

Isu-Isu Dalam Praktik Konseling Perkawinan dan Perspektif Islam

Inaz Zahra¹, Amirah Diniaty², Zuriatul Khairi³

¹²³*Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*
e-mail: inasZahra13@gmail.com

ABSTRAK. Tingginya angka perceraian, menjadi isu yang tidak pernah berhenti dibicarakan dalam setiap decade, padahal keutuhan rumah tangga menjadi benteng bagi individu untuk menghadapi permasalahan dimasyarakat. Untuk itu layanan konseling perkawinan menjadi satu solusi dan harus dipahami oleh konselor. Tulisan ini bertujuan mendeskripsikan secara konseptual isu-isu pelaksanaan konseling perkawinan dan perspektif Islam

Kata kunci: Isu, Praktik Konseling Perkawinan, Perspektif Islam.

PENDAHULUAN

Perkawinan adalah akad yang disepakati oleh kedua belah pihak yaitu antara seorang pria dan seorang wanita untuk sama-sama mengikat diri, bersama dan saling kasih mengasihi demi kebaikan keduanya dan anak-anak mereka sesuai dengan batas-batas yang ditentukan oleh hukum (Murtadho, 2009). Dengan demikian perlu disadari bahwa perkawinan atau pernikahan itu berlaku seumur hidup atau selamanya. Penelitian mengenai bagaimana tahun pertama pernikahan sangat dipengaruhi persiapan dan kesiapan pasangan untuk menikah sangat terbatas (Holman & Li, 1997; Larson & Holman, 1994). Kenyataan menunjukkan, bahwa tidak selamanya hubungan suami istri yang awalnya terjalin dengan baik, penuh kasih dan sayang menjadi hubungan yang tidak menunjukkan keharmonisan bahkan mereka gagal dalam membangun rumah tangga karena menemui permasalahan yang terkadang sampai tidak bisa diatasi dan berujung perceraian. Hal ini dibuktikan angka perceraian di Indonesia ini masih tergolong tinggi. Seperti yang diberitakan oleh Gulalives.com bahwa angka perceraian mencapai kenaikan 16-20 persen berdasarkan data yang di dapat sejak tahun 2009 hingga 2016. Jadi angka perceraian di Indonesia ini semakin hari semakin meningkat.

Setidaknya ada empat alasan utama pasangan di Indonesia bercerai, antara lain karena hubungan yang sudah tidak harmonis, tidak ada tanggung jawab, kehadiran pihak ketiga dan persoalan ekonomi. (<http://www.gulalives.co>). Dalam suatu masyarakat atau kelompok, di mana perceraian membawa cacat moral atau sanksi sosial tertentu, kondisi-kondisi ketidakbahagiaan dan ketegangan dalam rumah tangga, serta tidak serta merta diselesaikan dengan perceraian, karena dalam kenyataan, perceraian tidak pernah memberikan pemecahan masalah yang memuaskan semua pihak, apalagi kebahagiaan, bahkan perceraian justru mengakibatkan penderitaan dan luka hati yang lebih besar bagi suami, istri, anak-anak, dan orang-orang terdekat di sekitarnya (Nurhayati, 2011).

Mengantisipasi hal ini Fowers dan Olson (1986) dan Senediak (1990) menunjukkan dari hasil penelitiannya bahwa kualitas hubungan pranikah dan pernikahan berikutnya dapat ditingkatkan melalui pendidikan. Meskipun, beberapa program persiapan pernikahan dan instrumen penilaian pra nikah (misalnya, FOCCUS (Markey, Micheletto, & Becker, 1985); PMIP (1984); PREP-M (Holman, Larson, & Harmer, 1989); PREPARE / ENRICH (Olson, Fournier, & Druckman, 1986) telah

dirancang dan diimplementasikan dengan hasil positif (Larson et al., 1995), upaya yang lebih besar perlu diberikan untuk mengeksplorasi topik, format, upaya perekrutan, dan sistem pengiriman yang menarik bagi pasangan yang mempersiapkan pernikahan. (Duncan, Box, & Silliman, 1996; Silliman & Schuum, 1989; Silliman & Schuum, 1993; Silliman, Schuum, Jurich)

Layanan konseling dirasa tepat dalam memberikan bantuan kepada pasangan suami istri yang mengalami keguncangan besar dalam bahtera rumah tangga yang sudah mereka bangun bersama. Menurut Prayitno, pengertian konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh konseli (Prayitno & Amti, 2008). Amirah Diniaty (2018) menjelaskan konselor adalah seorang ahli dalam bidang konseling yang memiliki kewenangan dan mandat secara profesional untuk melaksanakan kegiatan pelayanan konseling, sementara klien adalah seorang individu yang sedang mengalami masalah atau setidaknya sedang mengalami sesuatu yang ingin ia sampaikan kepada orang lain. Gustad's (dalam Gibson, 1995) menyebutkan hakekat konseling sebagai berikut:

Counseling is a learning-oriented process, carried on in a simple, one-to-one social environment, in which a counselor, professionally competent in relevant psychological skill and knowledge, seeks to assist the client, by methods appropriate to the latter's needs and within the context of the total personnel program, to learn more about himself and to accept himself, to learn how to put such understanding into effect in relation to more clearly perceived, realistically defined goals to the end that the client may become a happier and more productive member of his society.

Dalam permasalahan ini konseling yang tepat diberikan adalah konseling yang khusus melayani masalah pernikahan atau perkawinan. Tulisan ini mendeskripsikan isu-isu penting terkait pelaksanaan konseling perkawinan dan perspektif Islam secara komprehensif. seling dapat membantu konselor maupun orang tua untuk memahami apa saja yang terjadi pada siswa

KAJIAN LITERATUR

Latar Belakang Perlunya Konseling Pernikahan

Temuan penelitian Maria, Furstenberg & Napolitano, (2011) dari 424 data wawancara kualitatif dengan populasi anak muda yang beragam secara ras, etnis, dan sosial-ekonomi yang berusia mulai dari 21 hingga 38 tahun, menemukan paradoks peran yang berkembang untuk pernikahan kontemporer dalam perspektif perkembangan. Hasilnya diidentifikasi dua kelompok dari responden yaitu: naturalis pernikahan (pernikahan yang berjalan secara natural) dan perencana pernikahan (pernikahan yang terencana). Kaum naturalis terdiri dari seperlima sampel, sebagian besar berasal dari pedesaan Amerika, dan mengikuti jalur cepat menuju perkawinan yang mendefinisikan pusat abad ke-20. Perencana terdiri dari sisa sampel, berbasis di daerah metropolitan, dan mengikuti transisi yang memanjang ke dewasa. Para penulis memeriksa pandangan masing-masing kelompok tentang komitmen dan sifat hubungan, dan menerapkan temuan mereka pada perdebatan tentang apakah perkawinan tangguh, menurun, atau terdeinstitutionalisasi.

Penelitian ini menemukan beberapa point penting berdasarkan data yang terkumpul yaitu bahwa makna dari pernikahan di Amerika telah berubah, dan penting untuk mengetahui apa arti perubahan ini. Apa yang telah berubah secara mendasar adalah bahwa sekarang masyarakat perkotaan lebih memahami tantangan masa transisi menuju kedewasaan. Temuan kedua bahwa perencanaan dalam pernikahan adalah modal penting untuk orang yang ingin menikah. Ketiga, sangat disarankan individu untuk memastikan bahwa ia sudah mencapai kedewasaan terlebih dahulu sebelum memutuskan untuk memiliki komitmen seumur hidup. Temuan penelitian ini menarik untuk dikaji dan menjadi dasar dalam melihat latarbelakang perlunya konseling perkawinan. Walgito

(2004) menjelaskan beberapa hal yang melatarbelakangi diperlukannya konseling pernikahan, yaitu masalah perbedaan individu, kebutuhan hidup, dan perubahan sosial, ekonomi dan budaya. Telah menjadi pemahaman umum bahwa masing-masing individu memiliki perbedaan baik fisiologis maupun psikologis, meskipun saudara kembar sekalipun. Masing-masing individu memiliki kemampuan untuk berpikir, namun kualitasnya antara satu dengan yang lainnya berbeda, ada yang cepat dan ada yang lambat dalam mensikapi dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya. Bahkan ada yang tidak mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, sehingga membutuhkan bantuan dari orang lain, berupa konseling pernikahan.

Masalah kebutuhan individu, dimana manusia merupakan makhluk hidup yang mempunyai kebutuhan tertentu, yang pendorong munculnya tingkah laku manusia. Sehingga tingkah laku manusia ditujukan untuk memenuhi kebutuhannya. Sementara, perkawinan juga merupakan suatu usaha untuk memenuhi kebutuhan manusia (Walgito, 2004). Dalam pemenuhan kebutuhan ditemukan pasangan suami-istri yang tidak tahu harus berbuat apa dan bagaimana caranya, menjadi masalah yang tidak terselesaikan sehingga pasangan tersebut membutuhkan bantuan dari orang lain atau konselor. Penyebab lain adalah manusia sebagai makhluk yang berkembang dari masa ke masa, sehingga terjadi perubahan-perubahan yang tidak dimengertinya, khususnya yang berkaitan dengan hubungan antara pria dan wanita dalam sebuah pernikahan. Maka bantuan dari orang yang ahli dalam konseling pernikahan menjadi sangat berarti (Walgito, 2004). Latar belakang dari perubahan social, ekonomi, politik, budaya, nilai di masyarakat mempengaruhi kehidupan seseorang dan ini merupakan tantangan yang tidak mudah untuk dihadapi. Maka bagi orang-orang tertentu sangat membutuhkan bantuan dari orang lain atau konselor untuk menghadapi berbagai tantangan tersebut.

Tujuan Konseling Perkawinan

Tujuan dari konseling pernikahan adalah untuk membantu pasangan suami-istri agar saling memahami dan saling menghargai perbedaan, dapat menyelesaikan permasalahan yang ada secara sehat, dan dapat meningkatkan hubungan dan komunikasi yang positif bagi suami-istri. Selain itu, konseling atau terapi dalam pernikahan dapat meningkatkan stabilitas pernikahan, mengurangi konflik dan mencegah perceraian (Kertamuda, 2009). Tujuan konseling pernikahan/keluarga menurut Corey (1990) (dalam Kertamuda, 2009) adalah agar setiap pasangan suami-istri atau anggota keluarga mampu melakukan hal-hal sebagai berikut: 1) Dapat belajar mempercayai satu sama lain; 2) Mencapai pengetahuan diri (*self knowledge*) dan mengembangkan keunikan yang ada dalam diri masing-masing; 3) Meyakini bahwa setiap orang memiliki kebutuhan dan masalah yang biasa dan mengembangkan rasa kebersamaan; 4) Meningkatkan penerimaan diri (*self acceptance*), kepercayaan diri (*self confidence*), rasa hormat pada diri (*self respect*), sehingga dapat mencapai pandangan dan pemahaman baru tentang diri; 5) Menemukan *alternative* dalam mengatasi masalah-masalah perkembangan dan pemecahan terhadap konflik-konflik; 6) Meningkatkan pengarahan diri (*self direction*), kemandirian, tanggungjawab terhadap anggota satu dengan yang lainnya; 7) Menjadi peduli dengan pilihan-pilihan dari setiap anggota dalam keluarga dan dapat membuat pilihan yang bijaksana; 8) Membuat rencana khusus untuk perubahan perilaku dan berkomitmen kepada anggota keluarga atau pasangan agar rencana dapat terlaksana sesuai dengan yang diharapkan; 9) Belajar lebih efektif tentang kemampuan sosial; 10) Menjadi lebih sensitif terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain; 11) Belajar menghadapi masalah dengan baik, perhatian, jujur dan langsung; 12) Menjauhi harapan yang berasal dari orang lain dan belajar untuk dapat hidup dengan harapan yang ada dalam diri sendiri; dan 13) Menjelaskan nilai-nilai yang dimiliki dan bagaimana nilai tersebut dapat dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan.

Tahapam Konseling Perkawinan

Ada 3 (tiga) tahapan yang harus dilalui agar konseling berjalan sesuai dengan yang diharapkan, yaitu : Tahap pertama, menciptakan hubungan (*relating*) antara konselor dengan konseli, berupa kerjasama diantara keduanya untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi konseli. Tahap kedua, pemahaman (*understanding*). Dalam tahap ini konselor dan konseli perlu meningkatkan

pemahamannya terhadap permasalahan pernikahan/keluarga yang sedang ditanganinya. Tahap ketiga, perubahan (*changing*). Maksudnya adalah adanya perubahan pada diri konseli dalam mengatasi masalah-masalah yang sedang dihadapinya secara lebih efektif dibanding sebelumnya (Kertamuda, 2009). Prosedur untuk memberikan konseling pernikahan/keluarga perlu memperhatikan beberapa faktor, yakni: 1) Pengumpulan informasi atau data tentang pasangan dan keluarga. Informasi yang diperlukan dalam hal ini termasuk *medical record*, Pendidikan kerabat/saudara, agama, kehidupan dalam masyarakat, data-data yang sekiranya dapat membantu dalam proses konseling; 2) Mempergunakan informasi yang telah dimiliki. Setelah data-data yang dibutuhkan diperoleh, langkah selanjutnya adalah beberapa pertanyaan yang terkait dengan data/informasi tersebut: a). Gambaran seperti apa yang ada dalam keluarga tersebut?; b). Apa yang menjadi kekuatan dari keluarga tersebut?; c). Apa yang menjadi masalah utama dalam keluarga tersebut?; d). Bagaimana mereka mengatasi masalah tersebut?; e). Siapa yang memiliki pengaruh kuat dalam keluarga tersebut?; f). Bagaimana keluarga tersebut mendapat perolongan ketika ada masalah?; g). Apa yang sebaiknya tidak dilakukan oleh konselor dalam kasus ini?; dan h). Kesalahpahaman apa yang dilakukan oleh orang yang pernah menolong keluarga tersebut?; dan 3) Memastikan bahwa keluarga atau pasangan suami-istri yang sedang menghadapi masalah dan juga konselor siap untuk lebih terbuka pada perubahan yang akan terjadi. Selain itu, konselor juga harus mempersiapkan diri menghadapi situasi yang akan terjadi dalam keluarga tersebut.

Teknik Dasar Konseling Perkawinan

Dalam proses konseling pernikahan, teknik-teknik yang digunakan oleh konselor dapat bervariasi, melihat kebutuhan dan permasalahan yang dihadapi. Di samping itu, penggunaan pendekatan yang digunakan dalam konseling pernikahan tidak hanya terbatas pada pendekatan-pendekatan yang telah dikemukakan di atas. Penguasaan teknik dasar konseling pernikahan merupakan keterampilan penting yang harus dimiliki oleh konselor. Berikut beberapa teknik dasar konseling pernikahan, antara lain : (Kertamuda, 2009). *Pertama*, mendengarkan secara aktif (*active listening*). Maksudnya konselor mendengarkan, melihat dan berupaya memahami apa yang disampaikan oleh konseli dalam proses konseling. Mendengarkan secara aktif merupakan keterampilan utama yang harus dimiliki oleh konselor, karena akan memunculkan *trust* dari konseli terhadap konselor. Melalui teknik ini konseli akan merasa nyaman dan merasa bebas mengungkapkan perasaannya karena merasa didengar dan diperhatikan secara serius. *Kedua*, fokus dan mengikuti (*focusing and following*). Maksudnya, *focusing* berarti konselor memusatkan perhatian kepada apa yang disampaikan oleh konseli, sementara *following* berarti mengikuti apa yang disampaikan oleh konseli. Kedua istilah tersebut sangat terkait dan sulit dipisahkan. Penguasaan keterampilan atas teknik ini (kedua hal tersebut) merupakan awal kesuksesan terciptanya suatu hubungan dalam komunikasi. Teknik ini memiliki 3 komponen penting, yakni kontak mata, perilaku non-verbal dan ungkapan verbal -yang dilakukan oleh konselor terhadap konseli.

Ketiga, menggali lebih dalam (*probing*). Artinya teknik ini merupakan respons konselor atas apapun yang telah disampaikan oleh konseli, dimana perlu menggali lebih dalam atas masalah tersebut. Sebaiknya *probing* dilakukan dengan cara yang lunak tetapi tegas namun tidak memaksa. *Keempat*, mendorong konseli (*encouraging*). Maksudnya konselor mendukung atau mendorong konseli untuk menghadapi permasalahannya secara dewasa dan arif, sehingga konseli merasa didukung sepenuhnya oleh konselor. Teknik ini membuat konseli merasa ada teman (tidak sendirian) dalam menghadapi masalah yang sedang menyimpannya. *Kelima*, kejelasan (*clarification*), merupakan kata-kata atau kalimat-kalimat yang isinya sama dengan apa yang disampaikan konseli. Selain itu, ada juga kalimat-kalimat tersebut isinya mohon kejelasan dari konseli tentang apa yang telah diutarakannya. Hal demikian bertujuan agar konseli mengerti bahwa konselor memahami apa yang konseli utarakan, dan untuk memperjelas apa yang sudah diungkapkan konseli kepada konselor. *Keenam*, konfrontasi (*confronting*). Artinya, ada kesenjangan atau kontradiksi yang terjadi dalam diri konseli yang harus ditunjukkan oleh konselor. Hal ini bertujuan agar konseli sadar bahwa terjadi kontradiksi

antara apa yang diucapkannya dengan perilakunya atau kenyataan yang terjadi. Namun teknik ini harus digunakan secara hati-hati supaya tidak mengganggu proses konseling.

Ketujuh, mengarahkan (*teaching*). Maksudnya ketrampilan konselor untuk mengarahkan pembicaraan dari satu topik ke topik yang lain secara langsung. Teknik ini biasanya digunakan dengan kalimat pertanyaan. Teknik ini berperan dalam membangun hubungan dan bertujuan agar konseli terbantu dalam menyelesaikan masalah dan membuat keputusan (*problem solving and decision making*). *Kedelapan*, memantulkan (*reflecting*). Artinya, konselor mengekspresikan kembali hal-hal yang telah dinyatakan atau diutarakan oleh konseli kepada konselor. Refleksi merupakan usaha untuk memperoleh kebenaran terhadap apa yang dipahami konselor berkaitan dengan masalah konseli. Terdapat 2 refleksi dalam hal ini, yakni refleksi perasaan dan refleksi isi. *Kesembilan*, keterbukaan diri (*self disclosure*), merupakan sifat pribadi yang penting, dan merupakan teknik yang penting dalam konseling, di mana konselor harus terbuka menyampaikan pengalaman pribadinya yang berkaitan dengan masalah tersebut. Teknik akan membantu meningkatkan kepercayaan konseli terhadap konselor, sehingga terjadi komunikasi yang terbuka diantara keduanya.

Pendekatan dalam Konseling Perkawinan

Menurut Gladding (1992) dalam (Kertamuda, 2009) terdapat 5 pendekatan yang dapat digunakan dalam konseling pernikahan sebagai berikut.

1. Pendekatan Sistem Keluarga menurut Bowen (*Bowen Family System*).

Teori ini memfokuskan pada dua kekuatan, yakni kebersamaan (*togetherness*) dan keunikan (*individuality*). Kedua hal tersebut perlu diseimbangkan, karena bila salah satu dominan, misalnya, terlalu fokus pada kebersamaan dapat menimbulkan perpaduan, namun meninggalkan keunikan. Sebaliknya, bila terlalu fokus pada keunikan individu, maka dapat mengakibatkan adanya jarak dan pemisahan dalam keluarga. Teori ini merupakan cara untuk mengatasi ketidakmatangan emosi dan untuk menemukan pengaruhnya terhadap hubungan pada pernikahan yang dijalaninya (Kertamuda, 2009). Teknik-teknik yang digunakan dalam *system* ini antara lain adalah: a) Dalam proses konseling, setiap individu atau pasangan diharapkan memiliki konsep diri positif, sehingga tidak menimbulkan kecemasan pada saat interaksi berlangsung; b) Memahami silsilah (*genogram* = grafik gambar dari sejarah keluarga) dari keluarga, dan menekankan pada evaluasi terhadap peristiwa dan interaksi dalam hubungan antara anggota keluarga secara bersama-sama. Kegunaan dari genogram adalah untuk melihat peta dari koalisi keluarga, aliansi, signifikansi peristiwa masa lalu, peristiwa perubahan hidup, mitos-mitos dan aturan yang terdapat dalam keluarga, serta beragam hal yang mempengaruhi keluarga. Genogram dapat digunakan untuk mengetahui bentuk dasar dan demografis dari keluarga. Melalui simbol-simbol, genogram memberikan gambaran dari 3 generasi. Nama-nama, tanggal pernikahan, perceraian, kematian, dan informasi lain yang relevan dapat diketahui melalui genogram. Selain memberikan banyak data dan pemahaman konselor terhadap anggota keluarga di awal terapi, genogram dapat membantu konselor dalam mengembangkan keharmonisan dalam keluarga (Kertamuda, 2009: 130).

2. Pendekatan Psikoanalisis (*psychoanalysis theory*).

Pendekatan dengan teori ini berpusat pada hubungan yang terjadi dalam pernikahan (*object relation*), yakni cara orang-orang membentuk ikatan, baik antarsatu dengan yang lain maupun antarsesuatu yang berasal dari luar. Dalam teori ini pengalaman awal dari kehidupan khususnya hubungan orang tua dengan anak memiliki posisi yang sangat penting. Secara umum, anak-anak bergantung pada orang tua sebagai pengasuhnya. Ketika kebutuhan tersebut terpenuhi, maka anak akan merasa aman, dan hal ini direfleksikan melalui ikatan yang alamiah dengan orang tuanya, begitu sebaliknya (Kertamuda, 2009: 130). Tujuan dari teori psikoanalisis ini antara lain adalah: a) Melepaskan anggota keluarga dari ketidaksadaran, sehingga mereka mampu berinteraksi antarsatu dengan yang lain secara sehat; b) Melakukan *long term therapy*, meskipun

seringkali dihadapkan pada keputusan yang kritis melalui gejala-gejala penurunan sebagai kunci dalam *family therapy*; c) Menekankan pada perbedaan dan kemandirian; d) Membantu keluarga membentuk dan belajar untuk melepaskan satu dengan yang lain dengan cara memberikan kesempatan untuk setiap anggota keluarga mandiri; dan e) Membantu anggota keluarga mengatasi perasaan yang irasional, tidak produktif, rasa bersalah, dan menjaga kekuatan setiap orang agar mampu meningkatkan dirinya.

3. Pendekatan Pembelajaran Sosial (*social learning theory*).

Pendekatan dan teori ini berdasarkan behaviorisme, yang menekankan pada belajar dan modeling. Dalam konseling pernikahan, fokus teori ini ada pada meningkatkan kemampuan dan hubungan pada saat ini. Peristiwa yang terjadi pada masa lalu yang mengganggu hubungan suami istri bukan merupakan faktor utama dalam teori ini. Dalam proses konseling, konselor menggunakan beragam bentuk strategi behavior untuk menolong pasangan agar berubah dalam perilaku maupun persepsi terhadap masalah pernikahan (Kertamuda, 2009). Gladding (1992) menjelaskan 3 karakteristik dari teori Teori Pembelajaran Sosial, sebagai berikut: a) Keluarga sebagai suatu budaya yang kecil dan personal; b) Keluarga sebagai sumber dari perubahan sistem; dan c) Keluarga merupakan tempat dalam menciptakan hubungan. Adapun teknik-teknik dalam teori ini, antara lain sebagai berikut :

- a. Laporan tentang diri sendiri (*self reports*), merupakan informasi tentang hal-hal apa saja yang telah dialami oleh masing-masing pasangan. Tujuan dari *self reports* adalah untuk memberikan pemahaman tentang dirinya dan masalah apa saja yang pernah dialaminya sebelum dan sesudah menikah, dan untuk membantu konselor menelaah faktor apa saja yang menjadi kendala secara pribadi dari setiap pasangan.
- b. Pengamatan (*observations*). Teknik ini dilakukan oleh konselor untuk meyakinkan kebenaran informasi yang telah disampaikan oleh masing-masing pasangan tersebut.
- c. Peningkatan komunikasi melalui latihan dan training (*communication enhancement training exercises*) yang dilakukan oleh pasangan yang sedang dilanda masalah. Karena masalah yang sering terjadi dalam pernikahan adalah masalah komunikasi yang tidak baik antara suami-istri maupun orang tua dengan anak.
- d. Kontrak/perjanjian (*contracting*), yakni melakukan tugas-tugas dalam rumah tangga secara bersama-sama dengan perjanjian/kontrak yang telah disepakati masing-masing pasangan.
- e. Tugas/pekerjaan rumah (*homework assignments*), dilakukan oleh masing-masing pasangan sebagai bahan pembelajaran dan latihan yang didasarkan pada kontrak yang telah disepakati bersama.

4. Pendekatan Struktural dan Strategi (*structural strategic theory*).

Pendekatan dan teori ini mendasarkan pada keyakinan bahwa membantu pasangan beradaptasi terhadap gejala-gejala ketidakberfungsian peran dalam pernikahan. Pendekatan ini dapat melihat masalah yang terjadi melalui perkembangan pandangan kehidupan dalam keluarga. Kesulitan-kesulitan dalam pernikahan dapat dijadikan tanda-tanda untuk membantu memecahkan dan memelihara sistem pernikahan yang terjadi. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk memperoleh fungsi baru pada perilaku-perilaku yang dapat membantu pasangan mencapai tujuan hidup yang diinginkan. Teori ini menekankan pada fungsi keluarga sebagai institusi sosial yang dapat memenuhi kebutuhan masyarakat. Tugas konselor dalam teori ini adalah memberikan kesempatan pada pasangan untuk melakukan perubahan dalam perilakunya. (Kertamuda, 2009). Teknik-teknik yang digunakan dalam teori ini antara lain adalah; *relabeling* (memberikan perspektif baru pada perilaku), *paradoxing* (*insisting on just be opposite*, dan memberikan kesadaran kepada pasangan untuk menunjukkan apa yang sebelumnya ingin dilakukannya. Dalam teori ini konselor berperan aktif untuk membuat konseli berubah atau untuk membantu konseli mengerjakan tugasnya (Kertamuda, 2009).

5. Pendekatan Emotif Rasional (*rational emotive theory*).

Konsep dasar dari teori ini adalah bahwa manusia secara alamiah dilahirkan dengan potensi berpikir rasional. Teori ini menekankan pada pasangan sebagai individu yang seringkali dilanda pada perilaku spesifik yang terjadi dalam hubungannya dengan pasangan, yakni perilaku yang didasarkan pada pikiran rasional dan pikiran irasional. Berpikir irasional diantaranya adalah perasaan bahwa dirinya harus dicintai dan diterima oleh pasangannya, pasangan hidupnya sangat tidak menyenangkan, buruk dan tidak baik. Tujuan utama dari teori ini adalah menolong konseli untuk dapat berpikir lebih rasional dan lebih produktif, membantu pasangan suami istri untuk mengubah setiap kebiasaan yang dapat merusak pikiran dan perilakunya, memotivasi mereka agar lebih toleran terhadap dirinya dan pasangannya, serta dapat membuat tujuan hidup dalam pernikahannya (Kertamuda, 2009). Terdapat 2 (dua) teknik yang digunakan dalam teori emotif rasional, yakni: a) *Cognitive homework* (pekerjaan rumah), di mana konselor memberikan pekerjaan rumah dan meminta konseli untuk membuat susunan masalah yang terjadi pada pasangan, mencari keyakinan yang absolut dari keduanya, selanjutnya membedakan keyakinan tersebut. Melalui teknik ini diharapkan konseli dapat meningkatkan dirinya agar dapat belajar untuk mengatasi kecemasan dan pikiran-pikiran yang irasional, baik terhadap dirinya maupun terhadap pasangannya; dan b) *Changing one's language* (perubahan pada bahasa). Bahasa yang digunakan oleh konseli menunjukkan pola pikirnya, sehingga penggunaan bahasa konseli perlu untuk diubah agar mereka dapat belajar dari perubahan kata yang digunakan.

Konseling Perkawinan dalam Islam

Konseling pernikahan dalam Islam, sebagaimana dikemukakan oleh Musnamar (1992) adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar dalam menjalankan perkawinan dan berumah tangganya dapat selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat (Murtadho, 2009). Faqih (2001: 86) menjelaskan bahwa tujuan konseling pernikahan dalam Islam adalah : (Murtadho, 2009: 146-149). Membantu calon pasangan suami-istri dalam memecahkan masalah yang berkaitan dengan pernikahan, antara lain: 1) Membantu calon pasangan suami-istri memahami hakikat dan tujuan perkawinan menurut Islam; 2) Membantu calon pasangan suami-istri memahami persyaratan- persyaratan perkawinan menurut Islam; 3) Membantu calon pasangan suami-istri memahami kesiapan dirinya untuk menjalankan perkawinan; 4) Membantu pasangan suami-istri dalam memecahkan problem-problem yang berkaitan dengan pernikahan dan kehidupan berumah tangga, antara lain dengan jalan; 5) Membantu pasangan suami-istri memahami problem yang dihadapinya; 6) Membantu pasangan suami-istri memahami kondisi dirinya dan keluarga serta lingkungannya; 7) Membantu pasangan suami-istri menetapkan pilihan upaya pemecahan masalah yang dihadapinya sesuai dengan ajaran Islam; 8) Membantu pasangan suami-istri dalam memelihara situasi dan kondisi pernikahan dan kehidupan berumah tangga agar tetap baik dan mengembangkannya agar jauh lebih baik, yakni dengan cara; 9) Memelihara situasi dan kondisi pernikahan dan kehidupan berumah tangga yang semula telah terkena problem dan telah teratasi agar tidak menjadi permasalahan kembali; dan 10) Mengembangkan situasi dan kondisi pernikahan yang lebih baik (*sakinah mawaddah wa rahmah*).

Asas-asas Konseling Pernikahan dalam Islam

Selanjutnya, Faqih (2001) menjelaskan bahwa dalam menjalankan profesinya, seorang konselor harus memperhatikan asas-asas konseling pernikahan Islam, sebagaimana diuraikan Murtadho (2009) berikut ini: 1) Asas kebahagiaan dunia dan akhirat. Maksudnya, pernikahan bukan hanya persoalan yang diatur oleh negara, tetapi juga merupakan aturan dan tuntunan agama. Oleh karenanya, setiap kali muncul problem dalam rumah tangga, maka pemecahannya jangan hanya memperhatikan dari aspek duniawi atau kekinian saja, melainkan harus memperoleh legitimasi kebaikan dari sisi agama; 2) Asas *sakinah mawaddah wa rahmah*. Artinya, terwujudnya keluarga bahagia lahir-batin dan kekal merupakan tujuan utama perkawinan. Maka dalam rangka merealisasikan hal tersebut, landasan cinta dan kasih sayang dari setiap pasangan mutlak diperlukan.

Oleh karenanya, proses konseling pernikahan juga harus memperhatikan asas tersebut, sebagaimana dijelaskan Allah SWT dalam QS. Ar-Rum : 21; 3) Asas sabar dan tawakal. Maksudnya, segala problem rumah tangga sesungguhnya dapat diselesaikan secara elegan, baik, jika masing-masing pihak (suami-istri) serius dalam berupaya mencari solusinya dan diikuti pasrah kepada Allah SWT. Konselor dapat membantu menenangkan pasangan bermasalah tersebut agar tetap tabah dan sabar dalam menghadapi cobaan yang sedang dialaminya; 4) Asas komunikasi dan musyawarah. Maksudnya, komunikasi memegang peranan yang sangat penting dalam rumah tangga, karena banyak masalah yang terjadi akibat komunikasi suami-istri tidak berjalan dengan baik. Maka komunikasi dan musyawarah dalam setiap persoalan menjadi kunci sukses membina keluarga sakinah; dan 5) Asas manfaat. Maksudnya, dalam melakukan proses konseling pernikahan, asas manfaat merupakan hal yang harus diperhatikan oleh konselor. Jangan sampai manfaatnya lebih kecil daripada madharatnya

SIMPULAN

Suami dan istri sama-sama berhak merasakan dan berkewajiban menciptakan kedamaian, ketentraman, dan kebahagiaan dalam rumah tangga (Nurhayati, 2011). Islam memandang menikah lebih dari hal “sekedar”hidup bersama pasangan yang dicintai. Pernikahan adalah salah satu ibadah yang paling utama dalam pergaulan masyarakat agama Islam. Pernikahan bukan saja merupakan satu jalan untuk membangun rumah tangga dan melanjutkan keturunan. Pernikahan juga dipandang sebagai jalan untuk meningkatkan ukhuwah islamiyah dan memperluas serta memperkuat tali silaturahmi diantara manusia. Sebuah pernikahan menyangkut suatu kesatuan yang luhur dalam berumah tangga. Bukan hanya sekedar menyatukan dua hati, dua individu, akan tetapi tujuan pernikahan ini yang harus dipahami oleh semua orang. Pernikahan bukan sebuah hal yang dianggap sepele, karena dalam sebuah pernikahan terdapat faqih pernikahan serta tujuan pernikahan itu sendiri.

Namun ketika muncul permasalahan, pasangan suami istri membutuhkan layanan yang mampu membangkitkan kembali komitmen berumah tangga, menyembuhkan luka psikis yang pernah ada dan mampu mencegah terjadinya perceraian dalam rumah tangga. Mereka membutuhkan sebuah wadah atau penampung keluh kesah yang dirasakan ketika mengalami sebuah permasalahan berat seperti layaknya perceraian. Konseling merupakan solusi alternatif untuk membantu pasangan suami istri yang ingin membangun keharmonisan dengan memberi tanggung jawab, pemberdayaan, penguatan kepada keduanya, suami dan istri, terhadap masing-masing peran yang harus dijalankan secara sinergi, kemitraan, dan kerja sama berasaskan sendi saling mencintai, menyayangi, dan menghargai, untuk menciptakan kebahagiaan yang dapat dinikmati bersama seluruh anggota keluarganya secara lahir dan batin. Konseling pernikahan merupakan konseling yang bertujuan untuk membantu pasangan suami-istri mengurangi gangguan keharmonisan rumah tangga.

REFERENSI

- Amirah Diniaty. (2018). Mewaspada Miskonsepsi Nilai Budaya Dalam Konseling. *Educational and Counseling development Journal*. Volume 1 Issue 1 p.6-15.
- Gibson, R.L. & Mitchell, M.H. (1995). *Introduction to Guidance*. New York: Macmillan Publisher.
- Gladding, Samuel T. (2012). *Konseling Profesi Yang Menyeluruh*. Jakarta: Indeks.
- Kertamuda, E Fatchiah. (2009). *Konseling Pernikahan untuk Keluarga di Indonesia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Martino, Steven C. Collins, Rebecca L, Errickson Phillis. (2004). Substance Use and Early Marriage. *Journal of Marriage and Family vol 66 no 1*.

- Murtadho, Ali. (2009). *Konseling Perkawinan Prespektif Agama-agama*. Semarang: Walisongo Press.
- Nurhayati, Eti. (2011). *Bimbingan Konseling & Psikoterapi Inovatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Prayitno & Amti, Erman. (2008). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Walgito, Bimo. (2004). *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*. Yogyakarta: Andi.
- Willis, Sofyan. (2011). *Konseling Keluarga*. Bandung: Alfabeta.