

## PSIKOLOGI PERNIKAHAN DALAM ISLAM UNTUK MEMBANGUN KELUARGA HARMONIS

Aguswan Khotibul Umam  
Kaguswan@yahoo.co.id  
Institut Agama Islam Negeri Metro Lampung

**Abstract:** Every individual definitely wants to have a harmonious and happy family, where each family member respects each other. But in reality, in a household, individuals in the family often face a lot of conflict, starting from physical family conflict, lack of mental readiness, or conflict over psychosocial issues that exist for each individual family member. This research examines the Psychology of Marriage in Islam to Build a Harmonious Family. This research is library research, collecting data through documentation methods, namely collecting scientific works and journals related to titles, with an analysis method, namely content analysis. The results are that psychological readiness is very important for couples facing marriage. harmony in a harmonious and quality family household, namely a family that is harmonious, happy, orderly, disciplined, respects each other, full of forgiveness, helps each other in good manners, has a good work ethic, neighbors with mutual respect, obedient to worship, filial piety to elders, loves science and uses free time in positive ways and is able to fulfill the basics of the family, from the perspective of marriage psychology. Psychological readiness is very important for couples to prepare for marriage. Marital adjustment refers to the integrity of the couple with two different personalities combined in the marriage bond. Increasing the quality of marriage. The satisfaction of wives and husbands can be seen from the relationship they have in dividing roles and resolving conflicts. It not only has an impact on unhappiness, but also on the mental health of each individual.

**Keywords:** marriage psychology, islamic concepts, and harmonious families

**Abstrak:** Setiap individu pasti ingin memiliki keluarga yang harmonis dan bahagia, dimana setiap anggota keluarga saling menghargai satu sama lain. Tetapi pada kenyataannya dalam rumah tangga sering banyaknya konflik yang dihadapi oleh

individu dalam keluarga tersebut, mulai dari konflik keluarga secara fisik, kurangnya kesiapan mental, ataupun konflik persoalan psikososial yang ada pada setiap individu anggota keluarga. Penelitian ini mengkaji Psikologi Pernikahan dalam Islam untuk Membangun Keluarga Harmonis. Penelitian ini merupakan penelitian pustaka, pengumpulan data melalui metode dokumentasi yaitu mengumpulkan karya ilmiah dan jurnal terkait judul, dengan metode analisis yaitu analisis isi. hasilnya Kesiapan psikologis sangat penting dipersiapkan bagi pasangan dalam menghadapi pernikahan. keharmonisan rumah tangga keluarga yang harmonis dan berkualitas yaitu keluarga yang rukun berbahagia, tertib, disiplin, saling menghargai, penuh pemaaf, tolong menolong dalam kebajikan, memiliki etos kerja yang baik, bertetangga dengan saling menghormati, taat mengerjakan ibadah, berbakti pada yang lebih tua, mencintai ilmu pengetahuan dan memanfaatkan waktu luang dengan hal yang positif dan mampu memenuhi dasar keluarga, dalam pandangan psikologi pernikahan Kesiapan psikologis sangat penting dipersiapkan bagi pasangan dalam menghadapi pernikahan. Penyesuaian pernikahan menunjuk pada integritas pasangan dengan dua kepribadian yang berbeda digabungkan dalam ikatan pernikahan. Meningkatnya kualitas pernikahan. Kepuasan istri maupun suami dapat dilihat dari hubungan yang dijalani dalam membagi peran dan penyelesaian konflik. Bukan hanya berdampak pada ketidakbahagiaan saja, namun juga terhadap Kesehatan mental pada setiap individunya.

**Kata Kunci:** psikologi pernikahan, konsep Islam, dan keluarga harmonis

## PENDAHULUAN

Pada dasarnya manusia ialah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri tanpa adanya bantuan dari orang lain, karena setiap manusia memiliki naluri untuk hidup bersama atau berkelompok dengan manusia lain, agar kebutuhan tersebut terpenuhi maka manusia perlu melakukan interaksi satu sama lain. Secara kodrati manusia senantiasa terlibat dalam komunikasi. Komunikasi adalah hubungan kontak antara

manusia, baik individu maupun kelompok. Kebutuhan sebagai makhluk sosial, mempertahankan dan melangsungkan kehidupan manusia juga butuh adanya sebuah keluarga yang dapat memberikan suatu ikatan lahir dan batin antara dua jenis manusia yang berbeda yaitu laki-laki dan perempuan, sehingga tercapai tujuan untuk menciptakan rumah tangga yang sakinah, mawaddah, warohmah melalui ikatan yang disebut pernikahan. Pernikahan dijalankan untuk memenuhi kebutuhan hidup jasmani dan rohani manusia, juga sekaligus untuk membentuk keluarga dan memelihara serta meneruskan keturunan dalam hidupnya didunia ini, juga mencegah perzinaan, agar ketenangan dan ketentraman jiwa bagi yang bersangkutan, ketentraman keluarga dan masyarakat.<sup>1</sup>

Salah satu kebutuhan sebagai makhluk sosial adalah menjalin hubungan dengan jenis lain, yaitu menjalin hubungan suami dan istri melalui pernikahan. Pernikahan adalah suatu ikatan antara laki-laki dan perempuan yang telah menginjak usia dewasa ataupun dianggap telah dewasa dalam ikatan yang sakral. Dianggap sakral karena dalam pernikahan hubungan antara seorang laki-laki dan perempuan menjadi sah secara agama Menikah merupakan titik awal dari kehidupan berkeluarga dan tujuan yang ditetapkan dalam pernikahan akan berdampak pada kehidupan pernikahannya secara keseluruhan.<sup>2</sup>

Perkawinan adalah suatu peristiwa penting dalam kehidupan manusia, karena perkawinan tidak hanya menyangkut pribadi kedua calon suami istri, akan tetapi juga menyangkut urusan keluarga dan masyarakat umum. Pada hakekatnya perkawinan dianggap sebagai

---

<sup>1</sup> Abdi Fauji Hadiono, "Pernikahan Dini dalam Perspektif Psikologi Komunikasi." *Jurnal Darussalam; Jurnal Pendidikan, Komunikasi Dan Pemikiran Hukum Islam IX (2) (2018): 385–397.*

<sup>2</sup> Satih Saidiyah, and Very Julianto. "Problem Pernikahan dan Strategi Penyelesaiannya: Studi Kasus pada Pasangan Suami Istri dengan Usia Perkawinan di Bawah Sepuluh Tahun." *Jurnal Psikologi Undip 15 (2) (2016): 124–133.* [https://doi.org/10.14710/jpu.15.2.124-133.](https://doi.org/10.14710/jpu.15.2.124-133)

sesuatu yang suci karenanya setiap agama selalu menghubungkan kaedah-kaedah pernikahan dengan kaedah-kaedah Agama.<sup>1</sup> Keluarga sebagai sebuah institusi sosial sesungguhnya memainkan peranan yang besar dalam pewarisan nilai-nilai sosial dari satu individu ke individu lain. Keluarga merupakan institusi sosial pertama dan utama yang akan melahirkan satu generasi yang baru atau justru relatif sama dengan generasi sebelumnya.<sup>3</sup>

Menurut konsep Islam, keluarga adalah satu kesatuan hubungan antara laki-laki dan perempuan melalui akad nikah, maka anak dan keturunan yang dihasilkan menjadi sah secara hukum agama. Dalam Islam begitu pentingnya kedudukan sebuah keluarga, ini dibuktikan bahwa keluarga adalah tempat pendidikan yang pertama dan utama. Melalui tempat tersebutlah seseorang mengetahui hak dan kewajiban sebagai hamba yang mempunyai tugas mengabdikan kepada sang Khaliq. Pernikahan berorientasi membentuk keluarga sakinah, yang berlandaskan cinta dan kasih sayang, Fungsi hidup dan kehidupan seseorang, demikian pula interaksi dengan individu lain, senantiasa berada dalam fakta keluarga. Sebuah keluarga adalah tempat dimana pondasi nilai-nilai agama diajarkan oleh kedua orangtua dan anggota keluarga lainnya kepada seorang anak<sup>4</sup>

Setiap pasangan yang menikah mengharapkan adanya keharmonisan yang mana semua anggota keluarga merasa nyaman dan damai berada di dalamnya. Namun demikian, angka perceraian di

---

<sup>3</sup> Subairi. "Keharmonisan Keluarga Prespektif Hukum Islam." *Mabahits: Jurnal Hukum Keluarga* 2 (2) (2021): 171–187. <https://doi.org/https://doi.org/10.36835/mabahits.v2i2.765>.

<sup>4</sup> Amatul Jadidah, "Konsep Ketahanan Keluarga dalam Islam." *MAQASHID Jurnal Hukum Islam* 4 (3) (2021): 63–77. <http://ejournal.alqolam.ac.id/index.php/maqashid>.

Indonesia menunjukkan adanya peningkatan.<sup>5</sup> Berbicara mengenai keharmonisan keluarga sangat erat kaitannya dengan ketahanan keluarga. Menurut Patterson, ketahanan keluarga diadopsi dari pengertian ketahanan diri. Ketahanan keluarga menggambarkan keberhasilan sistem keluarga dalam mengelola lingkungan kehidupan keluarga. Ketahanan keluarga sebagai proses beradaptasi dan berfungsinya keluarga secara kompeten dalam mengatasi krisis secara signifikan. Jadi, ketahanan keluarga adalah kemampuan keluarga menjalankan fungsinya dalam proses menyesuaikan diri dan adaptasi terhadap permasalahan-permasalahan dalam setiap siklus perkembangan keluarga sehingga terjadi kestabilan dalam kehidupan keluarga. Menurut Quraish Shihab dalam tafsir Al-Misbah, kata *taskunū* diambil dari kata *sakana* yaitu diam, tenang setelah terjadi goncang atau sibuk. Rumah dinamakan *sakan* karena dianggap sebagai tempat untuk mendapatkan ketenangan setelah penghuni sibuk di luar rumah. Allah mensyariatkan perkawinan supaya kekacauan pikiran dan gejolak jiwa itu mereda dan masing-masing mendapatkan ketenangan. Penjelasan makna *mawaddah* dianalogikan seorang penjahat yang hatinya dipenuhi *mawaddah*. Dia tidak rela jika pasangannya disentuh sesuatu yang buruk, dia akan bersedia menampung keburukan itu dan rela berkorban demi kekasihnya. Makna *mawaddah* mengandung arti kelapangan dan kekosongan dari jiwa buruk. Kata *rahmat* menurut para ulama adalah rahmat bagi suami isteri bersama dengan lahirnya anak, atau ketika pasangan suami isteri telah sampai pada usia lanjut<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> R. Aziz, and R. Mangestuti. "Membangun Keluarga Harmonis Melalui Cinta dan Spiritualitas pada Pasangan Suami Istri di Provinsi Jawa Timur." *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konseling* 14 (2) (2021): 129–139. <https://doi.org/10.24156/jikk.2021.14.2.129>.

<sup>6</sup> Rahman, Muzdalifah. Psikologi Keluarga Islam (Ketahanan Keluarga dalam Prespektif Islamic Spiritual Coping). Edited by Moh Afandi. Duta Media Publishing. 1st ed. (Pamekasan: Duta Media Publishing. 2023). 14-18

Ketahanan keluarga, atau jika dalam Islam Konsep sakinah, mawadah dan warahmah, merupakan awal dari terbentuknya keharmonisan keluarga. Keharmonisan keluarga merupakan impian bagi setiap keluarga. Keharmonisan dapat diartikan suatu hal atau keadaan selaras atau serasi. Keluarga harmonis merupakan lingkungan yang terbaik bagi individu untuk dapat membentuk kepribadian yang sehat. Kepribadian yang sehat dan keluarga yang sehat sangat diperlukan dalam membangun masyarakat yang sehat, yang pada akhirnya diperlukan dalam membangun bangsa. Mewujudkan keluarga yang harmonis seperti yang diimpikan oleh setiap keluarga memerlukan usaha yang harus dilakukan secara sungguh-sungguh, karena untuk mencapai hal itu memerlukan proses yang panjang dan penyesuaian yang kompleks. Berbagai upaya dapat dilakukan oleh anggota keluarga untuk mencapai keluarga yang harmonis. Menurut Ni'mah, keluarga harmonis dapat tercipta dengan adanya saling menghargai di antara anggota keluarga, saling menyayangi, terjaganya kesehatan rohani dan jasmani serta perekonomian yang matang. Selain itu menurut Nurhiyanti & Christiana, faktor penyebab keharmonisan keluarga meliputi komunikasi interpersonal, tingkat ekonomi keluarga, sikap orang tua dan ukuran keluarga. Keharmonisan keluarga berkaitan dengan suasana hubungan perkawinan yang bahagia dan serasi. Suatu keluarga dapat menciptakan keharmonisan jika memberikan perhatian terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhinya. Keluarga yang harmonis merupakan keluarga di mana terdapat kasih sayang, saling hidup rukun, dan saling menghormati, sehingga tercipta perasaan tentram dan damai yang lebih lanjut diharapkan dapat mengurangi masalah-masalah sosial yang terjadi di masyarakat<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Nurtjahjani, Fullchis, Yulis Nurul Aini, Ane Fany Novitasari, and Sugeng Basuki..

Kesiapan psikologis sangat penting dipersiapkan bagi pasangan dalam menghadapi pernikahan. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Euis Sunarti yang mengemukakan tentang pentingnya kesiapan dalam menghadapi pernikahan sebagai ketahanan keluarga. selanjutnya hasil penelitian Benjamin Silliman & Walter R. Schumm mengemukakan tentang pentingnya kesiapan dalam menghadapi pernikahan untuk memperkuat hubungan pasangan serta memberikan manfaat yang signifikan kepada pasangan sehingga pasangan mampu melaksanakan tugas dan peran di dalam keluarga. Kemudian hasil penelitian Jeffry H. Larson, dkk menjelaskan pentingnya persiapan psikologis dalam menghadapi pernikahan sebagai salah satu upaya untuk mengurangi angka perceraian. Menurut pakar psikologi, Diane E. Papalia dan Silly Wendkos Olds dalam Adhim, mengemukakan bahwa usia terbaik untuk menikah bagi perempuan adalah 19-25 tahun, sedangkan bagi laki-laki usia 20-25 tahun seharusnya sudah menikah. Ini adalah usia terbaik untuk menikah, baik untuk memulai kehidupan rumah tangga maupun untuk menjadi pengasuh anak pertama (*the first time parenting*). Selain itu, hasil penelitian Campbell dan kawan-kawan menunjukkan bahwa yang paling bahagia di antara pasangan nikah adalah pasangan yang menikah pada usia 20-an.<sup>8</sup>

Mempunyai keluarga yang sakinah merupakan idaman setiap orang. Ternyata untuk membangun keluarga yang sakinah, mawaddah, warohmah tidak asal jadi. Tidak cukup hanya dengan berbekal cinta dan harapan tapi dalam hal itu membutuhkan kesungguhan. Faktor

---

"Implementasi Membangun Keluarga Harmonis Untuk Menurunkan Tingkat Stres Ibu Pkk Rw 21 Purwanto Malang." *RESWARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2 (2) (2021): 178–85. <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v2i2.948> .

<sup>8</sup> Itryah, and Vinka Ananda. "Persiapan Pernikahan dengan Pendekatan Psikologis di Kelurahan 8 Ulu Kabupaten Banyuasin, Sumatera Selatan." *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI)* 3 (2) (2023): 759–766. <https://doi.org/10.54082/jamsi.744>

keteladanan orang tua menjadi sangat diperlukan, karena apa yang didengar, dilihat, dan dirasakan anak didalam berinteraksi dengan kedua orang tua akan sangat membekas dalam memori anak. Keluarga harmonis adalah sebuah keluarga yang senantiasa menjalin hubungan komunikasi yang baik dan transparan. Komunikasi tersebut harus bisa terus terjalin, baik secara lahiriah maupun bathiniah. Selain itu, harmonisasi bisa tercipta juga didukung oleh sikap saling memahami apa yang menjadi aktifitas masing-masing individu yang ada dalam keluarga. Di tengah jadwal yang cukup padat dalam pekerjaan maupun organisasi meluangkan waktu untuk keluarga. Hal lain yang menjadi kunci keharmonisan keluarga adalah sikap selalu bersyukur atas anugerah yang telah diberikan Allah SWT. Ketiga kunci keharmonisan, yaitu komunikasi, menyediakan waktu untuk keluarga dan mampu bersyukur. Merupakan salah satu cara untuk menuju terciptanya keluarga sakinah, mawaddah dan rahmah<sup>9</sup>

Berdasarkan penelusuran literatur tersebut di atas maka penulis mengabil judul mengenai Pernikahan dalam Islam untuk membangun keluarga harmonis. Maka temuan terbaru dari karya tulis ini adalah sebuah konseptoris membangun keluarga harmonis melalui pendekatan psikologi pernikahan dalam Islam.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif pustaka (*library reseach*), sumber data ini meliputi sumber data primer dan sekunder, sumber primer segala sesuatu yang membahas tentang psikologi pernikahan dalam Islam untuk membangun keluarga harmonis baik di

---

<sup>9</sup> Ulum, Miftahul, and Masyhuri. "Upaya Islam Dalam Pembentukan Keluarga Harmonis (Analisis Normatif)." *JPIK : Jurnal Pemikiran Dan Ilmu Keislaman* 2 (1) (2019): 226–242.



dalam jurnal, buku, artikel atau tesis dll. Sedangkan sumber sekundernya adalah buku atau jurnal tentang psikologi Keluarga yang bersifat umum, adapun analisa data dalam penelitian ini memakai conten analisis (analisis isi).<sup>10</sup>

## PEMBAHASAN

### A. Psikologi Pernikahan dalam Islam

Menurut ilmu bahasa, perkataan psikologi berasal dari perkataan psyche yang diartikan jiwa dan perkataan logos yang berarti ilmu atau ilmu pengetahuan. Karena itu perkataan psikologi sering diartikan atau diterjemahkan dengan Ilmu pengetahuan tentang jiwa atau disingkat dengan ilmu jiwa.<sup>11</sup>

Psikologi sebagai ilmu yang mempelajari jiwa manusia dan gejala-gejala kejiwaan yang manifes dalam bentuk perilaku dengan beberapa tokoh pengusung, diantaranya; Sigmund Freud (Psikoanalisa), Pavlov, Skinner dan Bandura (aliran behavioristik) dan Abraham Maslow dan Carl Rogers (aliran Humanistik). Sosiologi merupakan ilmu yang perilaku mempelajari manusia sebagai anggota masyarakat yang hidup ditengah-tengah kehidupan sosial dengan beberapa tokoh pengusung, diantaranya; Harbert Spancer, Emile Durkheim, dan Max Weber sebagai teori Struktural Fungsional, Karl Max sebagai pengusung teori Konflik Sosial, dan Herbert Mead sebagai pengusung teori Interaksi Simbolik. Ekologi merupakan ilmu yang mempelajari tentang lingkungan. Teori Family Development yang mempelajari kehidupan keluarga akan mengalami perkembangan yang dipengaruhi oleh lingkungan dengan tokoh

---

<sup>10</sup> Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif* (Jakarta:Rineka Cipta, 2008), 158

<sup>11</sup> Nuroniyah, Wardah. *Psikologi Keluarga*. (Cirebon: CV. Zenius Publisher. 2023). 1

pengusungnya adalah Herbert Mendel lalu dikembangkan oleh Duvall<sup>12</sup>

Tidak tepat apabila pernikahan hanya dianggap sebagai sebuah tradisi, dan bukan dianggap sebagai sebuah anugerah suci yang memiliki nilai-nilai kemuliaan. Pernikahan adalah simbol kemenangan manusia setelah menjalani kehidupan panjang membujang. Bahkan setelah memasuki jenjang pernikahan Allah akan menyempurnakan baginya separoh per-jalanan hidupnya. Maka tidak mengherankan apabila Nabi Muhammad saw. Bersabda: "Nikah itu adalah sunnahku, maka barang siapa yang tidak menyukai sunnahku, ia bukanlah dari golonganku" HR. Ibnu Majah. Pernikahan oleh Azhar Basyir didefinisikan sebagai suatu akad atau perikatan untuk menghalalkan hubungan kelamin antara laki-laki dan perempuan dalam rangka mewujudkan kebahagiaan hidup keluarga yang diliputi rasa ketentraman serta kasih sayang dengan cara yang diridloi Allah SWT.<sup>13</sup>

Perkawinan adalah suatu hubungan antara seorang laki-laki dan perempuan yang diakui secara sosial, menyediakan hubungan seksual dan pengasuhan anak yang sah, dan didalamnya terjadi pembagian hubungan kerja yang jelas bagi masing-masing pihak baik suami maupun istri. Perkawinan adalah antara dua mitra yang memiliki obligasi berdasarkan minat pribadi dan keairahan.<sup>14</sup>

Berdasarkan UU No 1 tahun 1974 tentang perkawinan, Pernikahan adalah sebuah ikatan lahir batin antara seorang pria

---

<sup>12</sup> Rahman, Muzdalifah. *Psikologi Keluarga Islam*, 8

<sup>13</sup> Casmini. "Pernikahan Dini (Perspektif Psikologi dan Agama)." *Aplikasia, Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama III (1)* (2002): 45-57.

<sup>14</sup> Fauzi, Muahfudh. *Diktat Mata Kuliah Psikologi Keluarga*. Edited by Muhammad Qustulan. 1st ed. (Tangerang: PSP Nusantara Press 2018). <https://stisnutangerang.ac.id/wp-content/uploads/2018/09/FULL> - Diktat - Matakuliah - Psikologi -Keluarga - Mahfudh- Fauzi. pdf. 17

dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan untuk membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia dan kekal didasarkan pada ketuhanan yang maha esa. Pernikahan agama resmi adalah pernikahan yang sah secara agama dan tercatat oleh negara dengan bukti berupa dokumen yang dikeluarkan oleh negara. Jika menikah secara islam di KUA maka pernikahan dianggap sah secara agama Islam dan sah secara sipil (hukum negara). Bukti dokumen dari negara adalah buku nikah KUA. Pasangan agama non Islam yang melaporkan pernikahan agamanya ke kantor catatan sipil akan mendapatkan buku dokumen negara berupa akta pernikahan.<sup>15</sup>

Pernikahan dalam Islam merupakan tanda tanda dari kebesaran dan keesaan Allah SWT yang diberikan kepada manusia sehingga dapat menjadi pemelihara alam semesta. Mawaddah warahmah itu merupakan anugrah yang diberikan kepada manusia dijalani dengan penuh rasa kasih sayang. Membangun rumah tangga yang sesuai dengan ketentuan telah Allah berikan merupakan cita cita dan keinginan setiap manusia. Dengan fitrah Allah berikan dengan segala keridhaan yang memberikan perlengkapan dalam keluarga ini serta ketenangan batin yang memunculkan rasa cinta terhadap sesama. Pernikahan yang merupakan sunnah dari Rasulullah SAW yang mana dalam pengartian sunnah pernikahan ini yaitu untuk mempunyai tujuan dalam meneruskan sebuah keturunan dan mempeunyai keluarga yang sah dalam agama dalam menuju keberkahan dalam kehidupan yang sangat harmonis dan damai dalam ketaatan kelak di dunia dan surga diakhiratnya, untuk mendapatkan ridha sang ilahi.<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup> Fauji Hadiono, Abdi. "Pernikahan, 389

<sup>16</sup> Nijo, Akhlaqul Rachma Khasanah, and Muhammad Faisal. "Urgensi Memahami Ketentuan Pernikahan Bagi Calon Pengantin Untuk Membentuk Keluarga Sejahtera."

Penjelasan tersebut sudah banyak sekali diisyaratkan dan dijelaskan salah satunya di dalam Al-Quran. Qs: An-Nur ayat 32 yang artinya: Nikahkanlah orang-orang yang masih membujang di antara kamu dan juga orang-orang yang layak (menikah) dari hamba-hamba sahayamu, baik laki-laki maupun perempuan. Jika mereka miskin, Allah akan memberi kemampuan kepada mereka dengan karunia-Nya. Allah Mahaluas (pemberian-Nya) lagi Maha Mengetahui

Menikah adalah jalan hidup yang memungkinkan seseorang merasakan surga di dunia ini. Surga di dunia yang dimaksud dalam tulisan ini adalah kebahagiaan yang dapat dirasakan seseorang, baik secara fisik, kognitif, afektif, sosial, maupun spiritual. Secara fisik, pemikahan menyediakan pemenuhan hasrat seksual secara memadai dan sehat. Pernikahan juga membuat seseorang merasa terbantu oleh orang lain, sehingga dapat dirasakan adanya kebahagiaan, penerimaan, ketenangan dan sejenisnya.<sup>17</sup>

Nikah di dalam Islam ini adalah suatu ikatan perjanjian untuk mengikat seorang pria dan seorang wanita dalam menjalankan suatu hubungan yang halal ini diantara kedua belah pihak. Berdasarkan keridhaan Allah diantara mempelai belah pihak dalam mewujudkan sesuatu kehidupan yang baru yang akan mereka jalani. Hidup dalam kekeluargaan yang memiliki rasa cinta dan kasih sayang dengan kedamaian sesuai ketentuan dan perintah Allah kepadanya yang telah diridhai.

Ada dua pendapat terkait tujuan dari pernikahan. Pertama, pendapat yang setuju memaparkan tujuan pernikahan itu satu yaitu

---

*Arfannur: Journal of Islamic Education* 3 (3) (2022): 163–76.  
<https://doi.org/10.24260/arfannur.v3i3.1108>.

<sup>17</sup> Rachmy R Diana, "Penundaan Pernikahan: Perspektif Islam dan Psikologi." *Jurnal Psikologi* 1 (2) (2008): 163–82. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/8848/>.

membentuk keluarga sakinah, sedangkan fungsinya yakni: mendapatkan keturunan, memenuhi hajat manusia berupa menyalurkan syahwat dan rasa kasih sayang, mengikuti salah satu ajaran agama, menjaga diri, kehormatan, dan keluarga dari kejahatan dan kerusakan, menumbuhkan rasa tanggung jawab antara hak dan kewajiban, serta meumbuhkan rumah tangga untuk menjadi masyarakat yang baik. Kedua, pendapat yang mempertimbangkan perlu adanya perbedaan antara fungsi dan tujuan pernikahan. Sama halnya dengan pendapat pertama, pendapat kedua juga berpendapat bahwa tujuan pernikahan hanya satu yaitu membangun keluarga sakinah, sedangkan fungsi pernikahan yakni: penciptakan spiritual dalam keluarga, memperoleh keturunan, menjalankan fungsi sosial, pendidikan & rekreasi.<sup>18</sup>

Pernikahan dalam Islam dinilai sebagai sebuah ikatan yang kokoh dan sebuah komitmen yang menyeluruh terhadap kehidupan, masyarakat dan manusia untuk menjadi seseorang yang terhormat. Pernikahan adalah sebuah janji yang diikrarkan oleh pasangan suami istri terhadap diri mereka sendiri dan terhadap Allah. Usaha yang dilakukan oleh masing-masing pasangan suami istri ini bertujuan untuk mempermudah mereka menemukan pemenuhan bersama (*mutual fulfillment*) dan realisasi diri (*self realisation*) atas nama cinta dan kedamaian, keinginan dan harapan. Ini semua karena, pernikahan dalam Islam secara esensial, adalah sebuah tindakan kesalehan dan ketaatan yang sempurna<sup>19</sup>

---

<sup>18</sup>Farichatul Azkiyah, "Upaya Membangun Keluarga Sakinah bagi Pasangan Hidup Berbeda Kota Tempat Tinggal Perspektif Sosiologi Hukum Islam." *Asy-Syari'ah : Jurnal Hukum Islam* 8 (2) (2022): 14–29. <https://doi.org/10.55210/assyariah.v8i2.783> .

<sup>19</sup> Atabik, Ahmad, and Koridatul Mudhiihah. "Pernikahan dan Hikmahnya Perspektif Hukum Islam." *Yudisia* 5 (2) (2014): 293–394.

Perkawinan adalah sesuatu sakral dan memiliki tujuan sakral yang tidak dapat dipisahkan dari ketentuan hukum agama. Tujuan pernikahan adalah terciptanya keluarga yang harmonis, di selimuti dengan ketenangan dan kasih sayang. Istri merupakan wanita yang diciptakan untuk suami agar dapat mewujudkan ketenangan dalam kehidupan yang tenteram di dalam membina keluarga. Ketenteraman tersebut dapat terjalin oleh keduanya dengan saling kerja sama secara baik. diperlukan kerja sama antara suami dan istri, suami memerlukan istri untuk kebahagiaannya dan sebaliknya istri juga memerlukan suami dalam kehidupan rumah tangga. Jika suami istri melakukan hal demikian, maka kehidupannya akan merasa tenteram. Untuk menciptakan keluarga sakinah, Mawaddah, dan Warahmah, kedua belah pihak dapat saling mencintai, menyayangi, dan memahami sesuai dengan kedudukannya masing-masing.<sup>20</sup>

Pernikahan merupakan suatu yang sangat manusiawi, karena pernikahan sesungguhnya sesuai dengan fitrah manusia yang sejalan dengan Al-Qur'an dan sunah Nabi saw. Pengertian fitrah disini adalah sesungguhnya Allah telah membekali setiap diri manusia dengan hawa nafsu yang cenderung menyukai serta mencintai lawan jenisnya. menetapkan bahwa pernikahan adalah cara menyempurnakan pelaksanaan ajaran agama.<sup>21</sup>

## **B. Konsep Keluarga Harmonis**

Keluarga dalam bahasa arab disebut ahlun. Menurut pendapat lain kata ahlum adalah sekelompok orang yang disatukan oleh hubungan-hubungan tertentu seperti hubungan darah, agama,

---

<sup>20</sup> Fathurrahman, Nandang. "Relevansi Pembentukan Keluarga Sakinah Perpektif Hukum Positif dan Al Ghazali." *Khazanah Multidisiplin* 4 (1) (2023.): 1-18. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/kl>.

<sup>21</sup> Surawan. 2019. "Pernikahan Dini; Ditinjau dari Aspek Psikologi." *Al-Mudarris (Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam)* 2 (2): 200-219. <https://doi.org/10.23971/mdr.v2i2.1432>. hlm. 201-202

pekerjaan, rumah atau negara. Menurut Esposito keluarga adalah manusia yang memiliki pertalian darah atau perkawinan seperti ungkapan *ahlu al-bait*, yang diartikan dalam bahasa Indonesia disebut keluarga. Menurut Husein, keluarga adalah sebuah lembaga yang dimaksudkan sebagai wahana untuk mewujudkan kehidupan yang tenteram, aman, damai, dan sejahtera dalam suasana cinta dan kasih sayang diantara mereka yang ada di dalamnya. Seorang suami dan istri seharusnya dapat menemukan ketenangan jiwa, kepuasan batin, serta cinta dalam rumahnya.<sup>22</sup>

Keluarga harmonis adalah sebuah keluarga yang senantiasa menjalin hubungan komunikasi yang baik dan transparan. Komunikasi tersebut harus bisa terus terjalin, baik secara lahiriah maupun bathiniah. Selain itu, harmonisasi bisa tercipta juga didukung oleh sikap saling memahami apa yang menjadi aktifitas masing-masing individu yang ada dalam keluarga. Di tengah jadwal yang cukup padat dalam pekerjaan maupun organisasi meluangkan waktu untuk keluarga.<sup>23</sup>

Keluarga yang harmonis merupakan lingkungan yang terbaik bagi individu untuk dapat membentuk kepribadian yang sehat. Kepribadian yang sehat dan keluarga yang sehat sangat diperlukan dalam membangun masyarakat yang sehat yang pada akhirnya diperlukan dalam membangun bangsa. Pada kenyataannya banyak pasangan suami istri belum mampu mengupayakan keluarga yang harmonis sehingga mereka mengakhiri perkawinan mereka dengan perceraian. Penyebab perceraian pada umumnya karena tidak ada

---

<sup>22</sup> Wirda Wiranti Ritonga, "Peran dan Fungsi Keluarga dalam Islam." *Islam & Contemporary Issues* 1 (2) (2021): 47-53. <https://doi.org/10.57251/ici.v1i2.91>

<sup>23</sup> Ulum, Miftahul, and Masyhuri. "Upaya Islam dalam Pembentukan Keluarga Harmonis (Analisis Normatif).", 233

keharmonisan dalam keluarga. Untuk mengupayakan keharmonisan dalam keluarga, sebelum menikah dan selama hidup perkawinan pasangan perlu memahami perbedaan antara pria dan wanita dan belajar merespons secara asertif. Jika pasangan mampu memahami perbedaan di antara mereka dan menyikapinya secara positif dan selalu berkomunikasi secara asertif, niscaya perkawinan dapat diselamatkan.<sup>24</sup>

Definisi keharmonisan rumah tangga keluarga yang harmonis dan berkualitas yaitu keluarga yang rukun berbahagia, tertib, disiplin, saling menghargai, penuh pemaaf, tolong menolong dalam kebajikan, memiliki etos kerja yang baik, bertetangga dengan saling menghormati, taat mengerjakan ibadah, berbakti pada yang lebih tua, mencintai ilmu pengetahuan dan memanfaatkan waktu luang dengan hal yang positif dan mampu memenuhi dasar keluarga. Keluarga yang harmonis atau keluarga bahagia adalah apabila kedua pasangan tersebut saling menghormati, saling menerima, saling menghargai, saling mempercayai, dan saling mencintai.<sup>25</sup>

Berdasarkan konsep Islam keluarga harmonis merupakan keluarga yang sakinah, adapun definisi Keluarga sakinah adalah keluarga yang tenang, atau keluarga yang tentram bahagia lahir batin, suami bisa membahagiakan istri, istri bisa membahagiakan suami dan keduanya mampu mendidik anak-anaknya menjadi anak yang shalih dan shalihaah, mampu menjalin persaudaraan yang harmonis dengan sanak saudara dan hidup rukun dalam bertetangga, bermasyarakat dan bernegara. Keluarga sakinah tidak terjadi begitu saja, akan tetapi

---

<sup>24</sup> Tirtawinata, Christofora Megawati. "Mengupayakan Keluarga Yang Harmonis." *Humaniora* 4 (2) (2013): 1141-1151. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v4i2.3555>

<sup>25</sup> Siahaan, Riana Friska. "Membangun Keluarga Yang Sukses dan Harmonis." *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera* 14 (28) (2016): 59-75



ditopang oleh pilar-pilar yang kokoh yang memerlukan perjuangan dan butuh waktu dan pengorbanan. Keluarga sakinah merupakan subsistem dari sistem sosial (*social system*) menurut Al-Quran, dan bukan “bangunan” yang berdiri di atas lahan yang kosong. Pembangunan keluarga sakinah juga tidak semudah membalik telapak tangan, namun sebuah perjuangan yang memerlukan kobaran dan kesadaran yang cukup tinggi. Namun demikian semua langkah untuk membangunnya merupakan sesuatu yang dapat diusahakan. Meskipun kondisi suatu keluarga cukup seragam, akan tetapi ada langkah-langkah standar yang dapat ditempuh untuk membangun sebuah bahtera rumah tangga yang indah, keluarga sakinah.<sup>26</sup>

Menurut terminologi bahasa Arab, sakinah memiliki arti tenang, terhormat, aman, penuh kasih sayang, mantap dan memperoleh pembelaan. Keluarga sakinah adalah kondisi ideal keluarga, keluarga yang ditopang dengan pilar-pilar kokoh yang membutuhkan perjuangan dan pengorbanan. Keluarga sakinah merupakan subsistem sosial menurut Al-Qur’an, bukan bangunan yang berdiri dilahan kosong. Aspek mashlahah dianggap sebagai pilar ketahanan keluarga. Demi mewujudkan kemaslahatan keluarga, setiap individu dalam keluarga baik suami, isteri dan anak menjalankan hak dan kewajibannya masing-masing. Sebagai kepala keluarga, suami menjalankan kewajibannya memberi nafkah keluarga dengan pemenuhan kebutuhan sandang, pangan dan papan dan memberi kasih sayang dan cinta dalam membimbing dan melindungi keluarga. Sebagai balasan atas kewajiban tersebut, suami mendapatkan hak-haknya secara layak. Begitu juga isteri, selain

---

<sup>26</sup> Qoharuddin, Moch. Azis. “Konsep Harmonis dalam Keluarga.” *SALIMIYA: Jurnal Studi Ilmu Keagamaan Islam* 1 (3) (2020): 151–73

mendapat hak, isteri berkewajiban melayani suami, melindungi harta suami, dan menjaga amanah dengan mendidik anak-anak dengan pendidikan yang baik, terutama pendidikan agama disamping pendidikan umum. Anak-anak sebagai anggota keluarga mendapatkan hak-haknya secara baik serta diimbangi dengan menjalankan kewajiban terhadap orang tua, yaitu berbakti kepada ayah dan ibunya dan menghormati hak-hak orang lain dalam keluarga maupun lingkungan masyarakat.<sup>27</sup>

### **C. Psikologi Pernikahan Untuk Membangun Keluarga Harmonis**

Setiap individu pasti ingin memiliki keluarga yang harmonis dan bahagia, dimana setiap anggota keluarga saling menghargai satu sama lain. Tetapi pada kenyataannya dalam berumah tangga sering banyaknya konflik yang dihadapi oleh individu dalam keluarga tersebut, mulai dari konflik keluarga secara fisik, kurangnya kesiapan mental, ataupun konflik persoalan psikososial yang ada pada setiap individu anggota keluarga. Kurangnya pembekalan tentang pernikahan dan persiapan mental juga fisik yang kurang matang dari calon pasangan pengantin menyebabkan banyaknya konflik-konflik dalam rumah tangga. Dari mulai masalah yang kecil sampai masalah yang menyebabkan perceraian. Karena pasangan suami istri tersebut belum menyadari sepenuhnya peranan dan fungsi masing-masing. Penyesuaian dalam pernikahan sangat berpengaruh pada kualitas pernikahan dilihat dari rasa puas yang di rasakan pasangan dalam pernikahan. Penyesuaian pernikahan menunjuk pada integritas pasangan dengan dua kepribadian yang berbeda digabungkan dalam ikatan pernikahan. Meningkatnya kualitas pernikahan menurut hasil

---

<sup>27</sup> Rahman, Muzdalifah. *Psikologi Keluarga Islam.*, 18-19

penelitian yang menyatakan kepuasan istri maupun suami dapat dilihat dari hubungan yang dijalani dalam membagi peran dan penyelesaian konflik. Bukan hanya berdampak pada ketidakbahagiaan saja, namun juga terhadap kesehatan mental pada setiap individunya<sup>28</sup>

Kesiapan psikologis sangat penting dipersiapkan bagi pasangan dalam menghadapi pernikahan. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Euis Sunarti yang mengemukakan tentang pentingnya kesiapan dalam menghadapi pernikahan sebagai ketahanan keluarga. selanjutnya hasil penelitian Benjamin Silliman & Walter R. Schumm mengemukakan tentang pentingnya kesiapan dalam menghadapi pernikahan untuk memperkuat hubungan pasangan serta memberikan manfaat yang signifikan kepada pasangan sehingga pasangan mampu melaksanakan tugas dan peran di dalam keluarga. Kemudian hasil penelitian Jeffry H. Larson, dkk menjelaskan pentingnya persiapan psikologis dalam menghadapi pernikahan sebagai salah satu upaya untuk mengurangi angka perceraian. Menurut pakar psikologi, Diane E. Papalia dan Silly Wendkos Olds mengemukakan bahwa usia terbaik untuk menikah bagi perempuan adalah 19-25 tahun, sedangkan bagi laki-laki usia 20-25 tahun seharusnya sudah menikah. Ini adalah usia terbaik untuk menikah, baik untuk memulai kehidupan rumah tangga maupun untuk menjadi pengasuh anak pertama (*the first time parenting*). Selain itu, hasil penelitian Campbell dan kawan-kawan menunjukkan bahwa

---

<sup>28</sup> Sunarto, Muhammad Zainuddin, and Fathor Rozy.. "Pembatasan Pernikahan Ditinjau dari Psikologi." *Jurnal Sosial Ekonomi Dan Humaniora* 8 (4) (2022): 616-624. <https://doi.org/10.29303/jseh.v8i4.167>.

yang paling bahagia di antara pasangan nikah adalah pasangan yang menikah pada usia 20-an.<sup>29</sup>

Keluarga menurut Ahmadi merupakan kelompok primer yang paling penting di dalam masyarakat. Keluarga merupakan sebuah kelompok yang terbentuk dari hubungan antara laki-laki dan perempuan, dimana hubungan tersebut sedikit banyak berlangsung lama untuk menciptakan dan membesarkan anak-anak. Jadi keluarga dalam bentuk yang murni merupakan satu kesatuan sosial yang terdiri dari suami, istri dan anak-anak yang belum dewasa. Satuan ini mempunyai sifat-sifat tertentu yang sama, dimana saja dalam satuan masyarakat manusia. Keluarga didefinisikan dengan istilah kekerabatan dimana individu bersatu dalam suatu ikatan perkawinan dengan menjadi orang tua. Dalam arti luas anggota keluarga merupakan mereka yang memiliki hubungan personal dan timbal balik dalam menjalankan kewajiban dan memberi dukungan yang disebabkan oleh kelahiran, adopsi, maupun perkawinan.<sup>30</sup>

Perkawinan seharusnya dijalani oleh pasangan suami istri dengan harmonis. Hal ini dikarenakan menikah pada dasarnya untuk membentuk keluarga yang bahagia, saling mengasihi dan penuh rahmah.<sup>31</sup> Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam surah Ar-Rum ayat 21. Keluarga sakinah menjadi impian orang yang telah melaksanakan perkawinan dalam rangka melakukan pembinaan keluarga. Demikian pula dalam keluarga terdapat peraturan-peraturan baik yang rinci maupun global, yang mengatur individu

---

<sup>29</sup> Itryah, and Vinka Ananda. "Persiapan Pernikahan dengan Pendekatan Psikologis di Kelurahan 8 Ulu Kabupaten Banyuasin, Sumatera Selatan." *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI)* 3 (2) (2023): 759–766. <https://doi.org/10.54082/jamsi.744>

<sup>30</sup> Simatupang, Marhisar, Nur Ainy Sadijah, and Ayu Ganis Hemasti Randwitya. *The Commuter Family: Keharmonisan Keluarga*. (Purbalingga: Eureka Media Aksara, 2021) 40

<sup>31</sup> Istiqomah, Imannatul, and Mukhlis. "Hubungan antara Religiusitas dengan Kepuasan Perkawinan." *Jurnal Psikologi* 11 (2) (2015): 71–78.

maupun keseluruhannya sebagai kesatuan. Islam memberikan ajaran agar rumah tangga menjadi surga yang dapat menciptakan ketentraman, ketenangan dan kebahagiaan, dalam upaya mengantisipasi pengaruh budaya luar yang negatif. Intinya ciri khas keluarga sakinah yang islami. Mereka yang diikat dengan ikatan pernikahan bermitra dalam rumah tangga itu untuk mengabdikan dan berkhidmat pada aturan dan beribadah kepada Allah SWT. Seiring dengan pengertian tersebut, keluarga sakinah didefinisikan sebagai keluarga yang dibina atas ikatan perkawinan yang sah, mampu memenuhi hajat hidup spiritual dan material secara layak dan seimbang, diliputi suasana kasih sayang antara anggota keluarga dan lingkungan dengannya selaras, serasi serta mampu menghayati dan mengamalkan nilai-nilai keimanan, ketakwaan, dan akhlakul karimah dengan baik.<sup>32</sup>

Sakinah, kata sakinah ini sendiri mempunyai arti damai. Maksudnya, tempat yang aman dan damai. Sakinah ini berasal dari bahasa Arab *sakana-yaskunu-sukunan*, artinya tenang. Dalam keterangan yang lain sakinah adalah kumpulan keluarga yang harmonis, sejahtera, bahagia lahir batin, hidup tenang, tentram, dan damai penuh kasih sayang, serta relasi suami isteri yang seimbang dan setara dan tidak ada kekerasan di dalamnya. Perasaan ini tentunya bisa terjadi ketika pasangan suami isteri merasa apa yang mereka inginkan dapat diperoleh dari pasangan masing-masing. Agar lebih memahami apa sebenarnya makna yang terkandung dalam kata sakinah itu sendiri. Mawaddah artinya mencintai atau menyayangi. Dalam penjelasan lain mawaddah ini berasal dari kata *al-waddu* yang

---

<sup>32</sup> Arifin, Samsul, dan Khairuddin. "Konsep Keluarga Harmonis Dalam Konteks Hukum Islam." *Al-Adillah: Jurnal Hukum Islam* 3 (1): 13-25. <https://ejournal.unibo.ac.id/index.php/aladillah/article/view/485>.

artinya cinta atau mencintai sesuatu. Terakhir rahmah. Berasal dari kata rohima, rohmatan wa marhamatan artinya menaruh kasihan. Pengertian rahmah juga bisa dikatakan santun- menyantuni. Rahmah ini lebih kepada kasih sayang atau cinta yang bersifat batin, yakni tentramnya hati masing-masing pihak.<sup>33</sup>

Keluarga harmonis merupakan lingkungan yang terbaik bagi individu untuk dapat membentuk kepribadian yang sehat. Kepribadian yang sehat dan keluarga yang sehat sangat diperlukan dalam membangun masyarakat yang sehat, yang pada akhirnya diperlukan dalam membangun bangsa. Pada dasarnya, keluarga bertujuan untuk bahagia. Membentuk keluarga yang harmonis serta sehat. Namun adakalanya pola asuh orang tua adalah penyebab tertentu membuat keluarga tidak dapat menjadikan keluarga yang sehat serta bahagia sehingga menimbulkan ketidak harmonisan di dalam keluarga. Pola asuh orangtua positif atau sehat ialah perlakuan orangtua kepada anak-anaknya yang dapat dikenali melalui ucapan dan tindakan orangtua yang berdampak baik bagi perkembangan kepribadian/kemandirian anak, yang tampak pada pola asuh orangtua: *reasonable, encouraging, concistent, peace making, caring, relaxed, dan responsible*. Dampaknya: *Reasonable parents*, memberikan alasan logis, menimbulkan rasa percaya diri tinggi; *Encouraging parents*, mendorong dan melakukannya sendiri, menimbulkan harga diri yang tinggi.; *Concistent parents*, menjaga atau memelihara ucapan dan tindakan yang sama pada situasi dan kondisi yang sama, membuat anak menjadi tegas, tangguh, percaya kepada kemampuan diri; *Peace making parents*: memberikan tauladan yang baik, membuat

---

<sup>33</sup> Ahmad Sainul, "Konsep Keluarga Harmonis dalam Islam." *Jurnal Al-Maqasid* 4 (1) (2018): 86–98.

anak berperilaku baik dan meniru dengan suka rela, tanpa tekanan; *Caring parents*): memperhatikan dan mendengar ungkapan perasaan anak dapat membangkitkan kepercayaan dan harga diri yang tinggi; *Relaxed parents*): memberikan kebebasan kepada anak dalam bertindak, sehingga anak merasa dihargai; *Responsible parents*): memberi kepercayaan dan kebebasan, sesuai dengan kebutuhan anak, membelajarkan anak berani menanggung risiko dari suatu perbuatan yang dilakukannya.<sup>34</sup>

Memiliki keluarga yang harmonis dan sesuai dengan ajaran agama Islam adalah dambaan setiap muslim dan untuk mewujudkannya ada beberapa cara menjaga keharmonisan dalam rumah tangga tersebut. Keluarga sakinah, mawaddah warahmah yang berarti keluarga yang penuh kasih sayang, cinta dan ketenteraman dibangun diatas nilai-nilai Islam dan berawal dari pernikahan yang hanya mengharap ridha Allah SWT. Dalam Islam begitu pentingnya kedudukan sebuah keluarga, ini dibuktikan bahwa keluarga adalah tempat pendidikan yang pertama dan utama. Melalui tempat tersebutlah seseorang mengetahui hak dan kewajiban sebagai hamba yang mempunyai tugas mengabdikan kepada sang *Khaliq*. Pernikahan berorientasi membentuk keluarga sakinah, yang berlandaskan cinta dan kasih sayang (keharmonisan), Fungsi hidup dan kehidupan seseorang, demikian pula interaksi dengan individu lain, senantiasa berada dalam fakta keluarga. Sebuah keluarga adalah tempat dimana pondasi nilai-nilai agama diajarkan oleh kedua orangtua dan anggota keluarga lainnya kepada seorang anak<sup>35</sup>

---

<sup>34</sup> Nikmah, Barokatun, and Nurus Sa'adah. "Literature Review: Membangun Keluarga Harmonis Melalui Pola Asuh Orang Tua." *Taujihat: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2 (2) (2021): 188-99. <https://journal.iain-samarinda.ac.id/index.php/TAUJIHAT/index>

<sup>35</sup> Amatul Jadidah. "Konsep Ketahanan Keluarga dalam Islam." 66-67

Keharmonisan adalah perihal (keadaan) harmonis, keselarasan, keserasian. Keluarga yang harmonis dan berkualitas yaitu keluarga yang rukun berbahagia, tertib, disiplin, saling menghargai, penuh pemaaf, tolong menolong dalam kebajikan, memiliki etos kerja yang baik, bertetangga dengan saling menghormati, taat mengerjakan ibadah, berbakti pada yang lebih tua, mencintai ilmu pengetahuan dan memanfaatkan waktu luang dengan hal yang positif dan mampu memenuhi dasar keluarga. Untuk membentuk keharmonisan Orang tua hendaknya menunjukkan perhatian dengan melibatkan diri secara intelektual dengan anak, mendiskusikan masalah, mempertanyakan, dan mengkaji. Sehingga anak dan orang tua mengalami pendekatan yang membuat keluarga harmonis yang dapat meningkatkan pengamalan agama serta terhindarnya dari perilaku yang buruk di luar lingkungan keluarga.

Agar suatu keluarga dapat dikatakan keluarga yang sehat dan bahagia maka harus memiliki beberapa kriteria yang sangat penting bagi perkembangan anak yaitu kehidupan beragama dalam suatu keluarga, mempunyai waktu untuk bersama, mempunyai pola konsumsi yang baik bagi sesama anggota dan saling menghargai satu sama lain. Pendidikan orang tua sangatlah penting bagi anak-anaknya, terutama pendidikan agama yang mana anak tersebut dapat belajar dalam ajaran-ajaran Allah swt. Melalui Rasulullah Muhammad saw, dan melalui kitab Alquran. Orang tua menentukan dan meneladankan (model) seperangkat nilai yang jelas, dan mendorong anak-anak mereka untuk menentukan perilaku apa yang mencerminkan nilai-nilai tersebut. Namun sikap orang tua yang humoris, suka bercanda sebagai lelucon yang biasa terjadi pada kehidupan sehari-hari diakui cukup memberikan warna dalam



kehidupan anak. Bercanda dan bermesra-mesraan dengan istri dan anak-anak adalah salah satu sebab yang mendatangkan suasana kebahagiaan.<sup>36</sup>

Menurut konsep Islam, ketahanan keluarga atau membentuk keluarga harmonis dibangun atas dasar iman dan taqwa sebagai pondasinya, syariah atau aturan Islam sebagai bentuk bangunannya, akhlak dan budi pekerti mulia sebagai hiasannya. Keluarga akan kokoh dan tidak rapuh menghadapi badai kehidupan dahsyat. Menurut Mubarak, keluarga sakinah berdiri diatas lima pilar, yaitu : memiliki kecenderungan kepada agama, orang muda menghormati orang tua dan orang tua menyayangi orang muda, sederhana dalam berbelanja, santun dalam bergaul, dan selalu instropeksi.<sup>37</sup>

Kesiapan psikologis sangat penting dipersiapkan bagi pasangan dalam menghadapi pernikahan. Karena dengan adanya kesiapan psikologis yang menurut Campbel dan Jaen Pigeat, yang merupakan pakar psikologi, mereka mengungkapkan usia menikah yang pas adalah usia 20 sampai 25 tahun, sebab berdasarkan psikologi remaja di usia sudah mulai tertata cara berfikirnya, sudah memiliki kecenderungan terhadap segala sesuatu yang baik, mampu mengendalikan dominasi ego untuk mampu menghormati yang tua, dan menyayangi yang muda, mampu memilah-milah kebutuhan, serta selalu instropeksi diri, segala sifat dan tingkah laku ini sangat membantu dalam mewujudkan rumah tangga yang harmonis dalam bingkai psikologi pernikahan Islam.

---

<sup>36</sup>Muhammad Aqsho, "Keharmonisan dalam Keluarga dan Pengaruhnya terhadap Pengamalan Agama." *Jurnal Almufida II (1)* (2017): 36-51

<sup>37</sup> Muzdalifah Rahman, *Psikologi Keluarga Islam*. 20

## KESIMPULAN

Kesiapan psikologis sangat penting dipersiapkan bagi pasangan dalam menghadapi pernikahan. Usia menikah yang pas adalah usia 20 sampai 25 tahun, sebab berdasarkan psikologi remaja diusia sudah mulai tertata cara berfikirnya, sudah memiliki kecenderungan terhadap segala sesuatu yang baik, mampu mengendalikan dominasi ego. Hal ini bertujuan untuk mewujudkan Keluarga yang harmonis dan berkualitas yaitu keluarga yang rukun berbahagia, tertib, disiplin, saling menghargai, penuh pemaaf, tolong menolong dalam kebajikan, memiliki etos kerja yang baik, bertetangga dengan saling menghormati, taat mengerjakan ibadah, berbakti pada yang lebih tua, mencintai ilmu pengetahuan dan memanfaatkan waktu luang dengan hal yang positif dan mampu memenuhi dasar keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aqsho, Muhammad, "Keharmonisan dalam Keluarga dan Pengaruhnya terhadap Pengamalan Agama." *Jurnal Almufida II (1)* (2017): 36-51
- Arifin, Samsul, dan Khairuddin. "Konsep Keluarga Harmonis Dalam Konteks Hukum Islam." *Al-Adillah: Jurnal Hukum Islam 3 (1)*: 13-25. <https://ejournal.unibo.ac.id/index.php/aladillah/article/view/485>.
- Atabik, Ahmad, and Koridatul Mudhiihah. "Pernikahan dan Hikmahnya Perspektif Hukum Islam." *Yudisia 5 (2)* (2014): 293-394.
- Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Jakarta:Rineka Cipta, 2008
- Casmini. "Pernikahan Dini (Perspektif Psikologi dan Agama)." *Aplikasia, Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama III (1)* (2002): 45-57.
- Farichatul Azkiyah, "Upaya Membangun Keluarga Sakinah bagi Pasangan Hidup Berbeda Kota Tempat Tinggal Perspektif

- Sosiologi Hukum Islam." *Asy-Syari'ah : Jurnal Hukum Islam* 8 (2) (2022): 14–29. <https://doi.org/10.55210/assyariah.v8i2.783> .
- Fathurrahman, Nandang. "Relevansi Pembentukan Keluarga Sakinah Perspektif Hukum Positif dan Al Ghazali." *Khazanah Multidisiplin* 4 (1) (2023.): 1–18. <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/kl>.
- Fauji Hadiono, Abdi, "Pernikahan Dini dalam Perspektif Psikologi Komunikasi." *Jurnal Darussalam; Jurnal Pendidikan, Komunikasi Dan Pemikiran Hukum Islam IX* (2) (2018): 385–397.
- Fauzi, Muahfudh. *Diktat Mata Kuliah Psikologi Keluarga*. Edited by Muhammad Qustulan. 1st ed. (Tangerang: PSP Nusantara Press 2018). <https://stisnutangerang.ac.id/wp-content/uploads/2018/09/FULL> - Diktat - Matakuliah -Psikologi - Keluarga - Mahfudh- Fauzi. pdf. 17
- Istiqomah, Imannatul, and Mukhlis. "Hubungan antara Religiusitas dengan Kepuasan Perkawinan." *Jurnal Psikologi* 11 (2) (2015): 71–78.
- Itryah, and Vinka Ananda. "Persiapan Pernikahan dengan Pendekatan Psikologis di Kelurahan 8 Ulu Kabupaten Banyuasin, Sumatera Selatan." *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI)* 3 (2) (2023): 759–766. <https://doi.org/10.54082/jamsi.744>
- Itryah, and Vinka Ananda. "Persiapan Pernikahan dengan Pendekatan Psikologis di Kelurahan 8 Ulu Kabupaten Banyuasin, Sumatera Selatan." *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI)* 3 (2) (2023): 759–766. <https://doi.org/10.54082/jamsi.744>
- Jadidah, Amatul, "Konsep Ketahanan Keluarga dalam Islam." *MAQASHID Jurnal Hukum Islam* 4 (3) (2021): 63–77. <http://ejournal.alqolam.ac.id/index.php/maqashid>.
- Nijo, Akhlaqul Rachma Khasanah, and Muhammad Faisal. "Urgensi Memahami Ketentuan Pernikahan Bagi Calon Pengantin Untuk Membentuk Kelaurga Sejahtera." *Arfannur: Journal of Islamic Education* 3 (3) (2022): 163–76. <https://doi.org/10.24260/arfannur.v3i3.1108>.

- Nikmah, Barokatun, and Nurus Sa'adah. "Literature Review: Membangun Keluarga Harmonis Melalui Pola Asuh Orang Tua." *Taujihhat: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2 (2) (2021): 188-99. <https://journal.iain-samarinda.ac.id/index.php/TAUJIHAT/index>
- Nuroniyah, Wardah. *Psikologi Keluarga*. Cirebon: CV. Zenius Publisher. 2023
- Nurtjahjani, Fullchis, Yulis Nurul Aini, Ane Fany Novitasari, and Sugeng Basuki.. "Implementasi Membangun Keluarga Harmonis Untuk Menurunkan Tingkat Stres Ibu Pkk Rw 21 Purwanto Malang." *RESWARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2 (2) (2021): 178-85. <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v2i2.948> .
- Qoharuddin, Moch. Azis. "Konsep Harmonis dalam Keluarga." *SALIMIYA: Jurnal Studi Ilmu Keagamaan Islam* 1 (3) (2020): 151-73
- R. Aziz, and R. Mangestuti. "Membangun Keluarga Harmonis Melalui Cinta dan Spiritualitas pada Pasangan Suami Istri di Provinsi Jawa Timur." *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konseling* 14 (2) (2021): 129-139. <https://doi.org/10.24156/jikk.2021.14.2.129>.
- Rachmy R Diana, "Penundaan Pernikahan: Perspektif Islam dan Psikologi." *Jurnal Psikologi* 1 (2) (2008): 163-82. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/8848/>.
- Rahman, Muzdalifah. *Psikologi Keluarga Islam (Ketahanan Keluarga dalam Prespektif Islamic Spiritual Coping)*. Edited by Moh Afandi. Duta Media Publishing. 1st ed. (Pamekasan: Duta Media Publishing. 2023). 14-18
- Saidiyah, Satih and Very Julianto. "Problem Pernikahan dan Strategi Penyelesaiannya: Studi Kasus pada Pasangan Suami Istri dengan Usia Perkawinan di Bawah Sepuluh Tahun." *Jurnal Psikologi Undip* 15 (2 (2016): 124-133. <https://doi.org/10.14710/jpu.15.2.124-133>.
- Sainul, Ahmad, "Konsep Keluarga Harmonis dalam Islam." *Jurnal Al-Maqasid* 4 (1) (2018): 86-98.
- Siahaan, Riana Friska. "Membangun Keluarga Yang Sukses dan Harmonis." *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera* 14 (28) (2016): 59-75

Simatupang, Marhisar, Nur Ainy Sadijah, and Ayu Ganis Hemasti Randwitya. *The Commuter Family: Keharmonisan Keluarga*. Purbalingga: Eureka Media Aksara, 2021

Subairi. "Keharmonisan Keluarga Prespektif Hukum Islam." *Mabahits: Jurnal Hukum Keluarga* 2 (2) (2021): 171-187.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.36835/mabahits.v2i2.765>.

Sunarto, Muhammad Zainuddin, and Fathor Rozy.. "Pembatasan Pernikahan Ditinjau dari Psikologi." *Jurnal Sosial Ekonomi Dan Humaniora* 8 (4) (2022): 616-624.  
<https://doi.org/10.29303/jseh.v8i4.167>.

Surawan. "Pernikahan Dini; Ditinjau dari Aspek Psikologi." *Al-Mudarris (Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam)* 2 (2) (2019): 200-219.  
<https://doi.org/10.23971/mdr.v2i2.1432>.

Tirtawinata, Christofora Megawati. "Mengupayakan Keluarga Yang Harmonis." *Humaniora* 4 (2) (2013): 1141-1151.  
<https://doi.org/10.21512/humaniora.v4i2.3555>

Ulum, Miftahul, and Masyhuri. "Upaya Islam Dalam Pembentukan Keluarga Harmonis (Analisis Normatif)." *JPIK : Jurnal Pemikiran Dan Ilmu Keislaman* 2 (1) (2019): 226-242.

Wiranti Ritonga, Wirda,. "Peran dan Fungsi Keluarga dalam Islam." *Islam & Contemporary Issues* 1 (2) (2021): 47-53.  
<https://doi.org/10.57251/ici.v1i2.91>