

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Konsep Keluarga

1. Pengertian Keluarga

Keluarga adalah kelompok orang yang biasanya terhubung oleh hubungan darah, pernikahan, atau adopsi dan seringkali hidup bersama dalam satu rumah. Keluarga bisa terdiri dari orang tua, anak-anak, saudara kandung, dan dapat juga kakek nenek, paman, bibi, dan sepupu. Selain itu, keluarga juga bisa mencakup hubungan yang lebih luas seperti keluarga yang terpilih, yaitu orang-orang yang kita anggap sebagai keluarga meskipun tidak memiliki hubungan darah. Keluarga berfungsi sebagai unit dasar dalam masyarakat dan memainkan peran penting dalam memberikan dukungan emosional, sosial, dan ekonomi.⁷

2. Keluarga Menurut Islam

Keluarga dalam Islam memiliki peranan yang sangat penting dan dianggap sebagai unit dasar masyarakat. Beberapa aspek utama tentang keluarga dalam Islam meliputi:

- a. Kewajiban dan Hak: Dalam Islam, ada hak dan kewajiban yang jelas antara anggota keluarga. Misalnya, seorang suami diwajibkan untuk memberi nafkah dan perlindungan kepada istri dan anak-anaknya. Sebaliknya, istri diharapkan untuk mendukung suami dan menjaga rumah

⁷ Kementerian Perberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, *Pembangunan Ketahanan Keluarga* (Jakarta, 2016), 4.

tangga. Anak-anak memiliki kewajiban untuk menghormati dan merawat orang tua mereka. Sedangkan antara suami istri harus bisa saling menjaga hak dan kewajibannya serta saling memahami dengan adil dan merata sesuai dengan Q.S. al-Baqarah ayat 187 :

أُحِلَّ لَكُمْ لَيْلَةَ الصِّيَامِ الرَّفَثُ إِلَى نِسَائِكُمْ ۚ هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ ۚ

Artinya: Dihalalkan bagi kamu pada malam hari bulan puasa bercampur dengan isteri-isteri kamu; mereka adalah pakaian bagimu, dan kamupun adalah pakaian bagi mereka.”⁸

Ayat tersebut menggambarkan pola hubungan ideal yang didasarkan pada saling ketergantungan antara suami dan istri. Keduanya memiliki hak dan kewajiban masing-masing yang harus dihormati dan dijalankan dengan penuh komitmen untuk mencapai tujuan pernikahan yang diidamkan.⁹

- b. Pendidikan dan Pengasuhan Anak: Pendidikan anak adalah salah satu tanggung jawab utama dalam keluarga Islam. Orang tua diharapkan untuk mendidik anak-anak mereka dalam ajaran Islam dan memberikan teladan yang baik. Pengasuhan yang baik mencakup memberikan pendidikan agama, moral, dan sosial. beberapa ayat yang membahas tentang pengasuhan anak dan tanggung jawab orang tua terhadap anak-anak mereka seperti pada Q.S. At-Tahrim ayat 66 :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا

⁸ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Semarang: CV. Penerbit JART, 2001), 42.

⁹ Hairul Hudaya, “Hadits-Hadits Tentang Penafsiran Hak dan Kewajiban Suami Istri dalam Tafsir At-Tabhari (Studi Kualitas dan Relevansi Kandungannya)” (Disertasi, UIN Sultan Alaudin Makassar, 2013).

مَلَائِكَةٌ غِلَظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

Artinya: “Hai 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.”¹⁰

- c. Peran Suami dan Istri: Dalam Islam, suami dianggap sebagai kepala keluarga dan memiliki tanggung jawab untuk mengatur dan memimpin rumah tangga, sementara istri diharapkan untuk mendukung suami dan mengurus rumah tangga. Namun, peran ini tidak dimaksudkan untuk menegakkan dominasi, melainkan sebagai bentuk tanggung jawab dan kerja sama.¹¹
- d. Kesejahteraan Emosional: Islam mengajarkan pentingnya menjaga kesejahteraan emosional dan mental dalam keluarga. Menghargai, menghormati, dan mendukung satu sama lain adalah bagian dari menciptakan keluarga yang harmonis dan bahagia. Islam mengajarkan bahwa keluarga adalah tempat pertama dan utama untuk mendapatkan dukungan emosional dan membangun hubungan yang sehat.

Berikut adalah ayat Al Qur'an Surah Ar-Rum ayat 21 yang mendukung kesejahteraan emosional dalam keluarga:

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً
وَرَحْمَةً ۚ

¹⁰ Tim Pelaksana Pentaskhah Mushaf Al-Qur'an, *Halimah Al-Qur'an, Terjemah dan Tafsir Untuk Wanita* (Bandung: Marwah, 2009), 118.

¹¹ Dyah Purbasari Kusumaning Putri Sri Lestari, “Pembagian Peran Dalam Rumah Tangga Suami Istri Jawa,” *Jurnal Penelitian Humaniora* 16, no. 1 (2015): 81.

Artinya: “Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu isteri-isteri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenterama kepadanya, dan dijadikan-Nya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir.”¹²

Kesejahteraan emosional dalam keluarga Islam melibatkan keseimbangan antara kasih sayang, komunikasi yang baik, dukungan emosional, dan pendidikan agama yang solid. Semua ini berkontribusi pada lingkungan keluarga yang penuh cinta, aman, dan harmonis. Secara keseluruhan, keluarga dalam Islam diharapkan untuk menjadi tempat yang penuh cinta, perhatian, dan dukungan, dengan setiap anggota keluarga memainkan perannya untuk menciptakan lingkungan yang sehat dan penuh berkah. .¹³

B. Pola Ketahanan Keluarga

1. Pengertian Pola Ketahanan Keluarga

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pola adalah suatu sistem atau metode kerja. Sedangkan ketahanan keluarga adalah Sebuah kondisi di mana sebuah keluarga memiliki kemampuan secara fisik dan psikologis untuk menjalani kehidupan secara mandiri, sambil mengoptimalkan potensi diri masing-masing anggota keluarga.¹⁴ Ketahanan Keluarga dalam bahasa Inggris diartikan menggunakan istilah “*Family Resilience*” yang diartikan oleh The National Network for Family Resilience sebagai Kemampuan individu atau keluarga untuk

¹² *al-Qur'an dan Terjemah*, 167.

¹³ Syamsiah Badruddin Suci Ayu Kurniah, *Sosiologi Keluarga (Dinamika dan Tantangan Masyarakat Modern)* (Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2023), 14.

¹⁴ Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2011).

memanfaatkan potensi yang dimilikinya dalam mengatasi berbagai tantangan dan masalah kehidupan, termasuk kemampuan untuk memulihkan fungsi keluarga ke kondisi semula saat menghadapi krisis dan kesulitan.

Ketahanan keluarga (*family strength* atau *family resilience*) merujuk pada keadaan dinamis dalam keluarga yang ditandai dengan ketangguhan, keuletan, serta kapasitas fisik, material, dan mental untuk hidup mandiri dalam memenuhi kebutuhan keluarga.¹⁵ Terdapat lima dimensi pola ketahanan keluarga antara lain:

- a. Landasan legalitas dan keutuhan keluarga, meliputi status perkawinan yang sah, yang menjadi dasar dari terbentuknya struktur keluarga yang legal dan terlindungi. Ikatan pernikahan resmi mencerminkan komitmen berkelanjutan antara pasangan suami istri, sekaligus memberikan perlindungan hukum bagi seluruh anggota keluarga. Legalitas ini menjadi fondasi penting dalam menjaga stabilitas dan keutuhan keluarga dalam berbagai aspek kehidupan.
- b. Ketahanan fisik keluarga, merupakan kemampuan keluarga dalam menjaga kondisi kesehatan anggotanya melalui pemenuhan gizi serta kemampuan memenuhi kebutuhan dasar seperti makanan, air bersih, dan tempat tinggal. Ketahanan ini juga didukung oleh akses yang memadai terhadap layanan kesehatan untuk mencegah

¹⁵ Eunike Apostelina, "Resiliensi keluarga pada Keluarga yang Memiliki Anak Autis.," *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*. 1, no. 1 (2018): 74.

dan mengobati penyakit, serta menjaga daya tahan tubuh dan kebugaran agar seluruh anggota keluarga dapat menjalani aktivitas sehari-hari dengan optimal.

- c. Ketahanan sosial psikologi keluarga, ditandai oleh kualitas komunikasi yang baik antaranggota keluarga, yang memungkinkan mereka berbagi pikiran, perasaan, dan harapan secara terbuka.
- d. Ketahanan ekonomi keluarga, tercermin dari kemampuan keluarga dalam menghasilkan pendapatan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan dasar dan mengelola keuangan dengan baik. Manajemen keuangan yang efektif, termasuk perencanaan dan pengelolaan pengeluaran, menjadi kunci untuk menghadapi berbagai tantangan ekonomi.
- e. Ketahanan sosial budaya keluarga, kemampuan keluarga dalam melestarikan nilai-nilai tradisi dan menerapkan praktik budaya yang menjadi identitas keluarga. Di tengah perubahan sosial, keluarga juga perlu beradaptasi dengan tetap mempertahankan toleransi dan kearifan lokal sebagai pedoman.¹⁶

2. Faktor Internal dan Eksternal Ketahanan Keluarga

a. Faktor Internal

1) Komunikasi Interpersonal

¹⁶ Akbar Hasyim, *Komunikasi Penyuluhan dan Pembangunan Keluarga* (Malang: AE Publishing, 2019), 57.

Komunikasi merupakan aspek penting dalam kehidupan sosial. Setiap makhluk hidup berinteraksi menggunakan cara dan pola komunikasi yang berbeda-beda. Dalam keluarga, komunikasi berfungsi sebagai sarana penyampaian pesan antar anggota keluarga, termasuk anak, melalui simbol-simbol tertentu yang memiliki makna dan dapat mempengaruhi perilaku setiap individu.¹⁷

Komunikasi interpersonal adalah proses penyampaian informasi, pikiran dan sikap tertentu antara dua orang atau lebih yang menimbulkan umpan balik sebagai komunikan atau komunikator. Menurut Joseph A. Devito dalam bukunya *The Interpersonal Communication Book*, setelah mengungkap terdapat empat pola komunikasi keluarga, yaitu:

a) Pola Komunikasi Persamaan (Equality Pattern)

Pola ini menjelaskan bahwa dalam keluarga individu memiliki kesempatan dan peran yang sama untuk berkomunikasi. Semua anggota memiliki kedudukan yang sama dalam menyampaikan ide, pendapat, dan keyakinan mereka. Komunikasi berlangsung secara jujur, terbuka, langsung, dan bebas dari dominasi kekuasaan seperti yang mungkin terjadi dalam hubungan interpersonal lainnya. Setiap individu memiliki hak yang setara dalam pengambilan keputusan. Konflik tidak dianggap sebagai ancaman, melainkan

¹⁷ Stewart L. Tubbs dan Sylvia Moss, *Human Communication :Konteks-konteks Komunikasi*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1996), 263.

sebagai bagian alami dari perbedaan gagasan atau nilai yang tak terhindarkan dalam hubungan jangka panjang. Masalah dapat dianalisis secara objektif dan perbedaan pendapat dipandang sebagai benturan ide yang alami dalam interaksi keluarga. Komunikasi dalam pola ini berjalan dengan seimbang dan tersusun dari adanya hubungan timbal balik.

b. Pola Komunikasi Seimbang Terpisah (Balance Split Pattern)

Pola komunikasi ini, setiap anggota keluarga memegang kontrol atau kekuasaan dalam bidangnya masing-masing sehingga persamaan dalam hubungan keluarga tetap terjaga. Misalnya, semua anggota keluarga memiliki kesetaraan yang sama dalam hal peribadatan dan agama, kesehatan, atau seni, tanpa ada yang lebih unggul daripada yang lain. Konflik yang terjadi tidak dianggap sebagai ancaman karena setiap orang memiliki wilayah tanggung jawabnya masing-masing.

c. Pola Komunikasi Tak Seimbang Terpisah (Unbalanced Split Pattern)

Dalam pola ini, satu individu cenderung mendominasi, dianggap sebagai sosok yang lebih ahli dan menguasai sebagian besar komunikasi timbal balik. Individu yang dominan ini biasanya memegang kendali, dianggap lebih cerdas atau berpengetahuan lebih luas, sementara pihak lain yang dianggap kurang kompeten cenderung menyerahkan kendali. Individu

dominan sering membuat keputusan, mengungkapkan opini dengan leluasa, dan menggunakan kekuasaan untuk mempertahankan kontrol, jarang meminta masukan kecuali untuk memuaskan egonya atau memperkuat argumen mereka. Di sisi lain, individu yang kurang dominan lebih sering bertanya, meminta pendapat, dan bergantung pada individu dominan dalam proses pengambilan keputusan.

d. Pola Komunikasi Monopoli (Monopoly Pattern)

Dalam pola komunikasi ini, satu individu bertindak sebagai penguasa yang lebih cenderung memberi perintah daripada berkomunikasi secara dua arah atau memberikan umpan balik. Individu yang memegang kendali tidak meminta atau menerima pendapat dari orang lain, sehingga memiliki wewenang penuh dalam mengambil keputusan akhir. Dalam sistem monopoli keluarga, perdebatan jarang terjadi karena komunikasi sepenuhnya dikuasai oleh satu pihak. Sementara itu, pihak yang didominasi biasanya hanya meminta izin atau pendapat dari pihak yang berkuasa.¹⁸

2) Fisik

Fisik adalah segala sesuatu yang berwujud dan dapat diamati secara langsung oleh indera, terutama penglihatan, serta berkaitan dengan tubuh dan materi yang nyata. Salah satu komponen utama

¹⁸ Rachmat Kriyantono, *Teknik Praktis Komunikasi* (Jakarta: Putra Grafika, 2006), 55.

dari ketahanan keluarga yang mencerminkan kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan dasar adalah fisik dan materiil untuk hidup mandiri dan sejahtera. Dalam hal ini juga mencakup kesehatan kondisi di mana setiap orang memiliki akses terhadap layanan kesehatan yang mereka butuhkan, termasuk layanan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif dengan mutu yang memadai sehingga efektif, tanpa mengalami kesulitan finansial saat mengakses layanan tersebut.¹⁹

3) Kepribadian

Menurut Psikologi kepribadian adalah keseluruhan cara seseorang yang membentuk cara khasnya dalam berinteraksi dan beradaptasi dengan dunia sekitarnya. Gordon Allport mendefinisikan kepribadian sebagai organisasi dinamis dalam diri individu sebagai sistem psiko-fisik yang menentukan caranya yang unik dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungannya.²⁰

b. Faktor Eksternal

1) Lingkungan sosial

Salah satu bagian dari kehidupan manusia yang terbentuk melalui hubungan dan interaksi antar-individu dalam suatu kelompok atau masyarakat adalah lingkungan sosial. Di dalam keluarga, seseorang mulai belajar mengenal norma, nilai, dan tata krama yang menjadi dasar dalam berinteraksi dengan orang lain.

¹⁹ *Pembangunan Ketahanan Keluarga*, 41.

²⁰ Sarwono Sarlito, *Pengantar Psikologi Umum* (Jakarta: Rajawali Press, 2012), 12.

Seiring bertambahnya usia, lingkungan sosial seseorang pun berkembang sehingga memiliki peranan penting dalam membentuk identitas, karakter, serta pola perilaku individu dalam kehidupan sehari-hari.

2) Budaya

Budaya merupakan cerminan dari cara manusia mengolah kehidupan, sekaligus warisan tak ternilai yang memberi makna dan arah dalam menjalani hidup. Budaya juga menjadi fondasi penting dalam membentuk jati diri individu maupun suatu bangsa, serta menjadi perekat dalam kehidupan bermasyarakat.

3) Ekonomi

Dalam kehidupan manusia ekonomi menjadi berperan penting mengelola sumber daya yang terbatas untuk memenuhi kebutuhan dan keinginan hidupnya yang tidak terbatas. Dalam kehidupan sehari-hari setiap orang, kelompok, hingga negara, selalu dihadapkan pada pilihan tentang bagaimana menggunakan sumber daya yang ada, baik itu waktu, tenaga, uang, maupun bahan baku dengan cara yang paling efisien dan bermanfaat.²¹

Berdasarkan pengertian diatas disimpulkan bahwa indikasi pola ketahanan keluarga di kelompokkan menjadi faktor eksternal dan internal yang merupakan faktor bagaimana ketahanan keluarga tersebut menjadi

²¹ *Pembangunan Ketahanan Keluarga*, 14.

lebih kuat. Tujuannya adalah untuk menunjukkan bahwa adanya faktor internal maupun eksternal dijalankan secara seimbang.

3. Dasar Ketahanan Keluarga

- a. Undang-Undang Nomor 10 Tahun 1992 tentang Pembangunan Keluarga.
- b. Undang-Undang 52 Tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga.
- c. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 57 Tahun 2009 tentang Perubahan Atas Peraturan Pemerintah Nomor 27 Tahun 1994 Tentang Pengelolaan Perkembangan Kependudukan
- d. Peraturan Menteri Negara Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia Nomor 07 Tahun 2011 tentang Kebijakan Peningkatan Ketahanan Keluarga dan Perlindungan Anak Republik Indonesia
- e. Peraturan Menteri Negara Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia Nomor 6 Tahun 2013 tentang Pelaksanaan Pembangunan Keluarga.
- f. Pasal 7 ayat (2) Peraturan Pemerintah Nomor 87 Tahun 2014 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga Berencana dan Sistem Informasi Keluarga.

C. Pasangan Karir

1. Pengertian Pasangan Karir

Pasangan karir adalah konsep di mana seseorang memilih karir atau profesi yang saling melengkapi dengan karir pasangan mereka, biasanya dalam konteks hubungan pernikahan atau kemitraan profesional. Tujuannya adalah untuk mencapai keseimbangan dan dukungan timbal balik dalam hal perkembangan karir, tanggung jawab rumah tangga, dan kehidupan pribadi. Di zaman yang semakin berkembang ini banyak ditemui pasangan suami istri yang berkolaborasi dan bertanggung jawab dalam kesejahteraan keluarga dengan salah satu cara yaitu menjadi pasangan karir.²²

Kesempatan bagi wanita bersuami untuk bekerja sampai saat ini semakin bertambah, sehingga pada pola kekeluargaan segera berubah dan muncul apa yang disebut sebagai pasangan karir atau *dual career*. Ketika suami dan istri dalam keluarga sama-sama memiliki karir atau pekerjaan tentunya dalam hal ini yang terpengaruh adalah mengatur rumah tangga tetap berjalan baik. Konsep "*dual career*" atau karir ganda merujuk pada situasi di mana kedua pasangan dalam sebuah hubungan memiliki karir yang signifikan dan aktif di bidang profesional masing-masing. Konsep ini muncul pada pasangan dimana keduanya memiliki ambisi dan tanggung jawab profesional yang memerlukan perhatian dan dedikasi.²³

²² Wanita Karir (*Perspektif Hukum Islam*), 34.

²³ Retno Ayu Astri Adelina Andro Meda, "Pasangan Dual Karir: Hubungan Kualitas Komunikasi Dan Komitmen Perkawinan Di Semarang," *Jurusan Psikologi Universitas Negeri Semarang* 3, no. 1 (2019): 22.

2. Jenis Pasangan Karir

Pasangan karir dapat memiliki berbagai tipe dan dinamika, tergantung pada bagaimana mereka mengelola karir dan kehidupan pribadi mereka. Berikut adalah pembagian pasangan terdiri dari 2 kategori yaitu:

- a. Pasangan karir yang bekerja berdasarkan jenjang pendidikan, bakat, dan kesenangan.

Kategori ini merujuk pada pasangan yang bekerja karena mereka memiliki minat, potensi, dan tujuan karir yang jelas. Biasanya, masing-masing individu dalam pasangan ini telah menempuh pendidikan yang relevan dengan bidang pekerjaan yang mereka tekuni. Mereka memilih pekerjaan tidak semata-mata karena alasan finansial, tetapi lebih karena ingin mengembangkan diri, menyalurkan bakat, serta mencapai kepuasan pribadi dan profesional.

- b. Pasangan yang bekerja karena tekanan ekonomi

Kategori ini mencakup pasangan yang bekerja bukan karena minat utama atau tujuan untuk berkarir, tetapi lebih karena alasan ekonomi. Mereka terpaksa bekerja untuk memenuhi kebutuhan pokok keluarga, seperti makan, tempat tinggal, pendidikan anak, dan biaya hidup lainnya. Pilihan pekerjaan biasanya lebih fleksibel dan praktis, tidak harus sesuai dengan latar belakang pendidikan atau minat pribadi, asalkan bisa menghasilkan pendapatan.

Setiap kategori pasangan karir diatas menghadapi tantangan dan keuntungan yang berbeda tergantung pada dinamika karir dan kehidupan pribadi mereka.²⁴

D. Psikologi Keluarga Islam

1. Definisi Psikologi Keluarga Islam

Menurut etimologi Psikologi berasal dari kata dalam bahasa Yunani *Psychology* yang merupakan gabungan dari kata *psyche* dan *logos*. *Psyche* berarti jiwa dan *logos* berarti ilmu. Secara harfiah psikologi diartikan sebagai ilmu jiwa. Sedangkan secara terminologi psikologi adalah ilmu yang mempelajari penghayatan dan perbuatan manusia ditinjau dari fungsinya dari subyek. Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa psikologi adalah studi ilmiah mengenai proses tingkah laku dan proses-proses mental. Psikologi merupakan salah satu bagian dari ilmu perilaku atau ilmu sosial.

Psikologi Keluarga diartikan sebagai suatu keilmuan yang mempelajari tentang tingkah laku dan proses terkecil yang memiliki hubungan darah atau perkawinan. Dengan memahami faktor-faktor psikologis yang terlibat dalam sistem lingkup keluarga, para ahli psikologi dapat memberikan wawasan yang berharga dalam kasus-kasus permasalahan keluarga yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman tentang dinamika keluarga dan menyediakan alat untuk meningkatkan

²⁴ Laudita Frida Amellia, "Dinamika Konflik Peran Ganda dan Psychological Distress pada Wanita Karir," *Acta Psychologia* 3, no. 2 (2021): 74.

kesejahteraan dan kesehatan emosional semua anggota keluarga.²⁵

2. Tujuan Psikologi Keluarga Islam

Tujuan psikologi keluarga dalam Islam sangat erat kaitannya dengan ajaran Al-Qur'an dan Sunnah, yang menekankan pentingnya keharmonisan, tanggung jawab, serta ketenangan dalam rumah tangga. Keluarga dalam Islam dipandang sebagai institusi pertama dan utama dalam membentuk kepribadian manusia, tempat di mana nilai-nilai keimanan, akhlak, dan tanggung jawab sosial ditanamkan sejak dini. Oleh karena itu, psikologi keluarga menurut hukum Islam bertujuan untuk menciptakan kehidupan rumah tangga yang selaras dengan prinsip-prinsip syariat, berlandaskan pada kasih sayang, keadilan, dan tanggung jawab.

Psikologi atau ilmu jiwa merupakan salah satu pendekatan yang berpotensi membantu mengungkap dan menemukan berbagai alternatif solusi atas permasalahan yang muncul, khususnya dalam konteks kehidupan keluarga. Oleh karena itu, Psikologi keluarga Islam berperan penting dalam membentuk ketahanan ini melalui:

a. Penguatan Nilai-nilai Agama

Setiap Ajaran islam tentang membangun keluarga perlu dipelajari dan dipraktikkan oleh rumah tangga islami untuk menghadapi tantangan di era globalisasi ini. Suami bertanggung jawab terhadap perkembangan pengetahuan keislaman dari istri, dan bersama-sama menyusun program bagi pendidikan anak-anaknya. Saling tolong menolong dan saling

²⁵ Sri Lestari, *Psikologi Keluarga (Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga)* (Jakarta: Kencana, 2012), 43.

mengingatkan untuk meningkatkan kefahaman dan praktek ibadah. Oleh sebab itu suami dan istri seharusnya memiliki pengetahuan yang cukup memadai tentang Islam. Keluarga islami harus memberikan kontribusi yang cukup bagi perbaikan masyarakat sekitarnya sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S An-Nahl ayat 125:

إِنَّ َّ أَحْسَنُ هِيَ بِآلَتِي وَجَادِلْهُمْ َّ الْحَسَنَةَ وَالْمَوْعِظَةَ بِالْحِكْمَةِ رَبِّكَ سَبِيلٌ إِلَىٰ ادْعُ
بِالْمُهْتَدِينَ أَعْلَمُ وَهُوَ َّ سَبِيلُهُ عَنْ ضَلَّ بِمَنْ أَعْلَمُ هُوَ رَبُّكَ

Artinya: “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.”²⁶

b. Komunikasi yang sehat

Islam senantiasa mengajarkan kita untuk bertutur kata dengan cara yang baik dan penuh penghargaan pada orang lain terutama pada keluarga atau pasangan kita. Dalam Al-Qur'an memang secara spesifik tidak membicarakan masalah komunikasi, Namun, jika diteliti ada banyak ayat yang memberikan gambaran umum prinsip-prinsip komunikasi antara lain:

1) Amanah

Aspek kejujuran atau objektivitas dalam berkomunikasi merupakan bagian dari etika yang berlandaskan pada fakta. kejujuran dikenal dengan istilah amanah dalam Al Qur'an yang berarti tidak menipu. Dalam konteks komunikasi sehari-hari, ketidak jujuran dalam menyebarkan informasi dapat menyebabkan kegelisahan batin dan

²⁶ Al-Qur'an dan Terjemahannya, 44.

hilangnya rasa kepedulian sosial. Sebagaimana dalam QS. Al- Nisa' ayat 58 sebagai berikut:

إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ ۚ

Artinya: “Sesungguhnya Allah menyuruh kamu menyampaikan amanat kepada yang berhak menerimanya, dan (menyuruh kamu) apabila menetapkan hukum di antara manusia supaya kamu menetapkan dengan adil.”²⁷

2) Tidak berdusta

Dari segi bahasa, kata *kidhb* dipahami sebagai lawan dari kata *assidiq* yang artinya benar. Dalam Islam, sangat ditekankan untuk tidak berdusta atau berbohong karena dapat membawa malapetaka bagi orang yang menerima informasi yang salah. Sedangkan dari sudut etika komunikasi, berbohong merupakan perbuatan yang tercela. Kebohongan dalam komunikasi berpotensi untuk merusak masyarakat karena mereka mendapatkan informasi yang tidak sesuai. Sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. Al-Mukmin ayat 28:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي مَنْ هُوَ مُسْرِفٌ كَذَّابٌ

Artinya : “Sesungguhnya Allah tidak menunjukui orang-orang yang melampaui batas lagi pendusta.”

3) Adil

Berkomunikasi dengan adil berarti menyampaikan informasi dengan cara yang benar, tanpa berpihak, dan menghormati hak-hak

²⁷ 71.

setiap individu.²⁸ Al-Qur'an mengajarkan enam prinsip yang tercermin dalam ayat-ayatnya. Salah satu ayat yang menjadi dasar prinsip-prinsip komunikasi ini adalah:

a) Perkataan yang benar

Perkataan yang benar memiliki makna dan pentingan yang mendalam. Islam mengajarkan bahwa ucapan seseorang harus mencerminkan kebenaran, kejujuran, dan keadilan. Hal ini penting dalam membangun keluarga yang harmonis dan sesuai dengan ajaran Islam. Dalam QS. Al-Nisa' ayat 9:

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعَافًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ
وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

Artinya: “Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan dibelakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka. Oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar.”²⁹

b) Perkataan yang baik

Perkataan yang baik dalam berkomunikasi merupakan aspek penting dalam etika dan akhlak seorang Muslim. Islam sangat menekankan pentingnya berbicara dengan cara yang baik dan positif, karena ucapan mencerminkan keadaan hati dan sikap seseorang. Menurut al-Qur'an Allah berfirman dalam QS. Al-Nisa' ayat 5:

²⁸ Helmanda N. Pratiwi, “Peranan Komunikasi Keluarga Dalam Perspektif Islam,” *Jurnal Dakwah Tabligh* 19, no. 1 (2020): 77.

²⁹ Halimah Al-Qur'an, *Terjemah dan Tafsir Untuk Wanita*, 94.

وَارْزُقُوهُمْ فِيهَا وَاكْسُوهُمْ وَقُولُوا لَهُمْ قَوْلًا مَعْرُوفًا

Artinya: “Berilah mereka rezeki dan pakaian (dari hasil itu) dan ucapkanlah kepada mereka kata-kata yang baik.”³⁰

c) Perkataan yang lembut

Perkataan yang lembut dalam Islam merupakan bagian penting dari akhlak yang baik dan etika berbicara. Ucapan yang lembut tidak hanya mencerminkan kepribadian yang baik, tetapi juga berperan dalam menciptakan hubungan yang harmonis dan penuh kasih sayang di antara sesama. Allah SWT telah berfirman dalam QS. Thaha ayat 44 :

فَقُولَا لَهُ قَوْلًا لَّيِّنًا لَّعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَىٰ

Artinya: “maka berbicaralah kamu berdua kepadanya dengan kata-kata yang lemah lembut, mudah-mudahan ia ingat atau takut”

d) Perkataan yang mulia

Perkataan yang mulia dalam Islam merujuk pada ucapan yang mencerminkan nilai-nilai luhur dan etika yang tinggi, sesuai dengan ajaran Al-Qur'an dan Sunnah. Perkataan yang mulia tidak hanya mencakup kebenaran dan kejujuran, tetapi juga memperhatikan adab dan sopan santun dalam berkomunikasi.

Didalam Al-Qur'an dijelaskan dalam surah Al-isra' ayat 23 :

وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۖ إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا

³⁰ al-Qur'an dan Terjemah, 52.

Artinya: “Dan Tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah kamu berbuat baik pada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya. Jika salah seorang diantara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan “ah” dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang mulia.”³¹

Perkataan yang mulia harus memperhatikan adab dalam berbicara. Rasulullah SAW mengajarkan untuk berbicara dengan kelemahlembutan dan kesopanan.

Oleh karena itu, mengatasi permasalahan keluarga dalam Islam melibatkan komunikasi yang baik, kesabaran, keadilan, dan pelibatan pihak ketiga jika diperlukan. Memaafkan, berdoa, dan beribadah bersama juga merupakan bagian penting dari upaya memperbaiki dan menjaga keharmonisan rumah tangga. Dalam menghadapi masalah, Islam mengajarkan untuk menggunakan hikmah (kebijaksanaan).³²

c. Peran yang seimbang antara suami istri

Bagi umat Muslim, fikih, yang sering disebut sebagai hukum perilaku, memberikan panduan mengenai tata cara bertindak berdasarkan Al-Qur'an dan Al-Hadits. Fikih mencakup berbagai aspek perilaku manusia, termasuk peran suami istri dalam membangun keluarga. Dalam menjalani kehidupan rumah tangga, suami dan istri harus saling menjalankan tanggung jawab masing-masing untuk menciptakan kedamaian dan ketenangan hati, sehingga tercapailah kebahagiaan hidup berumah tangga secara sempurna..³³

³¹ Halimah Al-Qur'an, *Terjemah dan Tafsir Untuk Wanita*, 131.

³² Abdussami' Anis, *Metode Rasulullah Mengatasi Problematika Rumah Tangga* (Jakarta: Qisthi Press, 2018), 56.

³³ Abdul Rahman Ghazali, *Fiqh Munakahat* (Jakarta: Kencana, 2014), 154.

Hak dan kewajiban suami istri diatur dalam Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan, khususnya pada BAB VI Pasal 30 hingga Pasal 34, yang mengatur kesetaraan kedudukan dan hak antara suami dan istri, serta kewajiban suami dalam melindungi dan memenuhi kebutuhan rumah tangga. Ketentuan serupa juga tercantum dalam BAB XII Kompilasi Hukum Islam (KHI) Pasal 77 hingga Pasal 84. Selain itu, hak dan kewajiban suami istri juga dijelaskan dalam Al-Qur'an pada Surah Al-Baqarah ayat 228 :

وَالْمُطَلَّاتُ يَتَرَبَّصْنَ بِأَنْفُسِهِنَّ ثَلَاثَةَ قُرُوءٍ ۚ وَلَا يَحِلُّ لَهُنَّ أَنْ يَكْتُمْنَ مَا خَلَقَ اللَّهُ فِي أَرْحَامِهِنَّ إِنْ كُنَّ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ۚ وَبُعُولَتُهُنَّ أَحَقُّ بِرَدِّهِنَّ فِي ذَلِكَ إِنْ أَرَادُوا إِصْلَاحًا وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۚ وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَّ دَرَجَةٌ ۚ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ

Artinya: “Wanita-wanita yang ditalak hendaklah menahan diri (menunggu) tiga kali quru'. Tidak boleh mereka menyembunyikan apa yang diciptakan Allah dalam rahimnya, jika mereka beriman kepada Allah dan hari akhirat. Dan suami-suaminya berhak merujukinya dalam masa menanti itu, jika mereka (para suami) menghendaki ishlah. Dan para wanita mempunyai hak yang seimbang dengan kewajibannya menurut cara yang ma'ruf. Akan tetapi para suami, mempunyai satu tingkatan kelebihan daripada isterinya. Dan Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.”³⁴

Secara umum, suami istri tinggal bersama dalam satu rumah untuk menjalankan perannya masing-masing. Namun, terdapat berbagai alasan yang menyebabkan pasangan suami istri tidak dapat melaksanakan hal tersebut sebagaimana disebutkan dalam ayat di atas. Padahal, peran yang seimbang antara suami istri sangat penting untuk mencapai tujuan perkawinan.

³⁴ Halimah Al-Qur'an, *Terjemah dan Tafsir Untuk Wanita*, 40.