**Mewujudkan Keharmonisan Rumah Tangga Dengan Menggunakan Konseling Keluarga**

**Noffiyanti1**

1Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Article Info** |  | **ABSTRACT** |
| ***Article history:***  Received Jun 12th, 201x  Revised Aug 20th, 201x  Accepted Aug 26th, 201x |  | Keharmonisan keluarga merupakan keinginan dari setiap individu 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, perbedaaan 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. Konseling keluarga dengan pendekatan behavioral digunakan sebagai proses intervensi terhadap masalah yang menggangu keharmonisan keluarga. Konseling keluarga dengan pendekatan behavioral dalam mewujudkan keharmonisan keluarga meliputi konsep keharmonisan keluarga, konseling keluarga, pendekatan behavioral. |
| ***Keyword:***  Keharmonisan,  Konseling Kelurga,  Behavioral |
| © 2019 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](mailto: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.

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 nilainilai 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 tuadapat 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 masingmasing, 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.

**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 topic 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 kedaan 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, Kamus Besar Bahasa Indonesia Balai Pustaka, 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 dalamkebajikan, 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 Hasan, 1996). Dlori berpendapat keharmonisan keluarga adalah bentuk hubungan yang dipenuhi oleh cinta dari kasih, karena kedua hal tersebutadalah tali pengikat keharmonisan (Muhammad Dlori, 2005).

Dalam mewujudkan keluarga harmonis ada beberapa ciri yang harus dipahami, menurut Danuri (dalam 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 dihari tua, sehingga tidak perlu khawatir terlantar dimasa tua, tersedianya fasilitas rekreasi yang wajar (Pujosuwarno, S, 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 spritual dan meminimalisir konflik (Nick, 2002).

Keluarga harmonis atau sejahtera merupakan tujuan penting.Oleh karena itu untuk menciptakan perlu diperhatikan faktor-faktor berikut (Singgih D Gunarsa dan Yulia Singgih D, 1986):

1. Perhatian, yaitu menaruh hati pada seluruh anggota keluarga sebagai dasarutama hubungan yang baik antar anggota keluarga. Baik padaperkembangan keluarga dengan memperhatikan peristiwa dalam keluargadan mencari sebab akibat permasalahan, juga terdapat perubahan pada setiapanggotanya.
2. Pengetahuan, perlunya menambah pengetahuan tanpa henti-hentinya untukmemperluas wawasan sangat dibutuhkan dalam menjalani kehidupankeluarga. Sangat perlu untuk mengetahui anggota keluaranya, yaitu setiapperubahan dalam keluarga, dan perubahan dalam anggota keluarganya, agarkejadian yang kurang diinginkan kelak dapat diantisipasi.
3. Pengenalan terhadap semua anggota keluarga. Hal ini berarti pengenalanterhadap diri sendiri dan pengenalan diri sendiri yang baik penting untukmemupuk pengertian-pengertian.
4. Bila pengenalan diri sendiri telah tercapai maka akan lebih mudahmenyoroti semua kejadian atau peristiwa yang terjadi dalam keluarga.Masalah akan lebih mudah diatasi, karena banyaknya latar belakang lebihcepat terungkap dan teratasi, pengertian yang berkembang akibatpengetahuan tadi akan mengurangi kemelut dalam keluarga.
5. Sikap menerima, langkah lanjutan dari sikap pengertian adalah sikapmenerima, yang berarti dengan segala kelemahan, kekurangan, dankelebihannya, ia seharusnya tetap mendapatkan tempat dalam keluarga. Sikap ini akan menghasilkan suasana positif dan berkembangnyakehangatan yang melandasi tumbuh suburnya potensi dan minat darianggota keluarga.
6. Peningkatan usaha, setelah menerima keluarga apa adanya maka perlumeningkatkan usaha. Yaitu dengan mengembangkan setiap dari aspekkeluarganya secara optimal, hal ini disesuaikan dengan setiap kemampuanmasing-masing, tujuannya yaitu agar tercipta perubahanperubahan danmenghilangkan keadaan bosan.
7. Penyesuaian harus perlu mengikuti setiap perubahan baik dari fisik orangtua maupun anak.

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 consiliun ( dengan atau bersama), yang dirangkai dengan menerima atau memahami. Dalam bahasa Anglo Saxon, istilah konseling berasal dari sellan, yang berarti menyerahkan atau menyampaikan (Farid Mashudi, 1994).

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 (Minuchin, 1999). Adapun yang dimaksud bimbingan konseling kelurga 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 (A.R.Faqih, 2004).

Pada prinsipnya, bimbingan konseling keluarga sangat bermanfaat bagi kehidupan pasangan sebelum pernikahan, saat berumahtangga 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 Murtadho, 2009).

Pendekatan konseling behavioral merupakan konseling tingkah laku yang merupakan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Pendekatan ini telah memberikan penerapan yangsistematis tentang prinsip-prinsip belajar dan pengubahan tingkah laku kearah cara-cara yang lebih adaptif. Berlandaskan teori belajar, modifikasi tingkah laku dan konseling tingkah laku adalah pendekatan-pendekatan terhadap konseling dan psikoterapi yang berurusan dengan tingkah laku. Konseling tingkah laku berbeda dengan sebagian besar pendekatan konseling lainnya, yang di tandai oleh pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik, kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan treatment, perumusan prosedur treatment yang spesifik yang sesuai dengan masalah, penaksiran objektifitas hasil-hasil konseling (Corey G, 2005)

Konselor yang menggunakan pendekatan behavioral dapat menggunakan berbagai macam teknik dan prosedur yang berakar pada teori tentang belajarr. Pendekatan ini menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada pengubahan 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.

Konselor behavioral memiliki peran yang sangat penting dalam membantu klien. 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).

Contoh kasus: Klien ibu rumah tangga yang mengalami sering mengalami pertengkaran karena cemburu. Dalam kasus ini konselor melakukan proses assesment kepada klien mengenai permasalahanya yaitu tentang pertengkaran yang selalu terjadi kemudian melakukan goal setting untuk mendefinisikan masalahnya, setelah itu lekakukan implementasi dengan teknik tertentu didalam konseling behavior, setalah dilakukan teknik implementasi langkah berikutnya dilakukan evaluasi termination untuk melihat hasil dan kemudian dilakukan feedback.

**Kesimpulan**

Konseling keluarga dengan pendekatan behavioral adalah starategi yang digunakan dalam mewujudkan keharmonisan keluarga, penggunaan strategi ini dilihatberdasarkan fenomena masalah yang di hadapi klien. Pendekatan ini dilaksananakan dalam lima tahap yaitu assesment, goal setting, teknik implemention, evaluasi termination dan feedback

**Daftar Pustaka**

Ali Murtadho. 2009. *Konseling Perkawinan Perspektif Agama-Agama.* Semarang: Walisongo Press.

A.R.Faqih. 2004 . *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*. Yogyakarta:UII Press.

Basri Hasan. 1996. *Merawat Cinta Kasih. Yogyakarta*: Pustaka Pelajar.

Corey G. 2005. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.

Depdiknas. 2013. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Balai Pustaka*. Jakarta: PT. Gramdedia Pustaka Utama.

Farid Mashudi. 2012. *Psikologi Konseling( Buku Panduan Lengkap dan Praktis Menerapkan Psikologi Konseling).* Jogyakarta

Jalaluddin Rakhmat dan Muhtar Gandaatmaja.1993.*Keluarga Muslim dalam Masyarakat Modern.* Bandung: PT. Remaja Rosakarya.

Latipun. 2001. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.

Minuchin,s, *Familiy and Family Therapy.* 1999. Cambridg, MA: Harvard University.

Muhammad Dlori. 2005. *Dicintai Suami (istri) Sampai Mati.* Yogyakarta: Katahati.

Muhammad Shalet Al-Munajjid.2014*. Tips Keluarga Bahagia*.Jakarta: Gema Insani.

Nick. 2002. *Keluarga Kokoh dan Bahagia.* Batam: Interaksara.

Pujosuwarno, S. 1994. *Bimbingan Konseling Keluarga*.Yogyakarta: Menara Mas Offset.

Singgih D Gunarsa dan Yulia Singgih D. 1986. *Psikologi Untuk Keluarga*. Jakarta: Gunung Mulia.

Willis.S.Sopyan. 1994. *Konseling Keluarga: Suatu Pendekatan Sistem. Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan,FIP,IKIP.* Bandung.