

KELUARGA SAKINAH PERSPEKTIF PSIKOLOGI (Upaya Mencapai Keluarga Sakinah, Mawaddah Wa Rohmah)

Oleh;

Achmad Fathoni.M.HI dan Nur Faizah., MA., MHI

Abstrak

Keluarga dalam perspektif psikologi mempunyai tujuan untuk menjalankan hubungan dalam keluarga dan keberfungsian dalam keluarga dengan baik sehingga terwujudlah keluarga yang bahagia dan tentram. Dalam Islam keluarga yang bahagia dan tentram dikenal dengan istilah keluarga *sakinah*, *mawaddah*, dan *rohmah*. Diperlukan upaya-upaya untuk mencapai keluarga sakinah. Dengan mengetahui fungsi-fungsi keluarga dalam perspektif psikologi diharapkan upaya membentuk keluarga sakinah bisa tercapai. Dalam kajian pustaka ini dijelaskan cara untuk mencapai keluarga sakinah, di antaranya adalah menjalankan fungsi keluarga dengan baik, memupuk rasa sayang dan cinta, adanya saling pengertian antara suami istri, saling menerima kenyataan, saling melakukan penyesuaian diri, dan mengedepankan asas musyawarah.

Kata Kunci : Keluarga Sakinah, Psikologi

I. Pendahuluan

Keluarga sakinah berasal dari dua kata yaitu keluarga dan sakinah. Keluarga berasal dari kata *kawula* dan *warga*, sebagai kawula di lingkungan warga ia harus mengabdikan segenap kemampuan untuk keluarganya. Sebagai warga, ia mempunyai hak untuk ikut mengurus dan mendidik segenap kebutuhan di lingkungan keluarganya.¹ Secara umum keluarga didefinisikan sebagai masyarakat terkecil sekurang-kurangnya terdiri dari pasangan suami istri dan anak-anak yang lahir dari mereka.

Keluarga dalam terminologi sosial dapat dipahami sebagai kelompok orang-orang yang dipersatukan oleh ikatan perkawinan, dara, atau adopsi yang membentuk suatu rumah tangga, yang berinteraksi satu sama lain dengan melalui peran-perannya sendiri sebagai anggota keluarga, dan mempertahankan atau bahkan menciptakan kebudayaannya sendiri.²

Keluarga dalam arti sempit merupakan unit sosial terkecil yang terdiri dari suami dan istri, atau dengan kata lain keluarga adalah ikatan hubungan sah untuk berkumpul antara seorang laki-laki dengan seorang perempuan dimana yang satu merasa tentram dengan yang lainnya.³ Dari pengertian tersebut dapat dipahami bahwa keluarga dalam arti sempit itu terdiri suami dan istri yang diikat dalam sebuah perkawinan. Kemudian jika suami istri tersebut dikaruniai seorang anak atau lebih

¹Asrofi, M. Thohir. *Keluarga Sakinah dalam Tradisi Islam Jawa* (Yogyakarta: Arindo Nusa Media, 2006), hlm. 1-2

²William J. Goode, *Sosiologi Keluarga(Sociology of Family)*, (Jakarta: Sinar Grafika, 2004)hlm. 5

³*Ibid*, hlm.4

maka anak-anak itu menjadi unsur ketiga dalam keluarga tersebut disamping dua unsur sebelumnya.

Pengertian lain juga diungkapkan oleh Jalaluddin Rahmat dan Muhtar Gandaamatja yang menyebutkan bahwa keluarga dalam arti sempit adalah keluarga yang meliputi orang tua dan anak-anaknya yang kemudian disebut dengan keluarga kandung (biologis) yang hubungannya bersifat tetap.⁴ Menurut Sayekti, keluarga adalah suatu ikatan persekutuan hidup atas dasar perkawinan antara orang dewasa yang berlainan jenis yang hidup bersama atau seorang laki-laki atau seorang perempuan yang sudah sendirian atau tanpa anak-anak, baik anaknya sendiri atau adopsi, dan tinggal dalam sebuah rumah tangga.⁵ Dari beberapa pengertian para ahli tersebut, keluarga dalam arti sempit lebih diarahkan kepada unsur pokok yang ada dalam keluarga yang terdiri dari suami, istri, dan anak.

Keluarga dalam pengertian luas adalah kumpulan dari kaum kerabat, termasuk didalamnya sanak saudara, kakek nenek, paman bibi, sepupu, dan lain-lain yang masih mempunyai ikatan darah atau tidak tetapi telah diangkat sebagai anggota keluarga.⁶ Keluarga dalam arti luas juga diartikan semua pihak yang ada hubungan darah sehingga tampil sebagai clan atau marga yang dalam berbagai budaya setiap orang memiliki nama kecil dan nama keluarga atau marga.⁷

Quraish Shihab mengartikan keluarga sebagai kelompok yang berdasarkan pertalian sanak saudara yang memiliki tanggung jawab utama atas sosialisasi anak-anaknya dan pemenuhan kebutuhan pokok tertentu lainnya. Ia terdiri dari sekelompok orang yang memiliki hubungan darah, tali perkawinan, atau adopsi dan yang hidup bersama-sama untuk priode waktu yang tidak terbatas.⁸ Pengertian tentang keluarga dalam arti luas memandang keluarga bukan hanya mencakup tentang lingkungan terkecil yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak tetapi lebih dari keluarga merupakan ikatan kekeluargaan yang masih mempunyai hubungan keturunan ataupun yang tidak tetapi sudah dianggap sebagai anggota keluarga sendiri.

Sakinah berasal dari kata *sakīnatan* yang berarti hening, tentram, dan damai.⁹ Dalam Al-Quran kata sakinah menandakan ketenangan dan kedamaian secara khusus yakni kedamaian dari Allah yang berada dalam kalbu, sebagaimana disebutkan dalam firmanNya:

هو الذي انزل السكينة في قلوب المؤمنين ليزدادوا ايمنهم. والله جنود السموات والارض. وكان الله عليما
حكيمًا¹⁰

Istilah “keluarga sakinah” merupakan dua kata yang saling melengkapi. Kata sakinah sebagai kata sifat, yaitu untuk mensifati atau menerangkan kata keluarga.

⁴Jalaluddin Rahmat dan Muhtar Gandaamatja, *Keluarga Muslim dalam Masyarakat Modern*, hlm. 20

⁵Sayekti Pujo Suwarno, *Bimbingan dan Konseling Keluarga* (Yogyakarta: Menara Mas Offset, 1994), hlm. 11

⁶Willim J. Goode, *Sosiologi Keluarga (Sociology of Family)*, hlm. 102

⁷Soelaeman, *Pendidikan dalam Keluarga* (Bandung: Alfabeta, 2002), hlm. 6

⁸M. Quraish Shihab, *Pengantin Alquran: Kalung Permata Buat Anak-Anakku*, (Jakarta: Lentera Hati, 2007), hlm. 145

⁹Ahmad Warson Munawwir, *Al-Munawwir: Kamus Bahasa Arab-Indonesia* (Surabaya: Pustaka Progresif, 1997), hlm. 646

¹⁰Al-Fath (48): 4

Keluarga sakinah digunakan dengan pertalian keluarga yang tenang, tentram, bahagia, dan sejahtera lahir batin.¹¹

Kata *sakinah* mempunyai arti ketenangan dan ketentraman jiwa. Kata ini disebutkan sebanyak enam kali dalam Al-Qur'an yaitu:

وقال لهم نبيهم إن آية ملكه أن يأتيكم التبتوت فيه سكينه من ربكم وبقية مما ترك آل موسى
وأل هرون تحمله الملائكة. إن في ذلك لآية لكم إن كنتم مؤمنين¹²
ثم أنزل الله سكينته على رسوله وعلى المؤمنين وأنزل جنودا لم تروها وعذب الذين كفروا وذلك جزاء الكافرين¹³
إلأتصروه فقد نصره الله إذ أخرجه الذين كفروا ثاني اثنين إذ هما في الغار إذ يقول لصاحبه لاتحزن إن الله معنا.
فأنزل الله سكينته عليه وأيده بجنود لم تروها وجعل كلمة الذين كفروا السفلى. وكلمة الله هي العليا. والله عزيز
حكيم¹⁴
هو الذي أنزل السكينه في قلوب المؤمنین ليزدادوا إيما مع ایمنهم. والله جنود السموات والارض. وكان الله عليما
حكيم¹⁵
لقد رضي الله عن المؤمنین إذ يبایعونك تحت الشجرة فعلم ما في قلوبهم فأنزل السكينه عليهم وأثبتهم فتحا قريبا¹⁶
إنجعل الذين كفروا في قلوبهم الحمية حمية الجهلية فأنزل الله سكينته على رسوله وعلى المؤمنین وألزمهم كلمة
التقوى وكانوا أحق بها وأهلها. وكان الله بكل شيء عليما

Dari ayat-ayat diatas jelaslah bahwa konsep sakinah itu berasal dari Allah. Sakinah dianugerahkan oleh Allah ke dalam hati para nabi dan orang-orang yang beriman. Sakinah juga sebagai bentuk ketahanan agar tabah dan tidak gentar menghadapi segala bentuk tantangan, rintangan, ujian, cobaan, dan musibah.¹⁷

Mengetahui jejak para nabi dan orang-orang yang beriman termasuk salah satu jalan menjadi keluarga sakinah. Hadirnya para nabi di tengah-tengah kehidupan umat manusia antara lain adalah mengemban misi sebagai *uswatun hasanah* bagi kehidupan umat manusia pada saat itu dan sesudahnya. Para nabi memberikan keteladanan dalam realitas kehidupan sehari-hari sehingga umat manusia dapat memahami bagaimana semestinya kehidupan ini disikapi dan dijalankan. Dengan mengikuti jiwa para nabi untuk sekuat tenaga membangun ketahanan baik jasmani maupun rohani keluarga agar tidak rapuh dalam menghadapi permasalahan yang muncul. Dalam menjalani kehidupan ini perlu disadari dan didasari pemikiran bahwa tidak ada kehidupan yang berjalan tanpa ujian dan cobaan.¹⁸

Keluarga sakinah adalah suatu keluarga yang dibina atas perkawinan yang sah, mampu memenuhi hajat hidup spiritual dan material secara layak dan seimbang, diliputi suasana kasih sayang antara anggota keluarga dan lingkungannya dengan selaras, serasi, serta mampu mengamalkan, menghayati, dan memperdalam nilai-nilai

¹¹Zaitun Subhan, *Membina Keluarga Sakinah*, hlm. 5-6

¹²Al-Baqarah (2): 248

¹³At-Taubah (9): 26

¹⁴At-Taubah (9): 40

¹⁵Al-Fath (48): 4

¹⁶Al-Fath (48): 18

¹⁷Umay M. Djakfar Shiddieq. *Indahnya Keluarga Sakinah dalam Naungan Al-Quran dan Sunnah* (Jakarta: Zakia Press, 2004) hlm. 43-44

¹⁸Asrofi, M. Thohir, *Keluarga Sakinah dalam Tradisi Islam Jawa*, hlm. 8

keimanan, ketakwaan, dan akhlak mulia. Itulah definisi keluarga sakinah yang tertuang dalam keputusan Dirjen Bimas Islam dan Urusan Haji Nomor D/7/1999.¹⁹

Hidup sejahtera merupakan faktor yang sangat penting bagi terbentuknya keluarga sakinah, sejahtera dalam arti lahir dan batin, yaitu terpenuhinya kebutuhan hidup baik jasmani maupun rohani. Keberfungsian keluarga bisa menjadi salah satu tolak ukur kesakinahan sebuah keluarga. Keluarga sakinah mengindikasikan setiap anggotanya merasakan suasana tenang, bahagia, aman, dan sejahtera lahir dan batin.

II. Keluarga Perspektif Psikologi

Psikologi merupakan kajian yang mempelajari tentang tingkah laku manusia beserta gejala-gejala jiwanya. Psikologi bisa masuk ke dalam bidang ilmu-ilmu yang sudah mapan. Misal ketika disinggung dengan ilmu sosial, maka lahirlah psikologi sosial, atau ketika dihubungkan dengan ilmu hukum, maka didapatkan psikologi hukum. Kajian tentang keluarga juga bisa dimasuki oleh psikologi. Meskipun keluarga umumnya adalah kajian sosial, namun karena dalam kajian keluarga itu juga melibatkan manusia dan tingkah lakunya maka psikologi pun bisa masuk dalam kajian keluarga dan dinamakan psikologi keluarga.

Dalam psikologi keluarga dijelaskan bahwa keluarga merupakan tempat yang penting bagi perkembangan secara fisik, emosi, spiritual, dan sosial. Keluarga juga menjadi sumber kasih sayang, perlindungan, dan identitas bagi anggotanya. Keluarga menjalankan fungsi yang penting bagi keberlangsungan masyarakat dari generasi ke generasi. Pada intinya fungsi utama keluarga ada dua, yakni internal – memberikan perlindungan psikososial bagi para anggotanya – dan eksternal – mentransmisikan nilai-nilai budaya pada generasi selanjutnya.²⁰

Keluarga memiliki lima fungsi dasar, yaitu:

- a. Reproduksi. Keluarga memiliki tugas untuk mempertahankan populasi yang ada dalam masyarakat.
- b. Sosialisasi-edukasi. Keluarga menjadi sarana untuk transmisi nilai-nilai keyakinan, sikap, pengetahuan, keterampilan, dan teknik dari generasi sebelumnya ke generasi yang lebih muda.
- c. Penugasan peran sosial. Keluarga memberikan identitas pada para anggotanya seperti ras, etnik, religi, sosial ekonomi, dan peran gender.
- d. Dukungan ekonomi. Keluarga menyediakan tempat berlindung, makanan, dan jaminan kehidupan.
- e. Dukungan emosi/pemeliharaan. Keluarga memberikan pengalaman interaksi sosial yang pertama. Interaksi yang terjadi bersifat mendalam, mengasuh, dan berdaya tahan sehingga memberikan rasa aman.²¹

¹⁹Jaih Mubarak. *Modernisasi Hukum Perkawinan di Indonesia* (Bandung: Bani Quraisy, 2005), hlm. 19

²⁰Sri Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*, hlm. 22

²¹*Ibid.*, hlm. 22

Fungsi keluarga sangatlah penting. oleh karena itu tidak bisa dipisah-pisahkan antara yang satu dengan yang lain. Soelaeman menjabarkan bahwa fungsi-fungsi keluarga adalah²²:

a. Fungsi edukatif

Fungsi ini berkaitan dengan pendidikan anak serta pembinaan anggota keluarga. Keluarga merupakan sumber pembelajaran lingkungan pendidikan yang pertama dan utama bagi anak. Contoh orang tua bertugas untuk memberikan pembelajaran tentang bagaimana cara makan menggunakan sendok dengan baik

b. Fungsi sosialisasi

Tugas keluarga dapat membantu menyiapkan diri anaknya agar dapat menempatkan dirinya sebagai pribadi yang berkontribusi dalam masyarakat serta orang tua membantu menyiapkan anak agar menjadi pribadi yang mapan dan menjadi anggota masyarakat yang baik.

c. Fungsi lindungan

Keluarga pada hakekatnya harus melindungi anak dari tindakan-tindakan yang tidak baik dari hidup yang menyimpang dari norma-norma. Fungsi lindungan dapat dilakukan dengan cara melarang anak-anak untuk melakukan perbuatan yang tidak diharapkan dan orang tua selalu menjadi contoh teladan dalam berbagai hal yang diharapkan oleh anak.

d. Fungsi afeksi

Pada saat anak masih kecil anak peka akan suasana emosi orang tuanya pada saat berkomunikasi dengan mereka. Kehangatan yang terpancar dari keseluruhan gerakan, ucapan, mimik serta perbuatan orangtua, juga rasa kehangatan dan keakraban itu menyangkut semua pihak yang tergolong anggota keluarga.

e. Fungsi religius

Keluarga bertugas untuk memperkenalkan anggota keluarganya pada kehidupan beragama. Dengan harapan anggota keluarga mengetahui kaidah dan ajaran yang berada dalam agama dan menjadikannya insan yang beragama.

f. Fungsi ekonomi

Pelaksanaan fungsi ekonomi keluarga oleh dan untuk semua anggota keluarga mempunyai kemungkinan menambah saling mengerti, solidaritas, tanggung jawab bersama keluarga itu serta meningkatkan rasa kebersamaan dan keikatan antara sesama anggota keluarga.

g. Fungsi rekreasi

Fungsi ini dapat terlaksanakan apabila dalam sebuah kondisi keluarga dapat mewujudkan suasana yang tenang, damai, jauh dari ketegangan batin, dan menjadi tempat untuk melepaskan kepenatan dan ketegangan sehari-hari.

h. Fungsi biologis

Fungsi itu berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan-kebutuhan biologis anggota keluarga. Diantaranya kebutuhan akan keterlindungan fisik, kesehatan, rasa lapar, haus, kedinginan, kepanasan, kelelahan bahkan juga kenyamanan dan kekerasan fisik.

²²Soelaeman, *Pendidikan dalam Keluarga*, hlm. 17

III. Upaya Mewujudkan Keluarga Sakinah, Mawaddah, Wa Rohmah

Istilah “keluarga sakinah” merupakan dua kata yang saling melengkapi. Kata sakinah sebagai kata sifat, yaitu untuk mensifati atau menerangkan kata keluarga. Keluarga sakinah digunakan dengan pertalian keluarga yang tenang, tentram, bahagia, dan sejahtera lahir batin.²³ Pencapaian cita-cita untuk mewujudkan keluarga sakinah mempunyai upaya-upaya yang harus dilakukan oleh setiap anggota keluarga. Demi tercapainya cita-cita tersebut setiap anggota keluarga harus melakukan upaya-upaya yang dapat mendorong ke arah tercapainya keluarga sakinah.

Pasal 1 UU No. 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan disebutkan bahwa perkawinan adalah ikatan lahir dan batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Dalam surat Ar-Rum ayat 21 Allah berfirman:

ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجًا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون²⁴

ayat tersebut menjelaskan bahwa tujuan dari perkawinan adalah untuk mencapai ketentraman (سكينة) yang disertai rasa kasih (مودة) dan sayang (رحمة) diantara suami istri.

Islam sangat memperhatikan pembinaan keluarga (cara pembentukannya) dengan segala sarana-sarannya yang dimulai dari peminangan, perkawinan, hubungan rumah tangga, hak-hak anak dan suami isteri, cara mengatasi perselisihan keluarga jika terjadi, cara mengakhiri hubungan perkawinan bila tidak mungkin mempertahankan rumah tangga, sampai pada cara pembagian waris. Karena keluarga yang sejahtera adalah dasar kehidupan sosial yang sejahtera pula dan juga dasar kerukunan dalam masyarakat.²⁵

Pada dasarnya keluarga sakinah berorientasi kepada kebahagiaan dunia dan akhirat. Keluarga sakinah dalam Putusan Direktur Jendral Bimbingan Masyarakat Islam dan Urusan Haji Nomor D/7/1999 dijelaskan bahwa batasan keluarga sakinah adalah keluarga yang dibina atas perkawinan yang sah, mampu memenuhi hajat hidup spiritual dan material secara layak dan seimbang, diliputi suasana kasih sayang antara anggota keluarga dan lingkungannya dengan selaras, serasi serta mampu mengamalkan, menghayati, dan memperdalam nilai-nilai keimanan, ketakwaan, dan akhlak mulia. Selanjutnya Pembinaan Gerakan Keluarga Sakinah di Indonesia disusun kriteria-kriteria keluarga sakinah yang terdiri dari Keluarga Pra Sakinah, Keluarga Sakinah I, Keluarga Sakinah II, Keluarga Sakinah III, dan Keluarga Sakinah III Plus.²⁶

²³Zaitun Subhan. *Membina Keluarga Sakinah* (Yogyakarta: Putaka Pesantren, 2004) hlm. 5-6

²⁴Q.S Ar-Rum [30]:21.

²⁵Nabil Muhammad Taufik As-Samaluthi, *Pengaruh Agama Terhadap Struktur Keluarga*, terj. Anshori Umar Situnggal (Surabaya: PT. Bina Ilmu, 1987), hlm. 236.

²⁶Jaih Mubarak, *Modernisasi Hukum Perkawinan di Indonesia* (Bandung: Bani Quraisy, 2005) hlm. 19, lihat juga Keputusan Direktur Jenderal Bimbingan Masyarakat Islam dan Urusan Haji

Program pembinaan keluarga sakinah tersebut disusun kriteria-kriteria keluarga sakinah yang terdiri dari Keluarga Pra Sakinah, Keluarga Sakinah I, Keluarga Sakinah II, Keluarga Sakinah III, dan Keluarga Sakinah III Plus.²⁷ Adapun uraian masing-masing kriteria tersebut adalah:

1. Keluarga Pra Sakinah, yaitu keluarga yang dibentuk bukan melalui perkawinan yang sah, tidak dapat memenuhi kebutuhan dasar spiritual dan material (*basic need*) secara minimal, seperti keimanan, shalat, zakat fitrah, puasa, sandang, pangan, papan, dan kesehatan.
2. Keluarga Sakinah I, yaitu keluarga yang dapat memenuhi kebutuhan dasar spiritual dan material secara minimal, seperti kebutuhan akan pendidikan, bimbingan keagamaan dalam keluarga, dan belum mampu melakukan interaksi sosial keagamaan dengan lingkungannya.
3. Keluarga Sakinah II, yaitu keluarga yang mampu memenuhi kebutuhan kehidupannya dan juga mampu memahami arti penting pelaksanaan ajaran agama serta bimbingan keagamaan dalam keluarga, dan mampu melakukan interaksi sosial keagamaan dengan lingkungannya, tetapi belum mampu menghayati dan mengembangkan nilai-nilai keimanan, ketakwaan, dan akhlak karimah, infaq, waqaf, amal jariyah, dan menabung.
4. Keluarga Sakinah III, yaitu keluarga yang mampu memenuhi kebutuhan keimanan, ketakwaan, sosial psikologis, dan pengembangan keluarganya tetapi belum mampu menjadi teladan bagi lingkungannya.
5. Keluarga Sakinah III Plus, yaitu keluarga yang mampu memenuhi kebutuhan keimanan, ketakwaan, dan akhlak mulia secara sempurna, sosial psikologis, dan pengembangan keluarganya serta mampu menjadi teladan bagi lingkungannya.

Gambaran tersebut menunjukkan bahwa untuk menggapai keluarga sakinah maka dalam hubungan keluarga harus ada kerjasama, timbal balik, dan hidup yang serasi, selaras, dan seimbang. Disamping itu rumah tangga sakinah juga mampu menjalin hubungan persaudaraan yang harmonis dengan sanak famili dan hidup rukun dalam bertetangga, bermasyarakat, dan bernegara.

Pencapaian cita-cita untuk mewujudkan keluarga sakinah mempunyai upaya-upaya yang harus dilakukan oleh setiap anggota keluarga. Demi tercapainya cita-cita tersebut setiap anggota keluarga harus melakukan upaya-upaya yang dapat mendorong ke arah tercapainya keluarga sakinah. Secara singkat dapat dikemukakan beberapa upaya yang perlu ditempuh guna mewujudkan cita-cita ke arah tercapainya keluarga sakinah antara lain dengan mewujudkan harmonisasi antara suami istri. Upaya mewujudkan harmonisasi antara suami istri itu dapat dicapai melalui cara-cara antara lain²⁸:

nomor D/7/1999 tentang Petunjuk Pelaksanaan Pembinaan Gerakan Keluarga Sakinah. (Departemen Agama RI, Dirjen Bimas Islam dan Penyelenggaraan Haji, 2004)

²⁷*Petunjuk Teknis Pembinaan Gerakan Keluarga Sakinah* (Jakarta : Proyek Peningkatan Kehidupan Keluarga Sakinah Ditjen Bimas Islam dan Penyelenggaraan Ibadah Haji, 2003), hlm. 24

²⁸*Membina Keluarga Sakinah* (Direktorat Jendral Bimbingan Masyarakat Islam dan Penyelenggaraan Haji, 2003), hlm. 26-29

1. Adanya saling pengertian antara suami istri.
Diantara suami istri hendaknya saling memahami dan mengerti tentang keadaan masing-masing baik secara fisik maupun secara mental. Perlu diketahui bahwa suami istri sebagai manusia memiliki kelebihan dan kekurangan antara satu dengan yang lain, masing-masing sebelumnya tidak saling mengenal, bertemu setelah sama-sama dewasa.
2. Saling menerima kenyataan
Suami istri hendaknya menyadari bahwa jodoh, rejeki, dan mati itu dalam kekuasaan Allah SWT, sedangkan manusia diperintahkan untuk berusaha dan berdoa untuk meraihnya. Apapun hasilnya merupakan sebuah kenyataan yang harus diterima, termasuk keadaan suami atau istri juga harus diterima dengan ikhlas.
3. Saling melakukan penyesuaian diri
Penyesuaian diri dalam keluarga berarti sikap anggota keluarga berusaha untuk dapat saling mengisi kekurangan satu sama lain serta mau menerima dan mengakui kelebihan masing-masing anggota keluarga. Kemampuan penyesuaian diri oleh masing-masing anggota keluarga mempunyai dampak positif bagi pembinaan keluarga maupun masyarakat.
4. Memupuk rasa cinta
Setiap pasangan suami istri ingin hidup bahagia. Salah satu unsur untuk mendapatkan kebahagiaan adalah rasa cinta. Dengan adanya rasa cinta diantara pasangan suami istri akan mendatangkan ketentraman, keamanan, dan kedamaian. Untuk mendapatkan kebahagiaan tersebut hendaknya antara suami istri senantiasa memupuk rasa cinta dengan saling menyayangi, mengasihi, menghormati, menghargai dan penuh dengan keterbukaan.
5. Melaksanakan asas musyawarah
Musyawarah perlu diterapkan dalam kehidupan berkeluarga. Dengan bermusyawarah setiap anggota keluarga keberadaannya akan menjadi penting dan pengaruh. Ini berarti mengajarkan setiap orang berhak berpendapat dan menumbuhkan sikap saling menghargai di antara anggota keluarga. Musyawarah dalam keluarga dapat menimbulkan rasa memiliki dan rasa tanggung jawab di antara para anggota keluarga untuk menyelesaikan permasalahan yang timbul dalam berkeluarga.
6. Saling memaafkan
Suami dan istri harus ada sikap kesediaan untuk saling memaafkan atas kesalahan masing-masing. Hal ini penting karena banyak terjadi persoalan yang kecil dan sepele dapat menjadi sebab terganggunya keharmonisan keluarga dan tidak jarang dapat menjerumus kepada perselisihan yang berkepanjangan.
Pada dasarnya keluarga merupakan suatu lingkungan yang tidak terdiri dari suami, istri, dan anak-anak yang ada didalamnya saja, namun keluarga juga menyangkut hubungan yang lebih besar baik hubungan anggota keluarga itu sendiri maupun hubungan dengan lingkungan masyarakat. Hubungan yang baik antar sesama

akan menciptakan suasana yang aman, tentram, dan damai yang mengantar pada kesakinahan sebuah keluarga.

IV. Daftar Pustaka

- Asrofi, M. Thohir. *Keluarga Sakinah dalam Tradisi Islam Jawa*, Yogyakarta: Arindo Nusa Media, 2006
- As-Samaluthi, Nabil Muhammad Taufik. *Pengaruh Agama terhadap Struktur Keluarga*, terj. Anshori Umar Situnggal, Surabaya: PT. Bina Ilmu, 1987.
- Goode, William J., *Sosiologi Keluarga*, terj. Lailahanoum Hasyim, cet. ke-4 Jakarta: Bumi Aksara, 2004.
- Lestari, Sri. *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*, Jakarta: Kencana Predana Media Group, 2012.
- Mubarak, Jaih. *Modernisasi Hukum Perkawinan di Indonesia*, Bandung: Bani Quraisy, 2005.
- Munawwir, Ahmad Warson, *Al-Munawwir: Kamus Bahasa Arab-Indonesia*, Surabaya: Pustaka Progresif, 1997
- Rakhmat, Jalaluddin dan Muhtar Gandaatmaja, *Keluarga Muslim dalam Masyarakat Modern*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 1994
- Shiddieq, Umay M. Djakfar. *Indahnya Keluarga Sakinah dalam Naungan Al-Quran dan Sunnah*, Jakarta: Zakia Press, 2004
- Shihab, M. Quraish, *Pengantin Alquran: Kalung permata buat anak-anakku*, Jakarta: Lentera Hati, 2007
- Subhan, Zaitun, *Membina Keluarga Sakinah*, Yogyakarta: Putaka Pesantren, 2004
- Soelaeman, *Pendidikan dalam Keluarga*, Bandung: Alfabeta, 2002
- Suwarno, Sayekti Pujo, *Bimbingan dan Konseling Keluarga*, Yogyakarta: Menara Mas Offset, 1994
- Anonimos, *Membina Keluarga Sakinah*, Direktorat Jendral Bimbingan Masyarakat Islam dan Penyelenggaraan Haji, 2003
- Anonimos, *Petunjuk Teknis Pembinaan Gerakan Keluarga Sakinah*, Jakarta : Proyek Peningkatan Kehidupan Keluarga Sakinah Ditjen Bimas Islam dan Penyelenggaraan Ibadah Haji, 2003