalam konseling, karena mereka tidak hanya berbicara tentang keluarganya tetapi juga terlibat juga dalam penyusunan rencana perubahan dan tindakannya

Konselor yang menggunakan pendekatan behavioral dapat menggunakan berbagai macam teknik dan prosedur yang berakar pada teori tentang belajar. Pendekatan ini menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku ke arah yang lebih adaptif. Dasar alasannya adalah bahwa segenap tingkah laku adalah dipelajari (learned), termasuk tingkah laku yang maladaptif. Jika tingkah laku neurotik learned, maka ia bisa unlearned (dihapus dari ingatan), dan tingkah laku yang lebih efektif bias diperoleh.

Wolpe mengemukakan peran yang harus dilakukan konselor, yaitu bersikap menerima, mencoba memahami klien dan apa yang dikemukakannya. Dalam hal ini menciptakan iklim yang baik adalah sangat penting untuk mempermudah melakukan modifikasi perilaku. Konselor lebih berperan sebagai guru yang membantu klien melakukan teknik-teknik modifikasi perilaku yang sesuai dengan masalah, tujuan yang hendak dicapai (Latipun, 2001).

Peran konselor dalam membantu konseli dalam konseling keluarga dan perkawinan dikemukakan oleh Satir (Cottone, 1992) di antaranya 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 konseli untuk berbuat secara dewasa dan untuk bertanggung jawab dan melakukan self-control. 5. Konselor menjadi penengah dari pertentangan atau kesenjangan komunikasi dan menginterpretasi pesan-pesan yang disampaikan konseli atau anggota keluarga. 6. Konselor menolak perbuatan penilaian dan pembantu menjadi congruence dalam respon-respon anggota keluarga.

Kesimpulan

Konseling keluarga pada dasarnya merupakan penerapan konseling pada situasi yang khusus. Konseling keluarga ini secara memfokuskan pada masalah-masalah berhubungan dengan situasi keluarga dan penyelenggaraannya melibatkan anggota keluarga. Untuk memahami mengapa suatu keluarga bermasalah dan bagaimana cara mengatasi masalah-masalah keluarga. Konseling keluarga merupakan pendekatan konseling yang berfokus pada pengembangan kapasitas pribadi individu dalam keluarga untuk mewujudkan keharmonisan rumah tangga. Dengan membangun komunikasi yang baik diantara keluarga akan mewujudkan keharmonisan rumah tangga.

Daftar Pustaka

Ali, M. (2009). *Konseling Perkawinan Perspektif Agama-Agama*. Walisongo Press.

Asvi Isminayah dan Supandi. (2016). Relasi Tingkat Keharmonisan Keluarga Dengan Konsep Diri Remaja. *Al-Balaq Dakwah Dan Ilmu Komunikasi IAIN Surakarta, Vol. 1, No, 234–247*.

Aunur, R. F. (2001). *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*. UII Press.

-
- Basri, H. (1996). *Merawat Cinta Kasih*. Pustaka Pelajar.
- Depdiknas. (2013). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Balai Pustaka*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Dlori, M. (2005). *Dicintai Suami (istri) Sampai Mati*. Katahati.
- Farid, M. (2013). *Psikologi Konseling(Buku Panduan Lengkap dan Praktis Menerapkan Psikologi Konseling)*. IRCiSoD.
- Jalaluddin Rakhmat dan Muhtar Gandaatmaja. (1993). *Keluarga Muslim dalam Masyarakat Modern (Cetakan 1)*. Remaja Rosakarya.
- Latipun. (2001). *Psikologi Konseling*. UMM Press.
- Lestari, S. (2016). *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai Pengananan Konflik Dalam Keluarga*. Prenadamedia Group.
- Muhammad Shalet Al-Munajjid. (2014). *Tips Keluarga Bahagia*. Gema Insani.
- Nick. (2002). *Keluarga Kokoh dan Bahagia*. Interaksara.
- Pujosuwarno. (1994). *Bimbingan Konseling Keluarga*. Menara Mas Offset.
- Salvador, M. (2012). *Families and Family Therapy*. Harvard University.
- Singgih D Gunarsa dan Yulia Singgih D. (1986). *Psikologi Untuk Keluarga*. Gunung Mulia.
- Willis.S.Sopyan. (1994). *Konseling Keluarga: Suatu Pendekatan Sistem. Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan*. Alfabeta.