

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pasangan Suami Istri

1. Konsep Pernikahan

Istilah "nikah" bersumber dari bahasa Arab, yaitu "*nakaha – yankihu – nikahān*", yang berarti melakukan pernikahan atau mengadakan ikatan kawin. Kata ini kemudian digunakan dan menjadi sangat populer di bahasa Indonesia dan ditujukan pada keinginan orang lain untuk meresmikan perkawinannya.³² Definisi lain, pernikahan adalah simbol perpaduan. Pernikahan dimulai dengan akad nikah, atau ijab qobul, yang berfungsi sebagai perjanjian antara dua pihak melontarkan janji menikah sesuai dengan aturan Islam.³³ Pernikahan menjadi awal dari fase baru dalam kehidupan seseorang dan memisahkan berbagai masalah hidup, seperti gaya hidup, tujuan, kebiasaan, dan sebagainya.³⁴ Penciptaan manusia untuk hidup berpasangan yang saling membutuhkan. Seperti surah Adz-Dzariyah ayat 49 yang menyatakan

وَمِنْ كُلِّ شَيْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنَ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ

‘*Dan segala sesuatu kami ciptakan berpasang-pasangan supaya*

³² As’ad, Musifin, dan Salim Basyarahil. *Perkawinan dan Masalahnya*. Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 1993, 17.

³³ Dar, Agoes. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Grasindo, 2003, 154.

³⁴ Team Daar Al-Afaq. *Psikologi Pernikahan dan Anak*. Jakarta: Cendekia Sentra Muslim, 2003, 13.

kamu mengingat kebesaran Allah. ''³⁵

Di surat Adz-Dzariah ayat 49, Allah SWT menegaskan setiap ciptaan hadir dengan pasangannya masing-masing. sebagai tanda kebesaran-Nya. Keberpasangan ini dapat ditemukan dalam berbagai aspek kehidupan, seperti laki-laki dan perempuan, siang dan malam, panas dan dingin, serta unsur-unsur lain yang saling melengkapi. Prinsip ini menunjukkan bahwa alam semesta telah diatur dengan keseimbangan yang sempurna oleh Allah. Dalam kehidupan manusia, konsep pasangan memiliki makna yang mendalam. Allah ciptakan laki-laki dan perempuan agar keduanya saling menyempurnakan, berbagi kebahagiaan, serta menciptakan ketenangan dalam kehidupan. Pasangan bukan sekadar kebutuhan biologis, tetapi juga menjadi sumber kasih sayang dan dukungan emosional.

2. Tujuan Pernikahan

Pernikahan bertujuan mencukupi kebutuhan biologis untuk melahirkan keturunan, dimana anak menjadi wujud penerus yang berperilaku baik menurut syariat, serta sumber kehangatan, kasih sayang, sukacita, dan kedamaian bagi keluarga. Rumah tangga Islami membutuhkan ketekunan dari semua anggota keluarga, dengan suami yang berperan sebagai kepala rumah tangga.

Islam memberi pandangan aturan pernikahan tidak sekadar ikatan sosial, melainkan ibadah yang memiliki nilai spiritual tinggi. Dalam ajaran Islam, pernikahan merupakan tuntutan agama yang harus

³⁵ Departemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemah*. Bandung: Sygma Examedia, 522.

diperhatikan dan dijalankan sesuai dengan ketentuan syariat. Allah SWT telah menetapkan pernikahan sebagai jalan yang sah bagi manusia untuk menjalani kehidupan berpasangan, menjaga kehormatan diri, serta menciptakan keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah. Secara garis besar, orang menikah bertujuan untuk memenuhi naluri kemanusiaannya sekaligus melaksanakan tuntunan agama.³⁶

3. Keluarga

Institusi terkecil di masyarakat ialah keluarga yang membantu mewujudkan kehidupan yang harmonis dalam lingkungan cinta dan kasih sayang. Dalam Islam keluarga menjadi pondasi utama dalam mewujudkan kehidupan yang harmonis. Kehidupan rumah tangga yang bertumpu pada cinta dan kasih sayang akan melahirkan individu dengan karakter positif yang mampu berkontribusi secara nyata bagi masyarakat.³⁷

Keluarga dapat diartikan sebagai sekelompok orang, minimal terdiri atas dua individu, yang hidup dalam suatu hubungan terikat baik secara peraturan maupun emosional.³⁸ Setiap individu dalam keluarga memiliki peran tertentu yang menjadi bagian dari struktur keluarga tersebut. Peran ini mencerminkan tanggung jawab dan kontribusi masing-masing anggota dalam membentuk keseimbangan dan keharmonisan dalam kehidupan keluarga.

³⁶ Al-Faqi, Sobri Mersi. *Solusi Problematika Rumah Tangga Modern*. Surabaya: Sukses Publishing, 2015, 29.

³⁷ Mufidah. *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*. Cet. 3. Malang: UIN Maliki Press, 2013, 63–65.

³⁸ Milton M. Friedman, Valrie R. Bowden, and Elizabeth G. Jones, *Family Nursing: Research, Theory & Practice* (Stanford, CT: Appleton & Lange, 1998).

Kehidupan sosial tidak terlepas dari fungsi keluarga yang begitu vital mulai dari pemenuhan kebutuhan dasar, pendidikan, hingga pembentukan karakter individu. Dalam lingkungan keluarga, nilai-nilai moral, norma sosial, serta kebiasaan budaya ditanamkan dan diwariskan kepada generasi berikutnya.³⁹ Oleh karena itu, keluarga menjadi institusi pertama yang berperan dalam membentuk kepribadian seseorang sebelum ia berinteraksi lebih luas dengan masyarakat.

Dengan demikian, konsep keluarga tidak hanya terbatas pada hubungan biologis, melainkan juga mencerminkan lingkup masyarakat lebih luas. Keluarga berperan sebagai unit dasar dalam masyarakat yang memiliki dampak besar terhadap perkembangan individu dan komunitas. Oleh karena itu, memahami dinamika keluarga serta faktor-faktor yang memengaruhinya menjadi hal yang penting dalam upaya menciptakan kesejahteraan sosial dan kehidupan yang harmonis.

B. Anak dalam Rumah Tangga

1. Konsep Anak

Menurut KBBI, anak ialah keturunan atau individu yang berada pada masa pertumbuhan awal. Hal ini sejalan dengan pendapat W.J.S. Poerwardarminta dalam KBBI, yang juga mendefinisikan anak sebagai turunan atau manusia kecil. Sementara itu, dalam *Ensiklopedi Hukum Islam*, anak diartikan sebagai seseorang yang lahir dari rahim Ibu, baik laki-laki, perempuan, maupun khunsa, sebagai hasil hubungan antara

³⁹ Koerner, A. F., dan M. A. Fitzpatrick. "Toward a Theory of Family Communication." *Communication Theory* 12, no. 1 (2002): 70–91.

dua lawan jenis.⁴⁰ Kedua definisi ini menekankan bahwa anak merupakan bagian dari generasi penerus dalam suatu keluarga dan masyarakat.

Dari sudut pandang hukum menurut UU Perkawinan No 1 Tahun 1974 Pasal 42 menegaskan bahwa anak yang sah ialah anak yang lahir dalam lingkup perkawinan yang sah.⁴¹ Sementara itu, Kompilasi Hukum Islam (KHI). Pasal 99 menyebut asal usul anak terdiri atas dua kategori, yaitu anak yang lahir dari perkawinan sah dan anak hasil fertiisasi pasangan sah di luar rahim yang dilahirkan oleh istri.⁴²

2. Peran Anak dalam Rumah Tangga

Anak adalah aset penting pada keluarga. Menurut UU No. 23 Tahun 2002, anak ialah karunia dan amanah sang pencipta, yang memiliki martabat dan harkat manusia seutuhnya. Secara historis, nilai anak untuk membantu orang tua secara sosial, Enomi, dan psikologi menentukan pentingnya seorang anak dalam rumah tangga.⁴³ Islam mengajarkan bahwa tujuan berkeluarga adalah menciptakan keluarga yang kokoh, bahagia, dan makmur, serta mendidik keturunan yang bermutu secara agama dan duniawi.⁴⁴ Oleh karena itu, orang tua memegang peran penting dalam membina dan mengasuh anak-anak merekmemastikan mereka tumbuh dengan pendidikan, kasih sayang,

⁴⁰ Dewi, Galuh Anggraini Tungga. *Tinjauan Hukum Islam Terhadap Peran Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak dalam Upaya Menanggulangi Tindak Kekerasan Anak (Studi di Dinas PP dan PA Provinsi Lampung)*. Skripsi, UIN Raden Intan, 2018, 21.

⁴¹ Mardani, *Hukum Keluarga Islam di Indonesia* (Jakarta: Kencana, 2017), 141.

⁴² *Ibid*, 142.

⁴³ Fitriyonna, Yusseu. Kepuasan Pernikahan Pada Laki-laki dari Pasangan yang Belum Dikaruniai Keturunan. Skripsi, UIN Sunan Kalijaga, 2019.

⁴⁴ Cholil Nafis, *Fikih Keluarga* (Jakarta: Mitra Abdi Press, 2014), 8.

serta nilai-nilai yang akan membentuk masa depan mereka.

Dalam ajaran Islam, nilai-nilai keislaman diwariskan dari Nabi Muhammad kepada generasi penerusnya. Selain itu, anak dalam sebuah keluarga memiliki peran penting yang berkaitan dengan tanggung jawabnya terhadap orang tua serta pemenuhan kebutuhan mereka. Sebagai bagian dari keluarga, anak berperan dalam melanjutkan tradisi, meneruskan kasih sayang, mewujudkan harapan, serta menjaga kesinambungan garis keturunan.⁴⁵

3. Belum Memiliki Keturunan

Suami istri yang telah terikat dalam perkawina selama lebih dari enam bulan tanpa menggunakan kontrasepsi tetapi belum dikaruniai anak, secara medis kondisi ini disebut infertilitas, yaitu tidak dapat hamil dan melahirkan setelah berhubungan seksual dalam satu tahun secara rutin tanpa alat kontrasepsi.⁴⁶

Faktor-faktor sebagai penyebab infertilitas pada laki-laki antara lain jumlah sperma yang rendah atau kualitasnya yang buruk, masalah genetik, ketidakseimbangan hormon, disfungsi ereksi, serta varikokel atau pelebaran pembuluh darah pada skrotum, penyumbatan pada saluran sperma, serta paparan radiasi. Selain itu, pola hidup kurang sehat, seperti merokok, konsumsi alkohol berlebihan, dan stres, juga dapat berkontribusi terhadap masalah kesuburan. Sementara itu, faktor

⁴⁵ Efrina. "Upaya Keluarga yang Tidak Memiliki Keturunan Anak dalam Mempertahankan Keutuhan Rumah Tangganya di Jorong Irian Nagara Ujung Gading Kec Lembah Melintang Kab Pasaman Bara." Artikel, SKIP PGRI Sumatera Barat, 2017. Diakses 27 Februari 2025, 3.

⁴⁶ Maliki, Aafiyah Rizka. "Kesejahteraan Subjektif dan Kepuasan Perkawinan pada Pasangan yang Tidak Memiliki Anak Karena Infertilitas." Jurnal PSIKOBORNEO 7, no. 4 (2019): 935.

yang dapat menyebabkan infertilitas pada wanita meliputi kelainan pada serviks, respon imun berlebihan terhadap janin (*hiperimun*), kelainan pada uterus, gangguan ovulasi, serta berbagai kondisi lainnya yang mempengaruhi sistem reproduksi. Faktor-faktor ini dapat menghambat proses pembuahan atau implantasi, sehingga menyebabkan kesulitan dalam memperoleh kehamilan.⁴⁷

Dalam Islam, infertilitas dipahami sebagai ketidakmampuan pasangan suami istri untuk memiliki keturunan, yang merupakan bagian dari ketetapan Allah SWT. Hal ini diterangkan dalam Al-Qur'an surat Asy-Syura ayat 50, yang berbunyi:

أَوْ يُرَوِّجُهُمْ ذُكْرًا نَّا وَإِنَّا لَّا وَيَجْعَلُ مَنْ يَشَاءُ عَقِيمًا إِنَّهُ عَلِيمٌ قَدِيرٌ

*atau Dia menganugerahkan kedua jenis laki-laki dan perempuan (kepada siapa) yang dikehendaki-Nya, dan dia menjadikan mandul siapa yang dia kehendaki. Sesungguhnya dia maha mengetahui lagi maha kuasa.*⁴⁸

Firman tersebut menekankan Allah SWT memiliki kuasa mutlak dalam menentukan pemberian keturunan kepada hamba-Nya. Firman ini menyebutkan Allah menganugerahkan anak laki- laki, perempuan, atau keduanya kepada siapa yang dikehendaki-Nya, serta menjadikan sebagian orang mandul sesuai dengan kebijaksanaan- Nya. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan memiliki keturunan bukan semata-

⁴⁷ *Penyebab Infertilitas pada Pria dan Wanita*. Surabaya: Rumah Sakit Universitas Airlangga, 2013, 1.

⁴⁸ Kementerian Agama Republik Indonesia. “Qur'an Per-Ayat: Surah Ash-Shura (42:50).” Diakses dari <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/42?from=50&to=50>, 2025.

mata hasil dari usaha manusia, melainkan bagian dari takdir yang telah Allah tetapkan. Serta mengajarkan bahwa setiap ketetapan Allah memiliki hikmah, baik bagi mereka yang dikanuniai anak maupun yang tidak. Bagi yang mendapatkan keturunan, anak adalah tanggung jawab moral yang perlu dijaga dan dididik dengan benar, sementara bagi yang belum atau tidak dikanuniai anak merupakan ujian yang harus dihadapi dengan kesabaran dan keikhlasan.

C. Psikologi Keluarga

1. Konsep Psikologi Keluarga

Pada awalnya, psikologi sering didefinisikan sebagai ilmu jiwa, namun istilah ini kemudian ditinggalkan karena jiwa tidak dapat diidentifikasi secara konkret, baik dari segi lokasi maupun bentuknya. Saat ini, psikologi dipahami sebagai disiplin ilmu yang meneliti perilaku individu dalam hubungannya dengan lingkungan sekitarnya. Kajian dalam psikologi mencakup berbagai aspek seperti kondisi mental, karakter, pola perilaku, kepribadian, serta berbagai kebutuhan dan keinginan manusia, baik dalam interaksi dengan dirinya sendiri maupun dengan orang lain.⁴⁹

Menurut pandangan keluarga Islam, psikologi keluarga ialah kajian tentang psikologis dalam lingkungan keluarga. Memuat berbagai aspek, seperti sikap, dorongan, kesadaran batin, sentimen, dan penekanan anggota keluarga dalam hubungan mereka, baik

⁴⁹ Mufidah, *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*, cet. 3 (Malang: UIN Maliki Press, 2003), 57.

interpersonal maupun antarpersonal. Psikologi keluarga Islam berlandaskan kaidah Islam yang berasal dari al-Qur'an dan Sunnah Rasul, yang menjadi pedoman utama dalam membangun hubungan keluarga yang harmonis, penuh kasih sayang, serta berorientasi pada kesejahteraan dunia akhirat.⁵⁰

2. Bangunan Keluarga Dalam Perspektif Psikologis

Seperti halnya bangunan yang memerlukan pondasi kuat, keluarga juga membutuhkan dasar yang kokoh agar mampu bertahan menghadapi persoalan hidup. Cinta, dorongan fitrah, dan etos ibadah menjadi tiga unsur penting yang berperan sebagai fondasi utama keharmonisan rumah tangga.⁵¹

a. Fondasi Cinta

Cinta merupakan dasar utama dalam membangun sebuah keluarga. Kehadiran cinta antara suami dan istri membantu mereka lebih siap menghadapi berbagai persoalan rumah tangga. Ketika dua insan saling mencintai dalam ikatan yang sakral, hubungan tersebut akan semakin menguatkan komitmen dan kedekatan emosional di antara mereka. Cinta yang tulus biasanya tercermin melalui tiga hal, yakni menikmati waktu bersama, menjalin komunikasi yang hangat, dan berusaha memenuhi kebaikan yang diinginkan pasangan. Seseorang yang mencintai dengan sungguh-sungguh cenderung mudah memahami kekurangan pasangannya, menerima apa adanya, serta

⁵⁰ Mufidah, Ch., *Psikologi Keluarga Islam* (Malang: UIN Malang Press, 2008), 65.

⁵¹ Achmad Mubarok, *Psikologi Keluarga dari Keluarga Sakinah hingga Keluarga Bangsa*. (Jakarta: Bina Reka Pariwara, 2005), 12.

mampu memaafkan kesalahan dengan hati yang lapang.

b. Dorongan Fitrah

Manusia diciptakan dengan fitrah untuk tertarik kepada lawan jenis.

Dorongan alami inilah yang membuat seseorang ingin menemukan pasangan hidup dan membangun rumah tangga. Tinggal sendiri pada dasarnya tidak sejalan dengan kodrat manusia sebagai makhluk sosial, sehingga kehidupan melajang sering kali menimbulkan rasa sepi dan kekosongan.

c. Etos Ibadah

Etos ibadah menjadi landasan penting bagi keluarga yang menjunjung tinggi nilai-nilai agama. Mereka meyakini bahwa setiap aktivitas dalam rumah tangga, termasuk hubungan suami istri, memiliki nilai ibadah apabila dijalankan sesuai ajaran agama. Kesadaran inilah yang membuat kehidupan keluarga lebih terarah dan penuh tanggung jawab spiritual.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Perkawinan

Terdapat lima faktor utama yang memengaruhi tingkat kepuasan dalam pernikahan, yaitu:

- a. Religiuitas berperan penting dalam menciptakan rumah tangga yang harmonis. Pasangan dengan pemahaman agama yang baik serta aktif mengikuti kegiatan keagamaan seperti pengajian, cenderung memiliki kehidupan pernikahan yang lebih tenang dan penuh ketawakalan. Nilai-nilai agama memberikan dasar moral serta pedoman dalam menghadapi permasalahan rumah tangga.

- b. Kebersyukuran menjadi kunci ketentraman dalam rumah tangga.

Pasangan yang mampu menerima keadaan dengan tulus, tidak menuntut berlebihan, serta hidup sederhana dengan penuh keikhlasan, akan merasakan kebahagiaan yang sejati. Sikap ini mencerminkan penerimaan dan kepasrahan terhadap ketentuan Allah, sehingga mengurangi potensi konflik akibat perbedaan keinginan.

- c. Komitmen dianggap sebagai aspek mendasar dalam mempertahankan kualitas pernikahan. Pernikahan bukan sekadar ikatan sosial, melainkan janji suci di hadapan Allah dan orang tua. Karena itu, suami maupun istri harus memiliki tekad kuat untuk menjaga pernikahan, menolak pikiran bercerai, serta berfokus pada tujuan mulia seperti membina keluarga dan mendidik anak-anak dengan baik.

- d. Mekanisme perilaku dalam memelihara pernikahan diwujudkan melalui sikap saling pengertian, kesediaan berkorban, dan kemampuan mengendalikan ego. Pasangan yang mampu bersikap terbuka, tidak menuntut secara berlebihan, serta memilih diam ketika terjadi perbedaan pendapat, menunjukkan kematangan emosional yang membantu menjaga keharmonisan hubungan.

- e. Mekanisme kognitif dalam menjaga hubungan mencakup kemampuan memahami pasangan, menerima kekurangan dan kelebihannya, serta menumbuhkan rasa saling percaya. Pemahaman ini membantu pasangan untuk lebih sabar dan toleran, sehingga

hubungan pernikahan menjadi lebih stabil dan bahagia.⁵²

4. Kematangan Emosional

Kematangan emosi tercermin dari kemampuan seseorang dalam mengekspresikan perasaan secara tepat dan proporsional, disertai dengan pengendalian diri yang baik serta penerimaan diri yang tinggi. Pengendalian diri yang positif menunjukkan kapasitas individu untuk menahan dorongan emosional dan mengelola perasaan yang muncul, kemudian mengarahkannya pada perilaku yang konstruktif. Kestabilan perasaan merupakan suatu keadaan di mana individu meraih kedewasaan melalui kemajuan emosional, sehingga berhenti menunjukkan pola emosi yang kurang pantas.⁵³ Sementara itu, kedewasaan emosional tampak dari kapasitas individu mengatur perasaan, merespons situasi dengan tepat, serta bersikap dewasa ketika berinteraksi dengan orang lain.⁵⁴

Kematangan emosi sangat krusial menjaga keberlangsungan pernikahan. Apabila salah satu pasangan tidak memiliki kematangan emosi yang memadai, maka konflik rumah tangga akan sulit diatasi. Terdapat beberapa indikator individu yang matang emosinya, antara lain:⁵⁵

⁵² Wahyuningsih, H. Model Psikologis Kualitas Perkawinan Pasangan Suami Isteri. Disertasi tidak dipublikasikan, Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada, 2012.

⁵³ Chaplin, J. P., *Kamus Lengkap Psikologi*, diterjemahkan oleh Dr. Kartono dan Kartini (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2002).

⁵⁴ Malkappagol, R., *Effect of Emotional and Personality on Well-Being Among Teachers* (United States: Laxmi Book Publication, 2018).

⁵⁵ Katkovsky, W., dan S. J. Garlow. "Emotional Maturity." *The Journal of Abnormal and Social Psychology* 51, no. 3 (1955): 496–502. <https://doi.org/10.1037/h0048807>.

1) Kemandirian

Individu yang matang secara emosional mampu mengambil keputusan sesuai kehendaknya sendiri dan bertanggung jawab atas pilihan tersebut.

2) Mampu Menerima Realitas

Individu dengan emosi yang dewasa bersikap realistik kenyataan hidup, baik yang menyenangkan maupun yang sulit. Mereka juga dapat melihat sisi positif dan pembelajaran dari pengalaman menantang, bersikap optimis, mengembangkan ketahanan mental, serta menemukan cara untuk terus bertumbuh meskipun dalam situasi penuh tekanan.

3) Kemampuan Beradaptasi

Individu dengan kematangan emosi mudah menempatkan dirinya dalam berbagai situasi dan kondisi. Kemampuan beradaptasi ini sangat penting karena memungkinkan seseorang untuk menerima perbedaan karakter orang lain dan menjalin hubungan sosial dengan lebih baik.

4) Memiliki Kapasitas yang Seimbang

Sebagai makhluk sosial, setiap individu membutuhkan keseimbangan sehubungan perwujudan kepentingan pribadi dan kepentingan orang lain. Individu yang dewasa emosinya mampu menyeimbangkan keduanya sehingga tidak menimbulkan ketegangan dalam hubungan.

5) Mampu Berempati

Individu yang matang secara emosional peka terhadap perasaan orang lain, khususnya pasangan. Baik emosi yang diekspresikan secara terbuka maupun tersembunyi, mereka mampu menangkap dan merespons dengan cepat apa yang dirasakan oleh orang lain.

6) Menguasai Amarah

Individu dengan emosi yang matang dapat mengendalikan kemarahannya dengan baik, menempatkan diri secara proporsional, serta menyalurkan rasa marah ke arah yang positif. Dengan demikian, mereka mampu menghadapi situasi yang berpotensi memicu konflik tanpa menimbulkan masalah baru.

Ciri-ciri kematangan emosi meliputi:⁵⁶

- 1) Mampu menyalurkan respon emosional secara berangsur dan wajar,
- 2) Mampu mengendalikan emosi serta merespons situasi dengan baik, dan
- 3) Tidak mengekspresikan kekecewaan secara berlebihan.

Dengan demikian, kematangan emosi tampak pada kapasitas individu dalam merespons kondisi secara tepat, mengendalikan emosi, serta menunjukkan sikap kecewa secara proporsional.

⁵⁶ Nurpratiwi, A. *Pengaruh Kematangan Emosi dan Usia Saat Menikah terhadap Kepuasan Perkawinan pada Dewasa Awal*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2010.

D. Tasawuf

1. Konsep Tasawuf

Istilah tasawuf memiliki beragam penjelasan mengenai asal katanya.

Sebagian ahli menyebut bahwa kata ini berasal dari bahasa Yunani “*shopos*”, yang berarti kebijaksanaan atau keutamaan, karena para sufi dikenal sebagai pencari hikmah dan kebenaran batin. Pendapat lain mengaitkan tasawuf dengan kata “*shafā*”, yang berarti jernih atau suci, menggambarkan hati para sufi yang bersih dari sifat dunia. Ada juga yang menafsirkan bahwa tasawuf berasal dari kata “*shaff*” atau “*shafwun*”, yang bermakna barisan, sebab para sufi dianggap sebagai orang yang berada di barisan terdepan dalam usaha mencapai keridaan Allah.⁵⁷

Tasawuf dapat dipahami sebagai usaha manusia untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah subhaanahu wa ta’ala. Imam al-Junaidi menyatakan bahwa tasawuf adalah upaya untuk meninggalkan sifat-sifat buruk dan senantiasa berusaha menerapkan akhlak mulia dalam kehidupan. Zakari al-Anshari menambahkan bahwa tasawuf merupakan proses pembersihan jiwa, perbaikan karakter, serta pembentukan aspek lahir dan batin seseorang agar mencapai kebahagiaan yang kekal. Berbeda dengan ilmu fikih yang fokus pada menjaga amal, menegakkan hukum Syari’ah, serta menyingkap hikmah di balik aturan tersebut,

⁵⁷ Rivay Siregar, *Tasawuf: Dari Sufisme Klasik ke Neo Sufisme*, cet. 2 (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002), 31–32.

tasawuf lebih menitikberatkan pada penyempurnaan hati dan pengarahan perhatian sepenuhnya kepada Allah subhanahu wa ta'aalaa.⁵⁸

2. Tasawuf Al-Ghazali

Imam Ghazzali lahir pada tahun 450 Hijriyah (1058 M) di Desa Taberan, yang terletak di distrik Taus, Persia. Nama aslinya adalah Abu Hamid Muhammad, dan ia dikenal dengan gelar Hujjatul Islam, yang berarti bukti pembernanaran ajaran Islam, serta memiliki nama keluarga Ghazzali. Pemikiran Al-Ghazali memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan peradaban Islam karena sangat selaras dengan ajaran Islam itu sendiri. Banyak karya tulisnya ditulis dengan tujuan membersihkan hati umat Islam dari kesesatan dan sekaligus melindungi mereka dari serangan, baik dari dalam kalangan Islam maupun dari Barat. Atas upaya dan pembelaannya terhadap berbagai kritik tersebut, Al-Ghazali dianugerahi gelar Hujjatul Islam. Gelar ini sangat istimewa dan belum pernah diberikan kepada siapapun sebelumnya, mencerminkan betapa luar biasa dan mengagumkannya kualitas pemikirannya.⁵⁹

Kehadiran Al-Ghazali dalam perkembangan tasawuf memiliki peran yang sangat penting. Pada masa awal tasawuf, para tokoh seperti Hasan Basriy dengan konsep khauf (rasa takut kepada Allah), Rabi'ah al-Adawiyyah dengan cinta kepada Allah (*ḥubb al-ilāh*), Abu Yazid al-Bustamiy yang menekankan *fanā* (kehilangan diri), serta al-Ḥallāj dengan ajaran hulul (penyatuan dengan Tuhan), lebih memfokuskan pada

⁵⁸ N. Umar, *Tasawuf Modern: Jalan Mengenal dan Mendekatkan Diri Kepada Allah Swt.* (Jakarta: Republika, 2014).

⁵⁹ H. Hermawan, *Filsafat Islam* (Bandung: Insan Mandiri, 2011).

aspek hakikat dan cenderung mengabaikan penerapan syari'ah. Berbeda dengan itu, Al-Ghazali memasuki dunia tasawuf tanpa terlibat dalam aliran tasawuf hulul (inkarnasi) maupun wihdah al-wujūd (panteisme). Ia kemudian melakukan konsolidasi dengan mengembalikan ajaran tasawuf kepada dasar yang benar, yaitu Al-Qur'an dan hadits.⁶⁰

Dalam kitab *Ihya' 'Ulum al-Din*, Imam al-Ghazali mengajarkan beberapa doktrin utama tasawuf, yaitu tauhid (keesaan Allah), makhāfah (takut kepada Allah), maḥabbah (cinta kepada Allah), dan ma'rifat (pengetahuan spiritual). Dari ajaran pokok ini kemudian muncul konsep penting lainnya seperti taubat, sabar, zuhud, tawakkal kepada Allah, dan ridha, yang dijabarkan sebagai berikut:

1. Taubat

Taubat merupakan langkah pertama dan paling mendasar dalam perjalanan spiritual seseorang menuju Allah. Taubat menjadi pintu pembuka bagi segala bentuk kebaikan dan penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*). Dalam *Ihya' 'Ulum al-Din*, Al-Ghazali menjelaskan bahwa taubat sejati tidak cukup hanya diucapkan melalui lisan, tetapi harus disertai dengan penyesalan mendalam di hati serta perubahan nyata dalam perilaku. Ia menegaskan bahwa taubat terdiri atas tiga unsur utama, yaitu penyesalan atas dosa yang telah dilakukan (*al-nadam*), berhenti dari perbuatan dosa pada saat ini (*al-iqla'*), dan bertekad kuat untuk tidak mengulanginya di masa mendatang (*al-'azm*).

⁶⁰ M. Rohmanan, "Konsep Tasawuf Al-Ghazali dan Kritiknya Terhadap Para Sufi (Telaah Diskriptif Analitis)," *JASNA: Jurnal for Aswaja Studies* 1, no. 2 (2021)

Menurut Al-Ghazali, seseorang yang bertaubat dengan sungguh-sungguh akan berusaha membersihkan hati dari berbagai penyakit batin seperti cinta dunia, kesombongan, dan kelalaian terhadap Allah.⁶¹

2. Sabar

Menurut Al-Ghazali, sabar adalah kemampuan menahan dorongan nafsu dan tetap teguh dalam ketaatan. Jika seseorang mampu mengendalikannya, ia tergolong orang sabar (*as-sābirīn*), namun jika gagal, ia termasuk golongan setan.⁶² Al-Ghazali, sabar dibagi menjadi dua bentuk utama, yaitu sabar badan dan sabar jiwa. Sabar badan merujuk pada kemampuan seseorang untuk menanggung berbagai kesulitan fisik dan tetap teguh dalam menghadapinya, seperti rasa sakit atau kelelahan saat menjalankan ibadah. Sementara itu, sabar jiwa berkaitan dengan pengendalian diri terhadap dorongan hawa nafsu yang meliputi berbagai aspek kehidupan. Di antaranya adalah *al-'iffah* (menahan diri dari dorongan nafsu perut dan syahwat), kesabaran dalam menghadapi penderitaan seperti kesedihan, kesulitan, dan musibah, serta kesabaran ketika memperoleh kekayaan dengan mengelola diri agar tidak sompong atau berlebihan. Selain itu, sabar juga diwujudkan dalam bentuk keberanian menghadapi tantangan, kelembutan hati (*hilm*) untuk menahan amarah, lapang dada (*sa'at al-ṣadr*) dalam menghadapi

⁶¹ Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, Juz IV (Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1990)

⁶² *Ibid*, 217.

masa-masa sulit, menahan ucapan yang tidak perlu (*kitman*), menjauh dari kesenangan dunia (*zuhud*), serta menerima segala ketentuan Allah dengan penuh kerelaan (*qana'ah*).

a. Sabar yang berhubungan dengan keadaaan

Sabar dibagi menjadi dua bentuk utama, yaitu sabar badan dan sabar jiwa. Sabar badan merujuk pada kemampuan seseorang untuk menanggung berbagai kesulitan fisik dan tetap teguh dalam menghadapinya, seperti rasa sakit atau kelelahan saat menjalankan ibadah. Sementara itu, sabar jiwa berkaitan dengan pengendalian diri terhadap dorongan nafsu yang meliputi berbagai aspek kehidupan. Di antaranya adalah *al-'iffah* (menahan diri dari dorongan nafsu perut dan syahwat), kesabaran dalam menghadapi penderitaan seperti kesedihan, kesulitan, dan musibah, serta kesabaran ketika memperoleh kekayaan dengan mengelola diri agar tidak sombong atau berlebihan. Selain itu, sabar juga diwujudkan dalam bentuk keberanian menghadapi tantangan, kelembutan hati (*hilm*) untuk menahan amarah, lapang dada (*sa'at al-sadr*) dalam menghadapi masa-masa sulit, menahan ucapan yang tidak perlu (*kitman*), menjauh dari kesenangan dunia (*zuhud*), serta menerima segala ketentuan Allah dengan penuh kerelaan (*qana'ah*).⁶³

b. Sabar berdasarkan kuat dan lemahnya

⁶³ *Ibid*, 229.

Sabar dibagi menjadi tiga tingkatan. Pertama, kemampuan seseorang dalam menundukkan dorongan hawa nafsu hingga tidak tersisa kekuatan baginya untuk melawan. Tingkatan ini membutuhkan kesabaran yang berkelanjutan dan konsistensi tinggi; Kedua, mereka yang tidak mampu mengendalikan hawa nafsunya dan akhirnya menyerah pada godaan setan tanpa upaya untuk melawan. Golongan ini digolongkan sebagai orang-orang yang lalai. Ketiga, mereka yang terus berjuang melawan hawa nafsu namun terkadang mengalami kemenangan dan kekalahan secara bergantian, menunjukkan bahwa perjuangan spiritual membutuhkan keteguhan hati dan kesadaran diri yang berkesinambungan.⁶⁴

c. Sabar menurut hukumnya

Sabar dibedakan ke dalam empat jenis berdasarkan hukumnya. Pertama, sabar yang wajib, yaitu menahan diri dari segala perbuatan yang dilarang oleh agama. Kedua, sabar yang sunnah, yakni mengendalikan diri dari hal-hal yang bersifat makruh. Ketiga, sabar yang haram, yaitu ketika seseorang menahan diri terhadap sesuatu yang justru membahayakan dirinya, seperti tidak berbuat apa pun saat dirinya atau anaknya terancam bahaya. Keempat, sabar yang makruh, yaitu menerima secara pasif ketidakadilan atau tindakan zalim yang sebenarnya tidak dibenarkan oleh agama.⁶⁵

⁶⁴ *Ibid.*

⁶⁵ *Ibid*, 231.

- d. Sabar dilihat dari suatu kondisi yang menimpa seseorang
- Sabar dilihat dari kondisi yang menimpa seseorang terbagi menjadi dua, yaitu terhadap hal yang menyenangkan dan hal yang tidak menyenangkan. Sabar dalam menghadapi kenikmatan seperti kesehatan, kekayaan, jabatan, keluarga, dan kemewahan dunia justru lebih sulit dilakukan karena berpotensi menjerumuskan seseorang pada kesombongan dan kedzaliman jika tidak mampu mengendalikannya. Adapun sabar terhadap hal-hal yang tidak disukai terbagi ke dalam beberapa bentuk sesuai dengan tingkat ujian yang dihadapi.
1. Sabar berdasarkan pilihan manusia menjadi dua bentuk.

Pertama, sabar dalam ketaatan, yaitu menata niat sebelum beramal, menjaga konsistensi saat beramal, dan menghindari riya' setelahnya. Kedua, sabar dalam menjauhi maksiat, yang paling berat dilakukan ketika dosa telah menjadi kebiasaan hidup.
 2. Sabar yang tidak berkaitan langsung dengan pilihan seseorang, tetapi masih dapat ditolak, contohnya adalah ketika seseorang disakiti baik melalui ucapan maupun perbuatan. Dalam situasi seperti ini, menahan diri untuk tidak membalas justru menunjukkan kesabaran yang lebih mulia.
 3. Sabar yang berada di luar kendali manusia, baik sejak awal maupun akhirnya, contohnya adalah ketika seseorang

mengalami musibah seperti kehilangan harta, kematian, atau sakit. Jenis kesabaran ini dianggap memiliki tingkatan lebih tinggi, karena menuntut keikhlasan dalam menerima ujian dan cobaan dari Allah SWT sesuatu yang lebih sulit daripada sekadar menahan diri dari perbuatan haram.

3. Zuhud

Zuhud tidak sekadar meninggalkan dunia secara pasif, melainkan berupa sikap aktif menahan diri dari cinta dunia dan mengutamakan akhirat. Dalam karya monumentalnya *Ihya’ ‘Ulum al-Din*, ia menjelaskan bahwa hakikat zuhud adalah “berpaling dari sesuatu yang dibenci kepada sesuatu yang lebih baik; membenci dunia dan mencintai akhirat.⁶⁶ Selain itu, ia menggambarkan orang yang zuhud seperti pedagang yang rela menukar barang dagangannya ketika sudah mengetahui bahwa uang lebih menguntungkan baginya analogi ini menunjukkan bahwa iman dan akhirat lebih berharga daripada apapun yang bersifat duniawi.⁶⁷

4. Tawakal

Imam al-Ghazali menjelaskan bahwa salah satu tanda berkembangnya keyakinan tauhid dalam hati seseorang adalah munculnya sikap tawakkal, yakni menyerahkan segala urusan hidup sepenuhnya kepada Allah. Ia mengelompokkan tawakkal ke dalam

⁶⁶ Ahmad Zaini Mahmud, *Konsep Zuhud dalam Pengelolaan Enomi Islam Menurut Pandangan Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya’ ‘Ulum al-Din* (Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya, 2020), 45, <https://digilib.iain-palangkaraya.ac.id/3104>

⁶⁷ “Imam Ghazali dan Zuhud Bermedia Sosial,” *Alif.id*, diakses 11 November 2025, <https://alif.id/AX5m>

tiga tingkatan. Pertama, menyerahkan urusan seperti saat seseorang memberikan kuasa kepada wakil untuk mewakili dirinya. Kedua, menyerahkan sepenuhnya seperti anak kecil yang sepenuhnya bergantung dan hanya meminta kepada Ibunya, bahkan tanpa harus meminta, Ibunya tetap memberi. Ketiga, menyerahkan seluruh gerak dan diam layaknya jenazah yang hanya digerakkan oleh kehendak Allah.⁶⁸

5. Ridha

Ridha merupakan tingkatan spiritual yang menunjukkan kesempurnaan iman seseorang. Dalam *Ihya' Ulim al-Din*, ia menjelaskan bahwa ridha berarti ketenangan hati dalam menerima segala ketentuan Allah SWT, baik berupa nikmat maupun ujian. Seseorang yang memiliki sifat ridha tidak lagi merasa gelisah terhadap takdir, karena meyakini bahwa semua yang Allah tetapkan pasti mengandung hikmah dan kebaikan. Sikap ini bukan sekadar pasrah tanpa usaha, melainkan bentuk keyakinan bahwa kehendak Allah jauh lebih baik daripada keinginan manusia. Al-Ghazali juga membedakan antara sabar dan ridha. Jika sabar masih menahan diri dari keluhan, maka ridha adalah kondisi ketika hati benar-benar ikhlas dan tenang menghadapi setiap ujian. Ridha muncul dari pengetahuan mendalam tentang Allah, sehingga seseorang mampu mencintai segala keputusan-Nya tanpa memandang baik atau buruk dari sisi duniawi. Dengan demikian, ridha menjadi tanda

⁶⁸ *Ibid.*

kedewasaan iman, di mana seorang mukmin menerima takdir Allah dengan lapang dada dan penuh cinta.⁶⁹

Kelima tingkatan ini harus dijalani dengan cara menyendiri atau setidaknya mengasingkan diri sesaat untuk membentuk hati yang tidak melekat pada kesenangan dunia. Tasawuf menjadi sarana untuk membersihkan jiwa dan raga agar meraih kebahagiaan. Melalui ilmu dan amal berupa latihan-latihan jiwa yang menumbuhkan sifat-sifat terpuji serta menahan nafsu dari sifat-sifat tercela, jiwa menjadi suci. Proses ini dikenal dengan amalan *takhalli* (melepaskan sifat buruk), *tahalli* (menghiasi dengan sifat baik), dan *tajallī* (mendekatkan diri kepada Tuhan). Hati yang suci tersebut dapat mendekatkan diri kepada Allah, terutama jika senantiasa diiringi dengan dzikir, yaitu menyebut nama Allah SWT.⁷⁰

E. Keharmonisan Rumah Tangga

1. Konsep Keluarga Harmonis

Mengacu pada Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), keharmonisan diartikan sebagai keselarasan atau keserasian. Istilah keharmonisan berasal dari kata "harmonis," yang mengandung makna serasi dan selaras. Sebuah keluarga dapat dikatakan harmonis dan berkualitas apabila di dalamnya terdapat hubungan yang rukun, penuh kebahagiaan, tertib, disiplin, saling menghargai, memiliki sikap pemaaf, serta senantiasa berpatisipasi dan mengarahkan dalam hal-hal

⁶⁹ *Ibid*, 354.

⁷⁰ Asmaya, "Hakikat Manusia dalam Tasawuf Al-Ghazali," *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah dan Komunikasi* 12, no. 1 (2018): 123–35.

yang baik.⁷¹

Keharmonisan adalah kondisi di mana keluarga hidup dalam suasana damai, nyaman, dan saling menghormati. Dalam lingkungan keluarga, keharmonisan tercipta ketika setiap anggota saling menghargai, menjaga ketenangan, serta menciptakan hubungan yang kondusif. Salah satu kunci utama untuk mencapai keharmonisan dalam keluarga adalah komunikasi yang baik. Relasi positif antara orang tua dan anak, serta antar saudara, harus dibangun atas dasar kasih sayang, keterbukaan, kedulian, dan kepekaan terhadap perasaan satu sama lain.⁷²

2. Aspek Keharmonisan Rumah Tangga

Aspek keharmonisan dalam rumah tangga mencakup berbagai faktor yang berperan dalam menciptakan hubungan yang sehat, damai, dan penuh kebahagiaan. Berikut adalah beberapa aspek utama yang mendukung keharmonisan rumah tangga⁷³:

1. Kasih Sayang dalam Keluarga

Kasih sayang ialah salah satu kebutuhan mendasar bagi setiap manusia. Sejak lahir, seseorang memerlukan kasih sayang dari orang-orang di sekitarnya. Dalam keluarga, di mana hubungan emosional terjalin erat, kasih sayang harus senantiasa mengalir dengan baik agar tercipta suasana yang harmonis dan penuh

⁷¹ Muhammad, Aqsa. "Keharmonisan Rumah Tangga dan Pengaruhnya Terhadap Pengamalan Agama." *Jurnal Almuafida* 2, no. 1 (2017): 38.

⁷² I Wayan, *Menguntip Sarang Iblis Moral* (Bandung: Nilacakra, 2018), 35.

⁷³ Gunarsa dan Singgih, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Jakarta: Gunung Mulia, 2000), 50.

kehangatan.

2. Saling Pengertian Antar Anggota Keluarga

Pemahaman antara anggota keluarga juga sangat penting, terutama bagi remaja yang sering kali mengharapkan pengertian dari orang tuanya. Ketika setiap anggota keluarga saling memahami dan menghargai, potensi konflik dapat diminimalisir, sehingga suasana dalam rumah tetap kondusif dan nyaman.

3. Komunikasi yang Efektif dalam Keluarga

Kemampuan berkomunikasi dengan baik berperan vital menjaga keharmonisan keluarga. Jika anggota keluarga memiliki keterampilan komunikasi yang baik dan meluangkan waktu untuk berdiskusi atau berbagi cerita, maka hubungan antar mereka akan saling menguatkan dalam hubungan yang erat.

3. Pengukuran Kerhamisan Rumah Tangga.

Setiap keluarga mendambakan hubungan yang harmonis antara ayah, Ibu, dan anak. Namun, menjaga keharmonisan keluarga bukanlah perkara mudah karena ada berbagai rintangan yang bisa mengganggu jalannya rumah tangga. Banyak keluarga yang tidak berhasil mempertahankan keutuhan dan kebahagiaan bersama. Oleh karena itu, untuk mengetahui tingkat keharmonisan dalam keluarga, ada sejumlah aspek penting yang harus diperhatikan, di antaranya:

1. Landasan keagamaan,

Keluarga yang kokoh selalu menjadikan agama sebagai aspek fundamental dalam menjaga keharmonisan dan kebahagiaan.

Kedekatan dengan Tuhan membentuk karakter anggota keluarga, menciptakan ketenangan batin, stabilitas emosi, serta memperkuat rasa cinta dan kasih sayang.⁷⁴

2. Saling menyayangi

Rasa saling menyayangi menjadi elemen penting dalam menciptakan kebahagiaan dan keharmonisan dalam keluarga. Meskipun bukan satu-satunya faktor penentu, cinta tetap memiliki peran signifikan dalam membangun rumah tangga yang kuat dan langgeng.⁷⁵

3. Menjaga komitmen

Keluarga yang bahagia dan harmonis dibangun di atas komitmen yang kuat. Keteguhan dalam berkomitmen membantu menghindari campur tangan pihak luar dalam kehidupan keluarga. Dengan komitmen yang terjaga, tujuan utama dalam membangun keluarga dapat dicapai bersama oleh seluruh anggota keluarga.⁷⁶

4. Bersikap realistik

Dalam kehidupan berkeluarga, tidak semua harapan dapat berjalan sesuai dengan yang dibayangkan sebelumnya. Keluarga yang harmonis adalah keluarga yang mampu beradaptasi dengan realitas kehidupan, tetapi bertindak secara rasional, namun tetap memiliki semangat dan harapan untuk mencapai tujuan bersama di

⁷⁴ Husaini, R. “Hubungan antara Religiusitas dengan Keharmonisan Keluarga pada Ibu Rumah Tangga di Yayasan Madinatul Quran.” *Jurnal P3K* 2, no. 1 (2020).

⁷⁵ Marisa, C. “Gambaran Keharmonisan Keluarga Ditinjau dari Peran Kasih Sayang.” *Jurnal Pendidikan IPS* 3, no. 1 (2021).

⁷⁶ Yudani, A. F. “Program ‘SUPER’ untuk Meningkatkan Komitmen dalam Pernikahan.” *Gama Jurnal Psikologi Pendidikan dan Profesi* 5, no. 2 (2019).

masa depan.⁷⁷

4. Dasar Hukum Keharmonisan Rumah Tangga

Dasar hukum keharmonisan dalam rumah tangga berlandaskan pada konsep pernikahan yang bertujuan untuk membangun kehidupan yang sakinah, mawaddah, wa rahmah, yaitu rumah tangga yang dipenuhi dengan ketenteraman, cinta, dan kasih sayang. Dasar-dasar hukum yang mendukung keharmonisan rumah tangga berdasarkan Al-Qur'an, antara lain:

وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلَيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ
وَيَنْهَا عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقْيِمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكُوَةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ
وَرَسُولَهُ أَوْلَئِكَ سَيِّرَ حَمْهُمُ اللَّهُ أَنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ

Dan orang-orang yang beriman, laki-laki dan perempuan, sebagian mereka menjadi penolong bagi sebagian yang lain. Mereka menyuruh (berbuat) yang makruf, dan mencegah dari yang mungkar, melaksanakan sholat, menunaikan zakat, dan taat kepada Allah dan Rasulnya. Mereka akan diberi rahmat oleh Allah. Sesungguhnya, Allah maha perkasa, Maha bijaksana. (Q.S. At-Taubah(9):71⁷⁸

وَمِنْ أَيْتَهُ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتُسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ
مَوَدَّةً وَرَحْمَةً أَنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَتٍ لِقَوْمٍ يَتَّقَرَّبُونَ

Diantara tanda-tanda kebesaran Allah ia menjadikan untukmu

⁷⁷ M. N. Ali, "Membina Komunikasi Keluarga pada Pasangan Suami Istri," *Taqnин: Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam* 6, no. 2 (2022).

⁷⁸ Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an Per-Ayat: Surah At-Taubah (9):71, 2025, diakses 28 November 2025, <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/9?from=71&to=7>.

pasangan hidup supaya kamu menemukan ketenangan padanya dan menjadikan di antaramu rasa cinta dan kasih sayang. Yang demikian merupakan tanda-tanda bagi kaum yang berfikir. (Q.S. Ar-Rum (30):21⁷⁹

وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَرْوَاحًا وَجَعَلَ لَكُم مِّنْ أَرْوَاحِكُمْ بَنِينَ وَحَدَّةً

وَرَزَقَكُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ أَفَإِلْبَاطِلِ يُؤْمِنُونَ وَبِنِعْمَتِ اللَّهِ هُمْ يَكْفُرُونَ

Dan Allah menjadikan bagimu pasangan (suami atau istri) dari jenis kamu sendiri dan menjadikan anak dan cucu bagimu dari pasanganmu, serta memberikan rezeki dari yang baik. Mengapa mereka beriman kepada yang batil dan mengingkari nikmat Allah. (Q.S. Al-Nahl (16); 72⁸⁰

Keharmonisan dalam rumah tangga tidak terlepas dari peran aktif suami dan istri dalam membangun hubungan yang didasari oleh nilai-nilai Islam. Dengan menerapkan prinsip saling menolong, menciptakan ketenteraman, serta bersyukur atas anugerah Allah, rumah tangga akan menjadi tempat yang penuh keberkahan dan kebahagiaan. Oleh karena itu, dalam menghadapi berbagai ujian dalam kehidupan berumah tangga, setiap pasangan harus kokoh pada prinsip Al-Qur'an serta senantiasa berusaha untuk memperkuat ikatan kasih sayang dan keimanan di antara mereka.⁸¹

⁷⁹ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Per-Ayat: Surah Ar-Rum (30):21*, 2025, diakses 28 November 2025, <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/30?from=21&to=21>.

⁸⁰ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Per-Ayat: Surah An-Nahl (16):72*, 2025, diakses 28 November 2025, <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/16?from=72&to=72>.

⁸¹I. Yulisa dan R. D. P. Johar, "Peran Tanggung Jawab Suami dan Istri dalam Membangun Keluarga Harmonis Perspektif Hukum Keluarga Islam," *Jurnal Hukum Keluarga* 8, no. 2 (2024): 101–115..

5. Faktor yang Mempengaruhi Keharmonisan Pasangan Tanpa Anak

Keharmonisan dalam rumah tangga merupakan aspek penting yang harus dijaga oleh setiap pasangan, termasuk pasangan yang belum atau tidak memiliki anak. Meskipun anak sering dianggap sebagai pelengkap kebahagiaan dalam pernikahan, banyak pasangan yang tetap dapat membangun kehidupan yang harmonis meskipun tanpa keturunan.

⁸² Terdapat unsur penting yang perlu dipahami dan diterapkan agar hubungan suami istri tetap terjaga serta menciptakan keluarga yang harmonis. Unsur-unsur ini berperan dalam membangun fondasi yang kuat bagi pernikahan dan memastikan hubungan tetap harmonis serta langgeng, antara lain: ⁸³

1) Komitmen yang Kuat

Suami dan istri harus memiliki niat serta tekad untuk tetap bersatu dan mempertahankan pernikahan. Dengan adanya komitmen ini, mereka akan berusaha menghindari perkataan atau tindakan yang mengarah pada perpisahan, apa pun situasi yang dihadapi. Pernikahan tidak sekedar tentang memiliki anak, melainkan tentang membangun kehidupan bersama yang penuh kasih sayang, pengertian, dan kebersamaan. Pasangan yang memahami tujuan utama pernikahan adalah menciptakan hubungan yang sakinah,

⁸² Y. Arief, T. Tulab, N. A. Diyati, dan D. Y. Yurista, “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keharmonisan Rumah Tangga Muslim di Jawa Tengah,” *ADHKI: Journal of Islamic Family Law* 5, no. 1 (2023): 17–30.

⁸³ F. Isaacs, “The Art of Loving and Living Together,” *Journal of Family Relations* 51, no. 2 (2002): 129–137, diakses 28 November 2025, <https://www.jstor.org/stable/585935>.

mawaddah, wa rahmah (ketenteraman, cinta, dan kasih sayang) akan lebih mudah menerima keadaan dan tetap menjaga keharmonisan.

2) Komunikasi yang Efektif

Hubungan rumah tangga yang harmonis tergantung pada kualitas komunikasi antara suami dan istri, karena komunikasi yang efektif merupakan kunci utamanya. Pasangan yang terbuka dalam berbagi perasaan, harapan, dan kekhawatiran mereka dapat menghindari kesalahpahaman dan konflik yang tidak perlu. Dengan komunikasi yang efektif, pasangan mampu saling mengerti serta memberi dukungan timbal balik dalam menghadapi tantangan kehidupan.

3) Dukungan Emosional dan Psikologis

Ketiadaan anak dapat menjadi ujian emosional bagi sebagian pasangan. Oleh karena itu, dukungan emosional dari pasangan sangat penting untuk menjaga kestabilan rumah tangga. Suami dan istri harus mampu memberikan penguatan moral serta membangun rasa percaya diri satu sama lain agar tidak merasa kurang atau tidak lengkap dalam pernikahan.

4) Kemampuan Menghadapi Rintangan dan Kesulitan

Setiap pasangan akan menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan pernikahan. Kesabaran, introspeksi diri, dan dukungan satu sama lain akan membantu mereka mengatasi kesulitan dengan lebih bijaksana dan memperkuat ikatan keluarga. Dalam kehidupan rumah tangga, konflik tidak terelakkan. Namun, pasangan yang

harmonis dapat menyelesaikan perbedaan pendapat dengan sikap tenggang rasa dan kompromi, sehingga konflik tidak berlarut-larut dan tidak merusak hubungan.

5) Hubungan Intim yang Sehat

Kehidupan seksual yang harmonis menjadi salah satu faktor penting dalam menjaga hubungan suami istri. Kesadaran untuk menjaga keintiman dapat memperkuat ikatan emosional dan memperdalam rasa cinta dalam pernikahan.

6) Aktivitas Bersama yang Bermakna

Ketiadaan anak tidak berarti kehidupan rumah tangga menjadi kosong atau membosankan. Pasangan dapat mengisi waktu mereka dengan aktivitas bersama yang bermanfaat, seperti bepergian, menjalankan hobi bersama, aktif dalam kegiatan sosial, atau mengembangkan keterampilan baru. Aktivitas- aktivitas ini dapat mempererat hubungan dan menciptakan kebahagiaan dalam pernikahan.

7) Kemampuan Menyesuaikan Diri

Pasangan suami istri harus dapat menyesuaikan diri dengan perbedaan yang ada, baik dalam sikap, minat, kebiasaan, maupun pandangan hidup. Sikap toleransi dan saling menghargai menjadi kunci dalam menciptakan keharmonisan rumah tangga.⁸⁴

Jika pasangan memahami dan menghayati kesadaran ini, konflik dan perceraian dapat diminimalkan, sementara kenyamanan dan

⁸⁴ Jamaluddin Ancok, *Psikologi Islami* (Jakarta: Pustaka Pelajar, 2005), 154.

kebahagiaan dalam rumah tangga terjaga. Keutuhan keluarga membutuhkan komitmen bersama serta kesanggupan menjalankan hak dan kewajiban masing-masing. Dengan komunikasi yang baik dan penyelesaian konflik yang bijaksana, rumah tangga dapat tetap harmonis dan bahagia.