

BAB II TEORI KONSELING PERNIKAHAN

A. Teori Konseling Pernikahan.

1. Pengertian, tujuan dan latar belakang diperlukannya konseling pernikahan.

Secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa Latin, yakni “*consilium*” yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”. Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari kata “*sellan*” yang berarti “menyerahkan” atau “menyampaikan” (Prayitno & Amti, 2004: 99).¹

Konseling yang dalam bahasa Inggris disebut dengan istilah *counseling*, kadang-kadang juga diterjemahkan dengan penyuluhan. Menurut penyusun, penggunaan istilah penyuluhan nampaknya kurang begitu sesuai karena biasanya di dalam penyuluhan keaktifan hanya dari satu arah, yakni dari penyuluh. Sementara konseling menuntut adanya keaktifan dari dua arah, baik dari konselor maupun dari konseli, bahkan dalam konseling keaktifan harus lebih banyak dari konseli, di mana konselor hanya membantu konseli agar dapat menyelesaikan masalahnya secara mandiri dengan pilihan-pilihan yang ada (Walgito, 2004: 3-4).

Menurut Gladding, konseling adalah hubungan pribadi antara konselor dengan klien atau konseli. Dalam hubungan pribadi tersebut,

¹ Penjelasan lebih lanjut mengenai rumusan konseling dari beberapa pakar konseling dapat dilihat dalam bukunya Prayitno & Amti, E., 2004: 99-106).

konselor membantu konseli untuk memahami diri sendiri di setiap keadaan, baik sekarang maupun di masa yang akan datang. Konseli dapat menggunakan potensi-potensi yang dimilikinya untuk kesejahteraan pribadi maupun masyarakat (Kertamuda, 2009: 2).

Dilihat dari perkembangan istilah, sebenarnya pada mulanya yang digunakan adalah istilah *guidance* (bimbingan), dan istilah tersebut digunakan dalam hal bimbingan pekerjaan (*vocational guidance*). Dalam perkembangan selanjutnya bimbingan tidak hanya dalam masalah pekerjaan, melainkan juga menyangkut masalah emosional, padahal yang lebih tahu emosi seseorang adalah orang tersebut bukan konselor, sehingga digunakan istilah *counseling* (konseling) (Walgito, 2004: 4-5).

Konseling diartikan sebagai bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah dengan interview (Walgito, 2004: 6). Fatchiah E. Kertamuda (2009:2) menjelaskan, bahwa konseling adalah hubungan yang direncanakan antara seorang konselor dengan seorang agar konseli dapat memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya serta dapat mengembangkan potensipotensi yang ada dalam dirinya.

Sementara, konseling pernikahan diartikan sebagai terapi untuk pasangan suami-istri. Adapun 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: 128).

Tujuan konseling pernikahan/keluarga menurut Corey (1990) adalah agar setiap pasangan suami-istri atau anggota keluarga mampu melakukan hal-hal sebagai berikut : (Kertamuda, 2009: 124-125)

- a. Dapat belajar mempercayai satu sama lain.
- b. Mencapai pengetahuan diri (*self knowledge*) dan mengembangkan keunikan yang ada dalam diri masing-masing.
- c. Meyakini bahwa setiap orang memiliki kebutuhan dan masalah yang biasa dan mengembangkan rasa kebersamaan.
- d. Meningkatkan penerimaan diri (*self acceptance*), kepercayaan diri (*self confidence*), rasa hormat pada diri (*self respect*), sehingga dapat mencapai pandangan dan pemahaman baru tentang diri.
- e. Menemukan alternative dalam mengatasi masalah-masalah perkembangan dan pemecahan terhadap konflik-konflik.
- f. Meningkatkan pengarahan diri (*self dirention*), kemandirian, tanggungjawab terhadap anggota satu dengan yang lainnya.
- g. Menjadi peduli dengan pilihan-pilihan dari setiap anggota dalam keluarga dan dapat membuat pilihan yang bijaksana.
- h. Membuat rencana khusus untuk perubahan perilaku dan berkomitmen kepada anggota keluarga atau pasangan agar rencana dapat terlaksana sesuai dengan yang diharapkan.
- i. Belajar lebih efektif tentang kemampuan sosial.

- j. Menjadi lebih sensitive terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain.
- k. Belajar menghadapi masalah dengan baik, perhatian, jujur dan langsung.
- l. Menjauhi harapan yang berasal dari orang lain dan belajar untuk dapat hidup dengan harapan yang ada dalam diri sendiri.
- m. Menjelaskan nilai-nilai yang dimiliki dan bagaimana nilai tersebut dapat dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan.

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: 125).

Ada beberapa hal yang melatarbelakangi diperlukannya konseling pernikahan, sebagai berikut : (Walgito, 2004: 7-9).

- a. Masalah perbedaan individu.

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.

b. Masalah kebutuhan individu.

Manusia merupakan makhluk hidup yang mempunyai kebutuhan tertentu. Kebutuhan merupakan pendorong munculnya tingkah laku manusia. Sehingga tingkah laku manusia ditujukan untuk memenuhi kebutuhannya. Sementara, perkawinan juga merupakan suatu usaha untuk memenuhi kebutuhan manusia. Namun kadang-kadang ditemukan pasangan suami-istri tidak tahu harus berbuat apa dan bagaimana caranya. Maka dalam hal ini pasangan tersebut membutuhkan bantuan dari orang lain atau konselor.

c. Masalah perkembangan individu.

Manusia merupakan makhluk yang berkembang dari masa ke masa, sehingga terjadi perubahan-perubahan dalam diri manusia tersebut. Dalam mengarungi perkembangan ini, kadang-kadang seseorang mengalami hal-hal yang tidak dimengertinya, hususnya yang berkaitan dengan hubnungan antara pria dan wanita dalam sebuah pernikahan. Maka bantuan dari orang yang ahli dalam konseling pernikahan menjadi sangat berarti.

d. Masalah latar belakang sosio-kultural.

Perubahan keadaan menimbulkan banyak perubahan dalam kehidupan masyarakat, seperti perubahan social, ekonomi, politik, budaya, nilai dan seterusnya. Kondisi demikian tentunya sedikit banyak akan mempengaruhi kehidupan seseorang dalam masyarakat, 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.

Berangkat dari uraian di atas, semua itu akan menyangkut masalah penyesuaian diri. Bagi seseorang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik dengan lingkungan atau pasangannya, tentu membutuhkan bantuan konseling agar dapat menyesuaikan diri dengan pasangan atau lingkungannya secara baik.

2. Prosedur konseling Pernikahan/keluarga.

Prosedur untuk memberikan konseling pernikahan/keluarga perlu memperhatikan beberapa faktor, yakni : (Keramuda, 2009: 123)

a. 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.

b. Mempergunakan informasi yang telah dimiliki. Setelah data-data yang dibutuhkan diperoleh, langkah selanjutnya adalah beberapa pertanyaan yang terkait dengan data/informasi tersebut :

- 1). Gambaran seperti apa yang ada dalam keluarga tersebut ?
 - 2). Apa yang menjadi kekuatan dari keluarga tersebut ?
 - 3). Apa yang menjadi masalah utama dalam keluarga tersebut ?
 - 4). Bagaimana mereka mengatasi masalah tersebut ?
 - 5). Siapa yang memiliki pengaruh kuat dalam keluarga tersebut ?
 - 6). Bagaimana keluarga tersebut mendapat perolongan ketika ada masalah ?
 - 7). Apa yang sebaiknya tidak dilakukan oleh konselor dalam kasus ini?
 - 8). Kesalahpahaman apa yang dilakukan oleh orang yang pernah menolong keluarga tersebut ?
- c. 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.
3. Pendekatan dan teknik konseling pernikahan/keluarga.

Islam mengajarkan kepada umatnya jika terjadi perselisihan dalam sebuah keluarga agar menunjuk atau mengangkat juru penengah atau *hakam*, sebagaimana dijelaskan dalam QS. An-Nisa' (4) : 35 (sebagaimana telah penyusun kemukakan di awal bab ini), dengan maksud agar permasalahan dan perselisihan yang terjadi segera ditemukan solusinya, sehingga keluarga tetap utuh, tenteram dan penuh kedamaian, sebagaimana yang dicita-citakan semua pasangan suami-istri. Sebab

kehancuran sebuah keluarga akan berpengaruh kepada mental anak-anak yang dihasilkannya, memutus tali silaturahmi di antara kedua keluarga besar dari pasangan tersebut, bahkan tidak menutup kemungkinan berpengaruh kepada lingkungan masyarakat sekitarnya.

Maka dari itu, dengan diangkatnya *hakam* diharapkan kehancuran sebagaimana dijelaskan di atas dapat diantisipasi, dihindari dan atau dicegah. Apalagi jika permasalahan keluarga tersebut sudah sedemikian rumit, langkah awal yang harus diperhatikan adalah mencari kemaslahatan bagi manusia. Artinya, apabila terdapat peselisihan dan pertengkarannya suami-istri yang mengkhawatirkan dan harus dicegah, maka langkah ini yang harus ditempuh. Hal ini sesuai dengan kaidah ushul fiqh yang berbunyi :

درء المفاسد مقدم علي جلب المصالح²

Artinya: Menghindari kerusakan adalah lebih didahulukan daripada mendatangkan kemaslahatan.

Apa yang dapat dipahami dari konsep *hakam* yang ditawarkan oleh Islam, sebagaimana dijelaskan di atas, adalah bahwa Islam sebagai ajaran yang menganjurkan pernikahan juga memberikan solusi penyelesaian masalah apabila dalam perjalanannya sebuah pasangan suami-istri menemukan permasalahan dan perselisihan dalam keluarganya. Ibarat seseorang disuruh berlayar di laut, juga dibekali pelampung jika dalam perjalanannya kapalnya bocor atau bahkan rusak diterjang badai.

² Jalal ad-Din Rahman as-Suyuti, *al-Asybah wa an-Nazair*, Beirut: Dar al-Fikr, 1996, hal. 117.

Menangani masalah keluarga tidak bisa dilakukan dengan setengah-setengah, melainkan harus dilakukan dengan serius dan hati-hati. apabila sudah muncul atau ditemukan permasalahan dalam keluarga, meskipun masalah kecil, langkah tepat yang harus segera dilakukan adalah segera dicarikan solusi pemecahannya, jangan sampai masalah menumpuk tanpa ada upaya menyelesaikan permasalahan tersebut. Selain itu, yang harus diingat adalah segera diupayakan tercapainya *ishlah* (damai), meskipun keputusan akhirnya adalah perceraian. Hal ini dikarenakan apabila perselisihan dan pertengkaran antara suami-istri dibiarkan berkepanjangan, tanpa ada pihak yang berusaha mendamaikan, sangat dikhawatirkan akan mendatangkan kemudharatan yang lebih besar bagi masing-masing pihak.

Menurut Gladding (1992) terdapat 5 pendekatan yang dapat digunakan dalam konseling pernikahan sebagai berikut : (Kertamuda, 2009: 128-137)

a. 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 dijalannya (Kertamuda, 2009: 128-130).

Teknik-teknik yang digunakan dalam system ini antara lain adalah :

- 1). Dalam proses konseling, setiap individu atau pasangan diharapkan memiliki konsep diri positif, sehingga tidak menimbulkan kecemasan pada saat interaksi berlangsung.
- 2). 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).

- b. Teori Psikoanalisis (*psychoanalysis theory*). 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 :
(Kertamuda, 2009: 131).

- 1). Melepaskan anggota keluarga dari ketidaksadaran, sehingga mereka mampu berinteraksi antarsatu dengan yang lain secara sehat.
- 2). Melakukan *long term therapy*, meskipun seringkali dihadapkan pada keputusan yang kritis melalui gejala-gejala penurunan sebagai kunci dalam *family therapy*.
- 3). Menekankan pada perbedaan dan kemandirian.
- 4). Membantu keluarga membentuk dan belajar untuk melepaskan satu dengan yang lain dengan cara memberikan kesempatan untuk setiap anggota keluarga mandiri.
- 5). Membantu anggota keluarga mengatasi perasaan yang irasional, tidak produktif, rasa bersalah, dan menjaga kekuatan setiap orang

agar mampu meningkatkan dirinya.

Di bawah ini adalah beberapa teknik yang dapat digunakan dalam konseling pernikahan dengan pendekatan psikoanalisis, sebagai berikut : (Kertamuda, 2009: 131-132).

- 1). Interpretasi, merupakan teknik yang dipergunakan untuk menganalisis poin-poin, menjelaskan dan menyampaikan arahan-arahan tentang makna dari perilaku yang ditunjukkan melalui manifestasi mimpi, asosiasi bebas, perlawanan (*resistances*), serta interpretasi terhadap hubungan terapeutik yang terjalin antara konseli dengan konselor. Fungsi dari interpretasi adalah untuk memperkenalkan ego agar dapat berasimilasi dengan hal-hal yang baru serta untuk mempercepat proses pengungkapan terhadap penyebab ketidaksadaran. Interpretasi di dalamnya mencakup mengidentifikasi, mengklarifikasi, dan menterjemahkan apa yang dimaksud oleh pasangan yang sedang bermasalah.
- 2). Analisis mimpi, merupakan prosedur yang penting untuk mengungkap ketidaksadaran dan memberikan *insight* kepada konseli di banyak area yang menimbulkan masalah. Freud menjelaskan bahwa mimpi adalah sebagai jalan yang mudah menuju ketidaksadaran, sehingga keinginan, kebutuhan, dan ketakutan dapat ditekan. Teknik dapat membantu konseli dalam mengeksplorasi apa yang menjadi keinginannya.
- 3). *Analysis of resistance*, merupakan cara konselor memberikan

konseling kepada konseli dengan menganalisis atau menginterpretasi berbagai ide, sikap, perasaan atau aksi dari konseli yang berupa perlawanan, yang dilakukan dengan kesadaran atau ketidaksadaran. Teknik ini bertujuan membantu pasangan yang bermasalah agar menyadari alasan-alasan perlawanannya sehingga mereka dapat mengatasi masalahnya.

- 4). *Transference*, merupakan teknik yang terjadi pada saat proses konseling, dimana salah satu pasangan diminta mengekspresikan perasaan, keyakinan, dan keinginan yang tersembunyi di alam bawah sadarnya, termasuk pengalaman masa lalunya.
- 5). Memahami terhadap latar belakang dan masa lalu setiap pasangan. Hal ini penting untuk dipahami oleh konselor maupun pasangan itu sendiri, karena latar belakang dan masa lalu setiap pasangan tentunya berbeda satu dengan yang lainnya.
- 6). Memahami sejarah hubungan pernikahan, merupakan faktor penting untuk melihat atas dasar apa pernikahan dilakukan, bagaimana bentuk, masalah yang dihadapi, dan bagaimana cara pasangan tersebut mengatasi masalah pernikahan yang terjadi.

- c. Teori Pembelajaran Sosial (*social learning theory*). Teori ini merupakan salah satu bentuk teori yang berdasarkan pada 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: 133).

Menurut Gladding (1992) Terdapat 3 karakteristik dari teori Teori Pembelajaran Sosial, sebagai berikut : (Kertamuda, 2009: 134).

- 1). Keluarga sebagai suatu budaya yang kecil dan personal.
- 2). Keluarga sebagai sumber dari perubahan sistem.
- 3). Keluarga merupakan tempat dalam menciptakan hubungan.

Adapun teknik-teknik dalam teori ini, antara lain sebagai berikut :

- 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.
- Pengamatan (*observations*). Teknik ini dilakukan oleh konselor untuk meyakinkan kebenaran informasi yang telah disampaikan oleh masing-masing pasangan tersebut.
- Peningkatan komunikasi melalui latihan dan training (*communicaton 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.

- Kontrak/perjanjian (*contracting*), yakni melakukan tugas-tugas dalam rumah tangga secara bersama-sama dengan perjanjian/kontrak yang telah disepakati masing-masing pasangan.
- Tugas/pekerjaan rumah (*homework assignments*), dilakukan oleh masing-masing pasangan sebagai bahan pembelajaran dan latihan yang didasarkan pada kontrak yang telah disepakati bersama.

d. Teori Struktural dan Strategi (*structural strategic theory*). 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: 135-136).

Teknik-teknik yang digunakan dalam teori ini antara lain adalah; *relabeling* (memberikan perspektif baru pada perilaku), *paradoxing* (*insisting on just the 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: 136).

- e. Teori 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: 136-137).

Terdapat 2 (dua) teknik yang digunakan dalam teori emotif rasional, yakni metode kognitif dan metode emosi. Dalam metode kognitif

terdiri atas ;

- *Disputing irrational beliefs* (perselisihan keyakinan yang irasional). Metode ini digunakan oleh konselor agar dapat memahami perselisihan tersebut dan mengarahkan pasangan untuk dapat memanfaatkannya sebagai tantangan pada kehidupan mereka.
- *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.
- *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.

4. Teknik Dasar Konseling Pernikahan

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: 152-161).

- a. 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.
- b. 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.³
- c. Menggali lebih dalam (*probing*). Artinya teknik ini merupakan respons konselor atas apapun yang telah disampaikan oleh konseli, dimana konselor

³ Penjelasan lebih lanjut lihat dalam Kertamuda, Fatchiah E., 2009, *Konseling Pernikahan untuk Keluarga Indonesia*, Cetakan I, Jakarta: Salemba Humanika, hal. 153-154.

perlu menggali lebih dalam atas masalah tersebut. Sebaiknya *probing* dilakukan dengan cara yang lunak tetapi tegas namun tidak memaksa.

- d. 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.
- e. 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.
- f. 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.
- g. 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*).

- h. Memantulkan (*reflecting*). Artinya konselor mengekspresikan kembali hal-hal yang telah dinyatakan atau diutarakan oleh konseli kepada konselor. Refelksi 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.⁴
- i. Keterbukaan diri (*self disclosure*), merupakan sifat pribadi yang penting, dan merupakan teknik yang penting dalam konseling, di mana konselor harus terbuka menyampaikan pengalaan pribadinya yang berkaitan dengan masalah tersebut. Teknik akan membantu meningkatkan kepercayaan konseli terhadap konselor, sehingga terjadi komunikasi yang terbuka diantara keduanya.

B. Konselor dalam Pernikahan

Konselor Pernikahan sebagai sebuah profesi penolong terhadap pasangan suami-istri memiliki peran yang sangat penting dan strategis dalam rangka menciptakan suasana yang kondusif bagi pasangan tersebut. Namun profesi ini belum banyak berkembang -dengan berbagai faktor yang menyebabkannya-, sehingga profesi ini masih belum mendapatkan perhatian serius dari masyarakat luas. Terlebih di Indonesia, profesi konselor yang menangani khusus pernikahan masih sangat terbatas. Hal demikian merupakan tantangan besar bagi konselor pernikahan agar mampu menjalankan perannya dalam membantu pasangan suami-istri yang sedang bermasalah. Oleh karena itu, konselor pernikahan perlu memiliki kriteria tertentu, sehingga penanganan keluarga bermasalah berjalan sesuai dengan yang diharapkan, yakni

⁴Pembahasan lebih lanjut baca bukunya Kertamuda, Fatchiah E., 2009, *Konseling Pernikahan untuk Keluarga Indonesia*, Cetakan I, Jakarta: Salemba Humanika, hal. 158).

profesional. Di bawah ini akan penyusun bahas beberapa hal, diantaranya adalah syarat-syarat menjadi konselor, kompetensi konselor, profil konselor, peran konselor dalam pernikahan, dan tips bagi konselor ketika menghadapi konseli.

1. Syarat-syarat menjadi konselor.

Berikut beberapa syarat yang harus dimiliki oleh seorang konselor diantaranya : (Kertamuda, 2009: 164-165)

- a. Berdasarkan Peraturan Mendiknas RI Nomor 27/2008 tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor menyebutkan bahwa pembentukan kompetensi akademik konselor ini merupakan proses pendidikan formal jenjang S-1 bidang Bimbingan dan Konseling dengan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).
- b. Seorang konselor hendaklah orang yang beragama dan mengamalkan dengan baik keimanan dan ketakwaannya sesuai dengan agama yang dianutnya.
- c. Konselor sedapat-dapatnya mampu mentransfer kaidah-kaidah agama secara garis besar yang relevan dengan masalah konseli.

2. Kompetensi konselor.

Berdasarkan Peraturan Pemerintah RI Nomor 19/2005, seorang konselor dalam menjalankan tugas dan kewajibannya setidaknya harus memiliki 4 kompetensi, yakni kompetensi pedagogis, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi professional, sebagaimana

akan penyusun jelaskan di bawah ini (Kertamuda, 2009: 165).

Penjelasan mengenai 4 kompetensi di atas dapat dilihat dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional RI Nomor 27/2008 tentang Standar Kualifikasi dan Kompetensi Konselor, sebagai berikut : (Kertamuda, 2009: 166-171).

a. Kompetensi Pedagogis.

Kompetensi pedagogis di dalamnya terdapat beberapa hal diantaranya adalah sebagai berikut:

- 1) Menguasai teori dan praktik pendidikan.
- 2) Mengaplikasikan perkembangan fisiologis dan psikologis serta perilaku konseling.
- 3) Menguasai esensi pelayanan bimbingan dan konseling dalam jalur, jenis dan jenjang satuan pendidikan.

b. Kompetensi kepribadian.

Kompetensi kepribadian yang dimiliki konselor adalah sebagai berikut:

- 1) Beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- 2) Menghargai dan menjunjung tinggi nilai-nilai kemanusiaan, individualitas dan kebebasan memilih.
- 3) Menunjukkan integritas dan stabilitas kepribadian yang kuat.
- 4) Menampilkan kinerja berkualitas tinggi

c. Kompetensi sosial.

Konselor memiliki kompetensi sosial sebagai berikut:

- 1) Mengimplementasikan kolaborasi interval di tempat bekerja.
 - 2) Berperan dalam organisasi dan kegiatan profesi bimbingan dan konseling.
 - 3) Mengimplementasikan kolaborasi antar profesi.
- d. Kompetensi profesional.

Konselor harus memiliki kompetensi profesi seperti berikut ini:

- 1) Menguasai konsep dan praktis asesmen untuk memahami kondisi, kebutuhan dan masalah konseling.
- 2) Menguasai kerangka teoritis dan praktis bimbingan dan konseling.
- 3) Merancang program bimbingan dan konseling.
- 4) Mengimplementasikan program bimbingan dan konseling yang komprehensif.
- 5) Menilai proses dan hasil kegiatan bimbingan dan konseling.
- 6) Memiliki kesadaran dan komitmen terhadap etika profesional.
- 7) Menguasai konsep dan praktis penelitian dalam bimbingan dan konseling.

3. Profil konselor

Konselor adalah seorang terapis yang menjadi model terhadap kepedulian dalam membantu konseli-konselinya. Maka dari itu, konselor diharapkan memiliki kualitas personal dan karakteristik, diantaranya sebagai berikut : (Kertamuda, 2009: 172-174).

- a. Identitas diri konselor. Maksudnya konselor memahami siapa dirinya, apa kemampuan yang dimiliki, apa yang diinginkannya dalam hidup,

dan apa yang dianggap penting. Konselor harus menguasai berbagai teori konseling pernikahan/keluarga, sehingga dapat membantu konseli secara efektif-efisien.

- b. Respek dan menghargai dirinya sendiri. Artinya dapat memberikan bantuan, cinta, harga diri, dan kekuatan untuk diri sendiri. Konselor yang sukses adalah konselor yang dapat mengatasi dirinya ketika dilanda kejenuhan (*burn out*) seperti menjadi sangat emosional, atau penurunan secara drastic kesehatan fisik.
- c. Konselor mampu mengakui dan menerima kekuatan yang ada pada dirinya. Maksudnya konselor merasa mampu bahwa orang lain dapat merasakan kekuatannya, dan menggunakan kekuatannya untuk membantu konseli.
- d. Konselor mampu bertoleransi terhadap perbedaan. Artinya konselor menyadari bahwa setiap individu berbeda dan dapat dipercaya.
- e. Konselor mampu mengembangkan gaya dan cara dalam memberikan konseling. Artinya konselor memiliki kekhasan dalam mengekspresikan serta dapat mengembangkan ide dan teknik-teknik yang ada. Konselor yang efektif dapat menyesuaikan teknik-teknik konseling dengan kebutuhan konseli.
- f. Semangat hidup. Maksudnya konselor memiliki keaktifan, memiliki pandangan yang positif terhadap kehidupan dan memiliki energi yang cukup untuk memberikan konseling terhadap konseli.
- g. Asli, tulus dan jujur. Maksudnya konselor tidak bersembunyi di balik

topeng, membela diri, peran yang kaku dan menutupi kelemahan. Kemauan atau niat yang tulus untuk dapat menolong orang lain merupakan syarat penting lain yang harus dimiliki oleh konselor.

- h. Konselor memiliki *sense of humor*. Maksudnya konselor mampu menempatkan kehidupannya dan menyadari bahwa mereka perlu ceria, tertawa agar mampu melihat permasalahan sesuai dengan perspektif yang ada.
- i. Konselor mengakui bila melakukan kesalahan. Maksudnya sebagai manusia konselor juga tidak luput dari kesalahan, maka konselor harus segera minta maaf kepada konseli.
- j. Konselor menghargai perbedaan budaya. Maksudnya konselor menghargai beragamnya budaya, dan nilai-nilai yang diyakini oleh orang yang berbeda budaya. Konselor juga peka terhadap keunikan yang terkait dengan kelas sosial, ras dan gender.

Menurut Corey (1990), selain beberapa kualitas personal dan karakteristik di atas, konselor juga sebagai pemimpin dalam mengarahkan proses konseling yang sedang berlangsung. Maka dari itu, untuk memimpin proses tersebut diperlukan beberapa karakteristik personal, diantaranya sebagai berikut : (Kertamuda, 2009: 174-175)

- a. Kehadiran (*presence*). Maksudnya suasana emosional dalam proses konseling terjadi dari kebahagiaan menjadi penderitaan yang dialami konseli. Kehadiran konselor juga dapat diartikan bahwa konselor “ada” bersama mereka melalui perhatian yang tulus dan mendukung mereka

secara psikologis.

- b. Kekuatan pribadi (*personal power*). Maksudnya konselor hendaknya memiliki kepercayaan diri dan pengaruh yang kuat, sehingga mampu mengarahkan konseli ke arah yang diharapkan.
- c. Keberanian (*Courage*). Maksudnya konselor menyadari kebutuhan anggota agar menunjukkan keberaniannya dalam berinteraksi dengan pasangannya.
- d. *Willingness to confront one self*. Artinya konselor harus memiliki kemampuan agar dapat membuat konseli menyadari dirinya. Misalnya bagaimana agar pasangan jujur terhadap dirinya sendiri tentang apa yang dirasakan dan dipikirkannya.
- e. *Belief in group process and antusiasme*. Maksudnya konselor memberikan keyakinan kepada pasangan yang hadir pada saat proses konseling, bahwa antusias mereka dapat memberikan pengaruh yang positif terhadap terjadinya perubahan.

Berikut ini adalah beberapa permasalahan yang dapat terjadi dan timbul dalam menjalankan perannya sebagai konselor, yakni : (Kertamuda, 2009: 175-177).

- a. Mengatasi kecemasan diri sendiri. Maksudnya dalam memberikan konseling, konselor tidak lepas dari rasa cemas saat berhadapan dengan konseli. Misalnya, apa yang harus saya katakan? Mampukah saya menolong dia ? bagaimana kalau saya berbuat kesalahan ? dan seterusnya. Hal-hal tersebut harus dapat diatasi oleh konselor dengan

baik.

- b. Menjadi terbuka tentang diri sendiri. Artinya keterbukaan diri konselor terhadap konseli diperlukan karena dapat membantu terbukanya konseli atas masalah yang sedang dihadapinya. Sebab kebanyakan konselor hanya melakukan probing agar konseli mau terbuka, sementara konselor sendiri tertutup, dan ini akan ditiru oleh konseli.
- c. Jujur dengan keterbatasan diri. Maksudnya kejujuran konselor akan keterbatasannya seringkali membuat konseli respek terhadap konselor.
- d. Mengatasi permintaan konseli. Maksudnya seringkali konseli sangat tergantung pada konselor dengan banyak sekali permintaan. Oleh karena itu konselor harus membuat tujuan dan harapan yang jelas selama konseling berlangsung.
- e. Mengatasi konseli yang tidak memiliki komitmen. Oleh karena itu agar konseling berjalan dengan baik, antara konselor dan konseli harus terjadi kesepakatan sebelumnya.
- f. Menjaga tujuan yang realistis. Artinya agar konseling berjalan dengan baik kedua belah pihak (konselor dan konseli) harus memutuskan tujuan yang jelas dan realistis.
- g. Menolak memberikan nasehat. Artinya kesalahan yang sering terjadi adalah konseli meminta nasehat dan konselor memberikan nasehat atas masalah yang ada. Konseling yang betul adalah konselor membantu konseli menyelesaikan masalahnya sendiri dengan membuat pilihan dan menentukan pilihannya secara mandiri dengan konsekuensi yang

ada.

4. Peran konselor dalam pernikahan.

Berikut beberapa peran yang biasanya dijalankan oleh konselor pernikahan, sebagai berikut : (Kertamuda, 2009: 177-181)

a. Mediator.

Peran sebagai mediator merupakan peran yang tidak mudah, karena harus mampu bersikap netral, adil, dan tidak memihak kepada salah satu pasangan suami-istri yang sedang bertikai. Hal ini harus disampaikan sejak awal konseling dilakukan, bahwa konselor akan bertindak sebagai mediator. Melihat penjelasan di atas, maka semakin jelas bahwa konselor pernikahan/keluarga bermasalah dapat dikatakan atau disamakan dengan istilah *hakam* sebagaimana dijelaskan dalam QS. An-Nisa' (4) : 35.

b. Pembimbing dan Penasehat.

Penjelasan dari peran konselor tersebut adalah :

- 1). Konselor memberikan bimbingan/tuntunan kepadangan pasangan suami-istri bermasalah sesuai dengan masalah yang dihadapinya. Oleh karena itu, konselor harus memiliki kematangan dalam kepribadian, sehingga mampu melihat masalah secara dewasa dan bijaksana.
- 2). Konselor memberikan nasehat dengan cara membantu pasangan suami-istri agar mampu melaksanakan sesuatu yang baik untuk keluarganya dan menghindari hal-hal yang tidak sepatutnya

dilakukan.

c. Penyelamat Hubungan Pernikahan

Berbagai permasalahan yang muncul dalam keluarga membuat peran konselor menjadi sangat penting dalam rangka menyelamatkan hubungan pernikahan. Oleh karena itu, konselor diharapkan mampu membantu pasangan pernikahan menyelesaikan masalah yang menimpanya.

5. Tips bagi konselor ketika menghadapi konseli.

Berikut beberapa tips bagi konselor ketika menghadapi konseli :
(Kertamuda, 2009: 181-182).

- a. Sebelum merencanakan untuk bertemu dengan konseli pertama kali, posisikan anda sebagai konseli dan bayangkan apa yang anda inginkan dari konselor.
- b. Berempati terhadap konseli baik itu terhadap masalahnya, perasaannya, perilaku dan keinginannya. Empati sebagai kemampuan konselor untuk menyelami fenomena yang terjadi pada dunia konseli.
- c. Gunakan bahasa yang sederhana sehingga mudah dipahami konseli. Perhatikan siapa konseli, seperti latar belakang pendidikannya, status sosial dan ekonominya, perasaan dan harapannya
- d. Temukan kata-kata kunci atau kejanggalan-kejanggalan yang ditunjukkan oleh konseli. Sehingga konselor dapat mengetahui apa yang sedang terjadi pada konseli saat konseling berlangsung.
- e. Tunjukkan bahwa anda menerima apa yang konseli lakukan, lihat,

jelaskan hingga hal-hal yang menurut anda tidak logis atau realistis. Karena penerimaan anda sangat berarti bagi konseli dan dapat membantu membina hubungan yang lebih efektif dengan konseli.

- f. Tidak melakukan konfrontasi di awal sesi karena hal tersebut dapat membuat konseli anda mempertahankan dirinya. Hindari perdebatan dan argumentasi dengan konseli. Gunakan teknik klarifikasi dengan menyampaikan bahwa anda bingung atau tidak memahami apa yang dimaksud konseli sehingga anda butuh penjelasan lebih lanjut dari konseli tentang apa yang dimaksudnya. Penggunaan teknik ini akan dapat diterima konseli dibandingkan dengan teknik konfrontasi.
- g. Biarkan konseli menjadi menjadi orang yang dapat memecahkan masalah yang dihadapinya.
- h. Agar konselor tetap dapat melakukan tugasnya dengan baik, konselor harus selalu mengingatkan dirinya sendiri agar dapat menyesuaikan dengan pikiran dan perilakunya ketika menghadapi konseli, dan tidak terbawa ke dalam emosi dan pikiran dari konseli.
- i. Selama sesi awal dari proses konseling, berikan pujian kepada konseli bila dia telah melakukan apapun yang positif. Dukungan dan penghargaan yang diberikan dapat memotivasi konseli untuk menggunakan secara terbuka terhadap permasalahan yang dihadapinya.
- j. Pada saat memberikan konseling, konselor tidak memihak pada salah satu konseli.

C. Konseling Pernikahan dalam Al-Qur'an.

Islam merupakan agama yang memberikan landasan, pedoman dan arahan terhadap setiap aspek kehidupan manusia. Sehingga tidak ada satupun urusan manusia di dunia ini yang luput atau tidak mendapatkan perhatian dari Islam,⁵ termasuk pernikahan juga banyak mendapatkan perhatian dari Islam, sebagaimana banyak dijelaskan dalam al-Qur'an dan al-Hadis.

Menikah⁶ merupakan perintah Allah SWT dan sunnah Rasulullah SAW. Sementara, menciptakan keluarga sakinah juga merupakan tuntutan sekaligus harapan bagi setiap pasangan suami-istri untuk merealisasikannya. Namun demikian, mewujudkan pernikahan/keluarga sakinah bukanlah hal yang mudah, karena banyak faktor yang mempengaruhi kesuksesan sebuah pasangan dalam membangun keluarga sakinah.

Sebagian pasangan suami-istri ada yang mampu mewujudkan keluarga

⁵ Hal demikian sebagaimana dijelaskan Allah SWT dalam QS. Al-An'am (6): 38 sebagai berikut :

مَا فَزَعْنَا فِي الْكِتَابِ مِنْ شَيْءٍ ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّهِمْ يُحْشَرُونَ ﴿٣٨﴾

Artinya: tiadalah kami alpakan sesuatupun dalam al-Kitab, kemudian kepada Tuhanlah mereka dihimpunkan.

Dalam ayat lain Allah SWT menjelaskan dalam QS. Al-Anbiya' (21) : 107 sebagai berikut :

وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ ﴿١٠٧﴾

Artinya: Dan tiadalah kami mengutus kamu, melainkan untuk (menjadi) rahmat bagi semesta alam.

⁶ Nikah, di kalangan ulama' Syafi'iyah didefinisikan sebagai akad atau perjanjian yang mengandung maksud membolehkan hubungan kelamin dengan menggunakan lafaz *nakaha* atau *zawaja* (al-Mahalliy, tt.: 206). Sementara, di kalangan ulama' Hanafiyah, nikah didefinisikan sebagai akad yang ditentukan untuk memberi hak kepada seorang laki-laki menikmati kesenangan dengan seorang perempuan secara sengaja (al-Humam, 1970: 185). Menurut Hukum Perdata, perkawinan merupakan pertalian yang sah antara seorang lelaki dengan seorang perempuan untuk waktu yang lama (Subekti, 1982: 23). Perkawinan dapat dilihat dari tiga sudut pandang, yakni sudut pandang hukum, sudut pandang sosial kemasyarakatan dan sudut pandang agama (Ramulyo, 1986: 16-18).

sakinah, namun sebagian yang lain tidak mampu mewujudkan keluarga sakinah. Bagi yang belum atau tidak mampu menciptakan keluarga sakinah secara mandiri, tentunya membutuhkan bantuan dari pihak lain, yakni konselor pernikahan. Kemudian, bagaimana konsep konseling pernikahan dalam pandangan Islam (al-Qur'an) akan penyusun paparkan di bawah ini.

1. Pengertian, tujuan dan asas-asas konseling pernikahan dalam Islam.

Konseling pernikahan dalam Islam, sebagaimana dikemukakan oleh Musnamar (1992: 70) 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: 146).

Faqih (2001: 86) menjelaskan bahwa tujuan konseling pernikahan dalam Islam adalah : (Murtadho, 2009: 146-149)

- a. Membantu calon pasangan suami-istri dalam memecahkan problem-problem yang berkaitan dengan pernikahan, antara lain :
 - Membantu calon pasangan suami-istri memahami hakikat dan tujuan perkawinan menurut Islam.⁷

⁷ Di antara tujuan utama menikah atau perkawinan dalam Islam adalah dalam rangka mewujudkan keluarga sakinah yang penuh cinta dan kasih, sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. Ar-Rum ayat 21, sebagai berikut :

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾

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

Nabi Muhammad SAW juga banyak menjelaskan tentang pernikahan dan tujuan dilaksanakannya pernikahan sebagaimana banyak ditemukan dalam kitab-kitab Hadis. Dikatakan oleh Rasulullah SAW dalam Hadis yang diriwayatkan oleh Abdullah Ibn Mas'ud (Hadis *muttafaq*

- Membantu calon pasangan suami-istri memahami persyaratan-persyaratan perkawinan menurut Islam.
- Membantu calon pasangan suami-istri memahami kesiapan dirinya untuk menjalankan perkawinan.

b. Membantu pasangan suami-istri dalam memecahkan problem-problem yang berkaitan dengan pernikahan dan kehidupan berumah tangga,

‘*alaihi*), berbunyi : (Shahih Muslim, Juz I, tt.: 583).⁷

قال النبي صلى الله عليه وسلم: يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء.

Artinya: Wahai para pemuda, siapa diantaramu telah memunyai kemampuan untuk kawin, maka kawinlah, karena perkawinan itu lebih menghalangi penglihatan (dari maksiyat) dan lebih menjaga kehormatan (dari kerusakan seksual). Siapa yang belum mampu hendaklah berpuasa, karena itu baginya akan mengekang sahawat.

Pasal 1 ayat 1 Undang-undang No. 1/1974 menyebutkan, bahwa tujuan perkawinan adalah untuk membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal (mendapatkan keturunan) berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.

Prof. Bimo Walgito menjelaskan, bahwa perkawinan sebagai sebuah aktifitas pasangan suami-istri pada umumnya memiliki tujuan tertentu yang hendak dicapai oleh pasangan yang bersangkutan. Tetapi, karena perkawinan terdiri dari dua individu, maka besar kemungkinan terjadi perbedaan pandangan dalam hal tujuan yang ingin dicapai. Oleh karenanya tujuan tersebut harus disatukan, sehingga perjalanan rumah tangga pasangan tersebut dapat berjalan sesuai dengan yang dicita-citakan bersama. Lebih jauh Prof. Bimo Walgito menjelaskan, bahwa perbedaan tujuan dalam perkawinan sebuah pasangan harus mendapatkan perhatian secara serius, dan harus segera diperoleh sebuah kesepakatan dan atau komitmen bersama dalam perkawinan. Karena tujuan yang tidak sama antara suami-istri merupakan sumber permasalahan yang seringkali menyebabkan konflik dalam keluarga. Memang tidak mudah menyamakan persepsi dan tujuan bersama antara suami-istri dalam keluarga, namun bukan berarti tidak dapat direalisasikan. (Walgito, 2004: 13-14).

Tujuan pernikahan yang hendak dicapai oleh setiap pasangan secara umum adalah dalam rangka menggapai kebahagiaan lahir-batin. Namun demikian, masalah kebahagiaan merupakan hal yang tidak mudah, karena kebahagiaan merupakan hal yang bersifat relatif dan subyektif. Subyektif karena kebahagiaan bagi seorang istri belum tentu kebahagiaan bagi suami, begitu juga sebaliknya (Walgito, 2004: 14). Berbagai tujuan menikah yang hendak dicapai oleh setiap pasangan, kalau diringkas ada dua tujuan utama manusia melangsungkan pernikahan, yaitu; memenuhi nalurinya dan memenuhi petunjuk agama (Ghazaly, 2006: 23).

Menurut Amir Syarifudin, penyaluran nafsu syahwat (nafsu biologis) untuk menjamin kelangsungan hidup manusia dapat saja ditempuh dengan cara di luar nikah. Namun untuk mendapatkan ketenangan dalam hidup bersama suami istri, tidak mungkin dicapai tanpa melalui pernikahan (Syarifudin, 2006: 47). Hal ini semakin meyakinkan, bahwa menikah merupakan cara yang paling elegan dan paling terhormat untuk menyalurkan nafsu biologis.

Sementara, menurut Purwo Hadiwaryono, bahwa hakekat hidup berkeluarga dan berumah tangga bagi setiap manusia adalah panggilan Tuhan. Segingga hidup berkeluarga dan membina rumah tangga yang sakinah bukan hanya urusan individu dan masyarakat saja, melainkan bagian hidup yang sesuai dengan kehendak Tuhan. Karena implikasinya tidak hanya sekedar berdampak pada diri pelakunya, tetapi melibatkan nilai dan ajaran agama yang dianut (Hadiwaryono, 1994: 8).

antara lain dengan jalan :

- Membantu pasangan suami-istri memahami problem yang dihadapinya.
 - Membantu pasangan suami-istri memahami kondisi dirinya dan keluarga serta lingkungannya.
 - Membantu pasangan suami-istri menetapkan pilihan upaya pemecahan masalah yang dihadapinya sesuai dengan ajaran Islam.
- c. 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 :
- Memelihara situasi dan kondisi pernikahan dan kehidupan berumah tangga yang semula telah terkena problem dan telah teratasi agar tidak menjadi permasalahan kembali.
 - Mengembangkan situasi dan kondisi pernikahan yang lebih baik (*sakinah mawaddah wa rahmah*).

Selanjutnya, Faqih (2001: 86) menjelaskan bahwa dalam menjalankan profesinya, seorang konselor harus memperhatikan asas-asas konseling pernikahan Islam, sebagai berikut : (Murtadho, 2009: 149-150)

- a. 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.

- b. *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.
 - c. 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.
 - d. 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 prsoalan menjadi kunci sukses membina keluarga sakinah.
 - e. Asas manfaat. Maksudnya, dalam melakukan proses konseling pernikahan, asas manfaat merupakan hal yang harus diperhatikan oleh konselor. Jangan sampai manfaatnya lebih kecil daripada madharatnya.
2. Ayat-ayat al-Qur'an tentang konseling pernikahan.

Secara eksplisit nampaknya tidak ditemukan ayat al-Qur'an yang

menjelaskan tentang konseling pernikahan/keluarga bermasalah. Namun terdapat ayat-ayat al-Qur'an yang secara implisit dapat dikategorikan sebagai ayat-ayat yang menjustifikasi dan memerintahkan untuk mengadakan bimbingan dan konseling pernikahan/keluarga bermasalah. Berikut ini adalah di antara ayat-ayat al-Qur'an yang secara implicit menjelaskan tentang bimbingan dan konseling dalam Islam :

- a. Allah SWT mengingatkan dan memerintahkan kepada hambanya (pasangan suami-istri) untuk mengirimkan juru penengah (*hakam*) dari masing-masing keluarga pasangan satu orang *hakam*, apabila terjadi perselisihan/percekcokan dalam rumah tangganya. Menurut penyusun, *Hakam* dalam kontek sekarang dapat diartikan sebagai mediator, dan dapat pula dikatakan sebagai konselor pernikahan.⁸ Mengenai hal ini Allah SWT menjelaskan dalam QS. An-Nisa' (4): 35 sebagai berikut :

وَإِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَابْعَثُوا حَكَمًا مِّنْ أَهْلِهِ وَحَكَمًا مِّنْ أَهْلِهَا إِنْ يُرِيدَا إِصْلَاحًا يُوَفِّقِ اللَّهُ بَيْنَهُمَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا خَبِيرًا ﴿٣٥﴾

Artinya: Dan jika kamu khawatirkan ada persengketaan antara keduanya, Maka kirimlah seorang hakam dari keluarga laki-laki dan seorang hakam dari keluarga perempuan. jika kedua orang hakam itu bermaksud mengadakan perbaikan, niscaya Allah memberi taufik kepada suami-isteri itu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal.

Menurut M. Quraish Shihab, *hakam* di sini adalah juru damai

⁸ Mengapa *hakam* sebagaimana disebutkan dalam QS. An-Nisa' (4) : 35 juga dapat dikatakan sebagai konseling pernikahan/keluarga, karena salah satu peran utama/penting yang harus dilakukan oleh konselor pernikahan/keluarga adalah sebagai mediator, di samping menjalankan peran sebagai pembimbing dan penasehat, dan peran sebagai penyelamat ubungan pernikahan (Kertamuda, 2009: 177-181)

yang bijaksana untuk menyelesaikan kemelut mereka (suami-istri) dengan baik, yang sebaiknya berasal dari pihak suami dan juga dari pihak istri (Shihab, 2005: 413). Hal yang sama juga dikemukakan oleh Zaid al-A'qam, bahwasanya pengangkatan *hakam* diutamakan terlebih dahulu dari kalangan keluarga masing-masing dengan alasan mereka akan lebih paham akan kondisi internal dari kedua pasangan suami-istri tersebut (al-A'qam, t.t.: 112).

Menurut kalangan penafsir lainnya menjelaskan bahwa kalimat *fab'atsu hakaman* pada ayat di atas menunjukkan keharusan adanya *hakam* sebagai wakil. Hal tersebut dapat dijadikan sebagai alasan dibolehkannya *hakam* dari lembaga lain, bukan hanya dari keluarga masing-masing pasangan suami-istri (al-Jassas, t.t.: 190). Oleh karena itu keberadaan lembaga swasta maupun lembaga pemerintah sebagai *hakam* adalah sangat penting, karena tidak semua pasangan suami-istri mampu dan mau mengangkat *hakam* dari keluarganya sendiri dengan berbagai pertimbangan yang melatarbelakanginya.

Melihat pemaparan di atas, maka jelas posisi konselor dari lembaga BP4 menemukan *reasoning*-nya, sehingga dapat bekerja dengan tenang, karena ada konfirmasi dan pembenaran dari syari'at Islam (al-Qur'an). Secara eksplisit ayat tersebut merupakan satu-satunya ayat dalam al-Qur'an yang secara langsung berkaitan dengan konseling pernikahan/keluarga, meskipun secara harfiah tidak menyebutkan konselor tetapi menyebut *hakam*.

- b. Allah SWT memerintahkan kepada umat manusia untuk senantiasa saling menasehati dalam kebenaran dan kesabaran. Ayat-ayat di bawah ini merupakan penjelasan tentang pentingnya penasehatan atau saling menasehati diantara sesama manusia. Penyusun berpendapat bahwa penasehatan atau saling menasehati antar sesama manusia, termasuk didalamnya adalah bimbingan dan konseling pernikahan/keluarga. Dalam ayat tersebut Allah SWT menjelaskan bahwa termasuk orang-orang yang merugi adalah orang yang tidak saling menasehati dalam kebenaran dan kesabaran, sebagaimana dijelaskan Allah SWT dalam QS. Al-Ashr (103): 1-3 sebagai berikut :

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكُفْرٌ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ ﴿٣﴾
وَتَوَّاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٤﴾

Artinya: Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.