



## PERAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DALAM MEMBANGUN KEHARMONISAN RUMAH TANGGA

Muhamad Rifa'i Subhi<sup>1</sup>, Sunyoto<sup>2\*</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan, Indonesia

### Article Info

#### Article History:

Submitted: 29/04/2025

Accepted: 27/06/2025

Published: 29/06/2025

#### \*Corresponding Author:

Name: Sunyoto

Email:

[sunyoto@mhs.uingusdur.](mailto:sunyoto@mhs.uingusdur.ac.id)

ac.id

DOI:

[https://doi.org/10.32332/](https://doi.org/10.32332/kt5qfw02)

[kt5qfw02](https://doi.org/10.32332/kt5qfw02)

### Abstract

This article explores the role of Islamic guidance and counseling in fostering family harmony through an approach rooted in spiritual values, effective communication, and a balanced understanding of the roles of husband and wife. The study aims to analyze how the principles of Islamic counseling are applied in the context of family life, evaluate its effectiveness in preventing and resolving marital conflicts, and examine its contribution to the development of families characterized by *sakinah*, *mawaddah*, and *rahmah*. Using a qualitative approach based on literature review, the study finds that Islamic counseling not only offers practical solutions to domestic problems but also serves as a strong preventive tool through premarital education and spiritual nurturing. Core Islamic principles such as mutual consultation (*shura*), compassion, and patience form the foundation of the counseling process, which helps improve communication quality and strengthen family resilience. The findings suggest that Islamic counseling has significant potential to assist couples in navigating family dynamics more wisely and maturely, thus minimizing the risk of conflict and divorce. Therefore, Islamic guidance and counseling should be continuously developed and integrated into family development programs to enhance both social and spiritual resilience within Muslim communities.

Copyright © 2025, Muhamad Rifa'i Subhi et al  
This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



#### Keywords:

**Family Counseling; Household Harmony; Islamic Guidance; Marital Conflict; Sakinah Family**

### Abstrak

Artikel ini membahas peran bimbingan dan konseling Islam dalam membangun keharmonisan rumah tangga melalui pendekatan yang menekankan pada nilai-nilai spiritual, komunikasi efektif, dan pemahaman peran antara suami dan istri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana prinsip-prinsip konseling Islam diterapkan dalam konteks rumah tangga, mengevaluasi efektivitasnya dalam mencegah dan menyelesaikan konflik pernikahan, serta mengkaji kontribusinya dalam membentuk keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif berbasis kajian pustaka, penelitian ini mengidentifikasi bahwa konseling Islam tidak hanya menawarkan solusi atas permasalahan rumah tangga, tetapi juga menjadi instrumen preventif yang kuat melalui pendidikan pranikah dan pembinaan spiritual. Prinsip-prinsip Islam seperti musyawarah, kasih sayang, dan kesabaran menjadi fondasi utama dalam proses konseling, yang mampu meningkatkan kualitas komunikasi dan memperkuat ketahanan keluarga. Temuan menunjukkan bahwa konseling Islam memiliki potensi besar dalam mendampingi pasangan menjalani dinamika rumah tangga dengan lebih matang dan bijaksana, sehingga mampu meminimalkan risiko konflik dan perceraian. Dengan demikian, bimbingan dan konseling Islam perlu terus dikembangkan dan diintegrasikan dalam program pembinaan keluarga guna memperkuat ketahanan sosial dan spiritual umat.

**Kata Kunci: Bimbingan Islam; Keharmonisan Rumah Tangga; Keluarga Sakinah; Konseling Keluarga; Konflik Pernikahan**

## Pendahuluan

Pernikahan dalam Islam dipandang sebagai institusi sakral yang menjadi fondasi utama bagi pembentukan keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah. Lebih dari sekadar kontrak sosial, pernikahan adalah ikatan spiritual antara dua insan yang saling melengkapi dan mendukung untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Namun, kenyataan menunjukkan bahwa kehidupan pernikahan tidak selalu berjalan harmonis. Berbagai konflik dan persoalan kerap muncul akibat kurangnya kesiapan pasangan dalam menghadapi dinamika rumah tangga (Shaquilla Aulia Hakim & Ulfa Masfufah, 2023). Faktor internal seperti perbedaan karakter, ketidaksepahaman, dan komunikasi yang buruk sering kali menjadi pemicu konflik (Nugraha et al., 2020). Di sisi lain, faktor eksternal seperti tekanan ekonomi, pengaruh media sosial, hingga kurangnya edukasi pranikah turut memperparah situasi. Tidak sedikit pasangan yang akhirnya mengalami ketegangan berkepanjangan, bahkan berujung pada perceraian, yang dari tahun ke tahun menunjukkan tren peningkatan di Indonesia.

Berbagai studi menunjukkan pentingnya kesiapan emosional, spiritual, dan sosial dalam membangun pernikahan yang sehat. Bimbingan dan konseling Islam memainkan peran penting dalam mempersiapkan individu menghadapi kehidupan pernikahan dan dalam menangani konflik rumah tangga berdasarkan nilai-nilai ajaran Islam. Pendekatan ini mengintegrasikan prinsip-prinsip spiritual dengan teknik konseling praktis untuk membina keluarga yang harmonis dan berkelanjutan. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa bimbingan pra-nikah Islam tidak hanya membantu calon pasangan memahami peran dan tanggung jawab mereka, tetapi juga memberikan bekal pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, etika seksual, serta dinamika relasi dalam rumah tangga (Choiriyah & Al-Kattani, 2020). Hal ini penting untuk membentuk keluarga sakinah sejak awal, sekaligus mencegah pernikahan yang didasari oleh tekanan atau ketidaksiapan emosional. Selain itu, konseling Islam juga dinilai efektif dalam mencegah fenomena "married by accident" di kalangan remaja melalui pendekatan kesadaran diri dan nilai keagamaan (Shamsuddin et al., 2022).

Dalam konteks penanganan konflik, konseling Islam menekankan prinsip kesabaran, kasih sayang, dan saling menghormati sebagaimana diajarkan dalam Al-Qur'an dan Hadis. Nilai-nilai ini menjadi dasar dalam memediasi pertengkaran pasangan dan menjaga martabat masing-masing pihak (Sadia, 2024). Di tingkat sosial, konseling berbasis Islam bahkan berpotensi menekan angka perceraian dan meningkatkan kesejahteraan emosional masyarakat. Meski demikian, masih terdapat tantangan implementatif, seperti ketiadaan standar praktik yang seragam dalam layanan konseling pernikahan Islam, sebagaimana terlihat di Malaysia (Shamsuddin et al., 2022). Situasi ini menegaskan perlunya pengembangan

kebijakan dan metodologi yang kontekstual agar konseling Islam mampu menjawab kebutuhan beragam komunitas Muslim masa kini secara lebih adaptif dan efektif (Rokhianto & Arifin, 2023).

Meskipun literatur sebelumnya telah menjelaskan peran penting agama dalam kehidupan rumah tangga, masih terdapat kekosongan kajian yang secara spesifik mengulas bagaimana praktik bimbingan dan konseling Islam dijalankan dalam konteks permasalahan pernikahan di Indonesia. Sebagian besar studi cenderung fokus pada aspek teoretis atau normatif, tanpa menjelaskan mekanisme praktis dalam proses konseling. Selain itu, masih minim riset yang mengaitkan secara langsung antara efektivitas konseling Islam dan upaya preventif dalam membangun keluarga harmonis sejak awal pernikahan. Oleh karena itu, artikel ini menempatkan bimbingan dan konseling Islam sebagai fokus utama, dengan menelaah bagaimana pendekatan ini tidak hanya menyelesaikan konflik yang telah terjadi, tetapi juga berfungsi sebagai strategi edukatif dan preventif yang dapat memperkuat struktur keluarga Muslim secara berkelanjutan.

Kajian ini penting karena tingginya angka perceraian dan meningkatnya kompleksitas persoalan rumah tangga menuntut pendekatan yang lebih mendalam dan kontekstual dalam mendampingi pasangan Muslim (Eva Rosyidana Alfa Sanah, 2024). Bimbingan dan konseling Islam memiliki potensi besar untuk menjawab kebutuhan tersebut karena berbasis pada nilai-nilai ilahiah yang mengedepankan keseimbangan antara aspek spiritual dan sosial (Azani et al., 2022). Dalam era modern yang penuh tantangan, konseling Islam dapat menjadi jembatan untuk mengembalikan pasangan pada nilai-nilai dasar pernikahan dalam Islam, sekaligus membantu mereka mengelola konflik secara konstruktif. Dengan menggali lebih jauh praktik dan metode konseling Islam, penelitian ini dapat berkontribusi secara signifikan dalam memperkuat wacana akademik maupun praktik lapangan terkait keharmonisan rumah tangga, sekaligus memberi masukan bagi lembaga keagamaan, konselor, dan pembuat kebijakan dalam pengembangan program pendampingan keluarga.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran bimbingan dan konseling Islam dalam membangun dan mempertahankan keharmonisan rumah tangga. Secara khusus, kajian ini mengeksplorasi bagaimana pendekatan konseling Islam membantu pasangan dalam mengelola konflik, meningkatkan komunikasi, serta memperkuat nilai-nilai keislaman dalam kehidupan rumah tangga. Adapun pertanyaan penelitian yang diajukan adalah: (1) Bagaimana prinsip-prinsip bimbingan dan konseling Islam diterapkan dalam konteks rumah tangga? (2) Sejauh mana efektivitas pendekatan ini dalam mencegah atau mengatasi konflik pernikahan? (3) Bagaimana kontribusi konseling Islam dalam membangun keluarga yang sakinah, mawaddah, dan

rahmah? Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wacana akademik serta memberikan kontribusi praktis bagi pengembangan layanan konseling berbasis Islam.

## Metode

Studi ini menggunakan pendekatan metode deskriptif-kualitatif dengan kajian literatur. Artikel ini tidak berfokus pada pengumpulan data empiris melalui survei atau wawancara, melainkan mengandalkan analisis dan sintesis dari berbagai sumber literatur yang relevan, termasuk buku, jurnal, artikel ilmiah, dan sumber-sumber otoritatif lainnya yang membahas tentang bimbingan dan konseling Islam serta konsep rumah tangga yang harmonis dalam Islam (Fauziah et al., 2020). Sumber-sumber yang digunakan dalam artikel ini mencakup teks-teks Al-Qur'an, hadis-hadis Nabi Muhammad SAW, serta literatur mengenai bimbingan dan konseling Islam. Selain itu, artikel ini juga mengacu pada hasil-hasil penelitian terdahulu yang membahas mengenai peran agama dalam menyelesaikan masalah rumah tangga, dan bagaimana konseling yang berbasis agama dapat memberikan solusi dalam menjaga keharmonisan hubungan suami istri. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, artikel ini berusaha untuk menggali pemahaman tentang nilai-nilai Islam yang diterapkan dalam bimbingan dan konseling rumah tangga serta bagaimana nilai-nilai tersebut dapat diterjemahkan dalam praktik sehari-hari pasangan suami istri.

Analisis dilakukan secara kritis terhadap sumber-sumber yang ada, dengan tujuan untuk mengidentifikasi prinsip-prinsip dasar dalam bimbingan dan konseling Islam yang dapat membantu pasangan mengatasi berbagai tantangan dalam pernikahan mereka. Selain itu, metode ini juga mengupas berbagai pendekatan dalam mengatasi masalah seperti komunikasi yang buruk, konflik emosional, serta perbedaan peran dan tanggung jawab dalam rumah tangga. Dengan demikian, artikel ini memberikan wawasan yang komprehensif mengenai penerapan bimbingan dan konseling Islam dalam konteks kehidupan perkawinan, dengan harapan dapat memberikan kontribusi positif bagi masyarakat dalam membangun rumah tangga yang harmonis dan sejahtera.

## Hasil dan Pembahasan

### *Kontribusi Konseling Islam terhadap Ketahanan Rumah Tangga*

Berdasarkan hasil kajian literatur yang dilakukan secara sistematis, ditemukan bahwa bimbingan dan konseling Islam memegang peran strategis dalam membentuk dan mempertahankan keharmonisan rumah tangga. Konseling Islam tidak hanya menawarkan pendekatan penyelesaian masalah, tetapi juga membingkai kehidupan rumah tangga dalam perspektif nilai-nilai spiritual, etis, dan

sosial Islam. Pendekatan ini memungkinkan suami dan istri untuk tidak hanya menyelesaikan konflik secara temporer, tetapi juga membentuk pola hubungan yang sehat, berkelanjutan, dan sesuai dengan prinsip-prinsip syariah. Penekanan pada nilai-nilai seperti kasih sayang (*rahmah*), saling pengertian (*ta'āruf*), dan kerja sama (*ta'āwun*) menjadi dasar utama dalam konstruksi keharmonisan rumah tangga yang Islami. Artikel ini menemukan bahwa literatur-literatur utama, baik dari sumber normatif (Al-Qur'an dan Hadis) maupun akademik (jurnal dan buku), menunjukkan keselarasan dalam menempatkan bimbingan dan konseling Islam sebagai mekanisme pencegahan dan intervensi terhadap konflik keluarga (Manna et al., 2021).

Salah satu temuan signifikan adalah peran bimbingan dan konseling Islam dalam penyelesaian konflik rumah tangga melalui pendekatan berbasis nilai-nilai keislaman. Dalam berbagai sumber rujukan ditemukan bahwa Islam mengajarkan mekanisme penyelesaian konflik yang menghindari kekerasan, dominasi sepihak, atau pembiaran konflik berlarut-larut. Prinsip-prinsip seperti musyawarah (*syura*), kesabaran (*ṣabr*), dan keadilan (*ʿadl*) menjadi pedoman etis dalam proses konseling. Misalnya, prinsip "*La tuhajiru illa fi al-bait*" menganjurkan pasangan agar tidak memutus komunikasi atau menjauh satu sama lain dalam jangka waktu lama, karena hal tersebut dapat memperburuk situasi. Konseling Islam menekankan pendekatan solutif melalui dialog yang penuh empati, saling mendengarkan, dan menghindari penggunaan kata-kata kasar atau tindakan yang merendahkan martabat pasangan. Dengan demikian, konflik tidak hanya dapat diredam, tetapi juga dijadikan momentum untuk memperkuat kedewasaan emosional dan spiritual kedua belah pihak (Nurhidayah et al., 2023).

Hasil lainnya menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal antara pasangan memiliki pengaruh besar terhadap kualitas hubungan rumah tangga. Bimbingan dan konseling Islam memberikan pedoman praktis tentang pentingnya komunikasi yang lembut, terbuka, dan saling menghargai. Dalam literatur Islam, komunikasi tidak dipahami semata sebagai pertukaran pesan verbal, melainkan sebagai ekspresi akhlak mulia dan penghormatan terhadap pasangan. Hadis Nabi yang menyebutkan bahwa "Mukmin adalah cermin bagi mukmin lainnya" (HR. Abu Dawud) menjadi rujukan normatif bahwa komunikasi efektif hanya bisa tercapai ketika pasangan saling merefleksikan sikap positif satu sama lain. Konseling Islam mendorong pasangan untuk membangun pola komunikasi yang menghindari prasangka negatif, gosip, serta kata-kata menyakitkan, dan menggantinya dengan ungkapan kasih sayang dan penguatan psikologis. Dengan komunikasi yang sehat, maka potensi konflik dapat diminimalkan dan keintiman emosional dalam rumah tangga dapat diperkuat secara berkelanjutan.

Selain itu, pemahaman atas peran dan tanggung jawab masing-masing pasangan menjadi dimensi penting yang ditekankan dalam bimbingan dan konseling Islam. Dalam tradisi Islam, struktur relasi suami istri didasarkan pada

prinsip kepemimpinan yang adil dari suami dan partisipasi aktif dari istri dalam mewujudkan visi keluarga yang sakinah. Surat An-Nisa' ayat 34 menjadi acuan bahwa laki-laki berperan sebagai qawwam (pemimpin), namun hal ini tidak meniadakan peran substantif perempuan dalam pengambilan keputusan dan pengelolaan rumah tangga. Konseling Islam menekankan pentingnya distribusi peran yang saling melengkapi dan tidak timpang secara struktural. Literatur-literatur menunjukkan bahwa ketidakseimbangan dalam memahami peran sering menjadi sumber utama konflik. Oleh karena itu, proses konseling diarahkan untuk memperjelas batasan, ekspektasi, dan kontribusi dari masing-masing pasangan agar tercipta keseimbangan peran yang proporsional dan adil dalam kehidupan rumah tangga sehari-hari.

Dimensi spiritualitas juga merupakan fokus utama dalam bimbingan dan konseling Islam. Kedekatan spiritual antara pasangan diyakini mampu memperkuat ikatan emosional dan memperkuat daya tahan rumah tangga terhadap tantangan eksternal. Konseling Islam mendorong aktivitas ibadah bersama seperti shalat berjamaah, membaca Al-Qur'an, atau melakukan dzikir sebagai sarana memperkuat dimensi ruhani hubungan suami istri. Ayat Ar-Ra'd:28 "*Alaa bi dzikrillaahi tathma'innu al-quluub*" menjadi dasar bahwa ketenangan hati hanya bisa diperoleh melalui hubungan spiritual yang mendalam dengan Allah SWT (Indriani et al., 2024). Konseling Islam bukan hanya memperbaiki aspek teknis komunikasi atau perilaku, tetapi juga menanamkan nilai-nilai spiritualitas sebagai fondasi dari harmoni jangka panjang. Kedekatan spiritual diyakini dapat menumbuhkan rasa empati, saling memaafkan, dan ketulusan dalam menjalani peran sebagai pasangan hidup, terutama dalam menghadapi ujian atau ketegangan emosional.

Aspek preventif juga menjadi sorotan penting dalam hasil penelitian ini, khususnya dalam konteks pencegahan perceraian. Konseling Islam tidak hanya bekerja sebagai solusi saat konflik terjadi, tetapi juga sebagai instrumen edukatif yang mempersiapkan pasangan sejak sebelum menikah. Pendidikan pranikah yang dirancang dalam kerangka Islam biasanya mencakup materi tentang hak dan kewajiban pasangan, strategi resolusi konflik, komunikasi efektif, serta penanaman visi bersama dalam membangun keluarga. Dengan memahami potensi masalah sejak dini, pasangan dapat lebih siap secara mental dan emosional dalam menghadapi dinamika rumah tangga. Literatur juga menekankan pentingnya kesadaran untuk tidak mengambil keputusan perceraian secara impulsif, melainkan melalui proses perenungan, musyawarah, dan bimbingan spiritual. Oleh karena itu, peran konselor Islam menjadi sangat penting dalam memberikan pendampingan yang berkelanjutan dan berbasis nilai-nilai Qur'ani.

Secara keseluruhan, analisis menunjukkan bahwa pendekatan bimbingan dan konseling Islam memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pembangunan keluarga harmonis, baik dari sisi konseptual maupun praktis. Konseling Islam mengintegrasikan aspek emosional, spiritual, dan sosial dalam

pendekatannya, serta memosisikan rumah tangga sebagai institusi yang tidak hanya bersifat privat, tetapi juga memiliki dimensi sosial dan religius yang kuat. Dengan mengacu pada sumber-sumber ajaran Islam dan pendekatan konseling modern yang relevan, praktik konseling Islam dapat berperan sebagai alternatif solusi terhadap kompleksitas persoalan rumah tangga kontemporer. Temuan ini juga memberikan implikasi praktis bagi lembaga-lembaga dakwah, pusat-pusat konseling keluarga Muslim, dan institusi pendidikan Islam dalam merancang program-program konseling berbasis syariah yang lebih responsif terhadap kebutuhan umat.

### ***Prinsip-prinsip Bimbingan dan Konseling Islam dalam Konteks Rumah Tangga***

Penerapan prinsip-prinsip bimbingan dan konseling Islam dalam rumah tangga menekankan nilai-nilai ajaran Islam yang berorientasi pada penyelesaian konflik secara damai, komunikasi yang efektif, serta pemahaman terhadap peran masing-masing anggota keluarga. Dalam konseling Islam, konflik tidak dianggap sebagai ancaman, melainkan sebagai kesempatan untuk memperkuat hubungan ketika diselesaikan dengan hikmah. Prinsip "*idha ja'ul khasamatu wa tawa*", yakni menyelesaikan perselisihan dengan damai, menjadi acuan penting dalam meredakan ketegangan antar pasangan. Konselor Islam membimbing suami dan istri agar meredam emosi, menghindari tindakan yang memperburuk keadaan, dan fokus pada solusi bersama. Dalam kondisi konflik, Islam menganjurkan untuk menahan amarah dan mencari waktu yang tepat untuk berdialog. Praktik ini secara nyata dapat mencegah eskalasi konflik dan menciptakan suasana rumah tangga yang lebih sejuk dan terbuka untuk rekonsiliasi.

Selain pendekatan damai dalam menyelesaikan konflik, konseling Islam juga menekankan pentingnya komunikasi yang sehat antara suami dan istri. Dalam perspektif Islam, komunikasi bukan hanya pertukaran informasi, tetapi juga ekspresi kasih sayang, penghargaan, dan perhatian. Bimbingan Islam mendorong pasangan untuk berbicara dengan lemah lembut, menghindari kata-kata kasar, serta memberikan ruang bagi pasangan untuk mengekspresikan perasaan tanpa takut dihakimi (Hidayat et al., 2025). Hadis Rasulullah SAW seperti "Mukmin adalah cermin bagi Mukmin lainnya" memberi pesan moral bahwa pasangan harus mampu menjadi refleksi satu sama lain, mendengarkan secara aktif, dan menunjukkan empati dalam percakapan sehari-hari. Dengan pendekatan ini, komunikasi dalam rumah tangga tidak hanya menjadi alat pemecah masalah, melainkan juga sarana penguatan ikatan emosional dan spiritual di antara pasangan.

Pemahaman terhadap peran dan tanggung jawab dalam rumah tangga juga menjadi pilar utama dalam konseling Islam. Ketimpangan pemahaman sering menjadi pemicu konflik, terutama ketika peran gender disalahartikan. Islam menempatkan suami sebagai *qawwam* atau pemimpin, tetapi tidak dalam arti otoriter. Justru, kepemimpinan suami harus dijalankan dengan tanggung jawab,

kasih sayang, dan keadilan. Konseling Islam membantu pasangan untuk memahami bahwa suami dan istri memiliki peran yang saling melengkapi. Istri memiliki hak dan kontribusi yang signifikan dalam mendidik anak, menjaga rumah tangga, serta menjadi pendamping suami dalam kesulitan. Ketika peran ini dipahami secara proporsional, maka tugas-tugas dalam rumah tangga dapat dijalankan secara harmonis dan adil. Bimbingan ini menjadi dasar dalam menciptakan hubungan yang setara dan kolaboratif.

### ***Efektivitas Konseling Islam dalam Mencegah dan Mengatasi Konflik Pernikahan***

Konseling Islam terbukti efektif dalam mencegah dan mengatasi konflik pernikahan melalui pendekatan nilai-nilai keislaman yang menyentuh aspek emosional, spiritual, dan praktis. Dalam tahap pencegahan, konseling Islam biasanya diberikan dalam bentuk pendidikan pranikah yang menyeluruh. Pendidikan ini menanamkan pemahaman mengenai hak dan kewajiban pasangan, prinsip kesetaraan, serta cara menyikapi perbedaan. Dengan pembekalan ini, pasangan yang memasuki pernikahan tidak hanya siap secara emosional, tetapi juga memiliki kesiapan mental dan spiritual untuk menghadapi dinamika kehidupan rumah tangga. Hal ini berfungsi sebagai langkah preventif yang sangat penting, karena konflik yang tidak dikelola sejak awal dapat berkembang menjadi krisis rumah tangga yang lebih besar dan kompleks.

Dalam konteks pengelolaan konflik yang sudah terjadi, konseling Islam menawarkan metode penyelesaian yang tidak sekadar menyarankan kompromi praktis, tetapi juga membimbing pasangan menuju pemahaman yang lebih mendalam mengenai akar permasalahan. Pasangan diarahkan untuk melakukan refleksi spiritual dan introspeksi terhadap peran masing-masing dalam konflik. Konselor akan memfasilitasi percakapan yang sehat, menghindari sikap saling menyalahkan, dan menanamkan kembali pentingnya sakinah sebagai tujuan utama rumah tangga. Strategi ini memperlihatkan keefektifan bimbingan Islam dalam menenangkan suasana hati yang tegang, menurunkan ego, dan membangun kembali kepercayaan yang sempat hilang. Bahkan, dalam kasus yang sulit sekalipun, pendekatan spiritual seperti shalat bersama atau membaca Al-Qur'an menjadi penguat relasi yang berdampak besar pada rekonsiliasi.

Efektivitas pendekatan konseling Islam juga terlihat dari kemampuannya mencegah perceraian melalui penanaman nilai kesabaran dan pengorbanan dalam pernikahan. Islam memandang perceraian sebagai pilihan terakhir setelah seluruh ikhtiar dilakukan. Konseling mendorong pasangan untuk bersabar dalam ujian, berkomunikasi lebih baik, dan mencari titik temu dalam perbedaan. Dalam konteks ini, konseling Islam berfungsi sebagai jaring pengaman yang membantu pasangan mempertimbangkan keputusan mereka dengan bijak. Tidak jarang, pasangan yang awalnya ingin bercerai justru mengurungkan niatnya setelah mengikuti sesi

konseling dan menemukan kembali alasan utama mereka menikah. Pendekatan ini bukan hanya efektif secara psikologis, tetapi juga secara spiritual karena mendorong pasangan untuk kembali kepada nilai-nilai agama sebagai fondasi pernikahan mereka.

### ***Kontribusi Konseling Islam terhadap Terwujudnya Keluarga Sakinah, Mawaddah, dan Rahmah***

Keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah adalah cita-cita utama dalam pernikahan Islam. Konseling Islam memainkan peran strategis dalam membimbing pasangan mencapai kondisi ini melalui pendekatan yang terintegrasi antara spiritualitas, psikologi, dan nilai-nilai etika Islam. Konselor Islam tidak hanya berperan sebagai penasihat dalam konflik, tetapi juga sebagai fasilitator yang membimbing pasangan membangun visi bersama dalam kehidupan rumah tangga. Dalam proses ini, nilai sakinah yang berarti ketenangan jiwa ditumbuhkan melalui rutinitas ibadah bersama, seperti shalat berjamaah, membaca Al-Qur'an, dan berdzikir. Aktivitas ini bukan hanya memperkuat kedekatan pasangan kepada Allah, tetapi juga memperkuat ikatan emosional di antara mereka. Sakinah menjadi pondasi ketahanan rumah tangga ketika pasangan sama-sama sadar akan peran spiritual dalam kehidupan mereka (M Fakhruddin al-Razi & Nur Kamilia, 2023).

Sementara itu, nilai mawaddah yang berarti cinta kasih dan rahmah sebagai bentuk kasih sayang yang penuh pengorbanan, juga sangat ditekankan dalam konseling Islam. Pendekatan konseling Islam mendorong pasangan untuk mengekspresikan rasa cinta dan perhatian satu sama lain dalam bentuk tindakan konkret, seperti saling membantu dalam tugas rumah tangga, memberikan pujian, serta menghargai kehadiran pasangan. Konseling juga mengajarkan pentingnya menciptakan momen-momen kebersamaan yang membangun keintiman emosional. Dalam konteks ini, Islam memandang mawaddah bukan hanya sebagai rasa cinta yang bersifat emosional, tetapi sebagai bentuk tanggung jawab yang harus dirawat secara terus menerus. Konseling Islam memberikan panduan tentang bagaimana menjaga kehangatan pernikahan agar tidak memudar seiring berjalannya waktu (Husna, 2019).

Akhirnya, nilai rahmah atau kasih sayang yang penuh empati dan pengertian menjadi pelengkap dalam terciptanya keluarga harmonis. Konseling Islam mengajarkan bahwa rumah tangga yang bahagia adalah rumah tangga yang dihuni oleh dua orang yang saling memahami, memaafkan, dan berusaha menjadi pribadi yang lebih baik. Proses konseling sering kali memunculkan kesadaran bahwa pasangan adalah partner spiritual yang harus saling mendukung dalam mencapai tujuan hidup. Ketika prinsip rahmah ini tertanam kuat, pasangan akan lebih mudah melewati berbagai tantangan kehidupan. Konseling Islam secara tidak langsung membentuk keluarga yang tidak hanya bertahan, tetapi juga berkembang dalam cinta, kepercayaan, dan komitmen yang mendalam.

## Kesimpulan

Penerapan bimbingan dan konseling Islam sangat krusial dalam membangun relasi rumah tangga yang sehat, berkelanjutan, dan bernilai ibadah. Pendekatan ini menekankan pentingnya keadilan relasional, komunikasi yang setara, serta penguatan peran gender dalam perspektif Islam yang tidak bias. Efektivitas konseling Islam dalam mereduksi angka perceraian, memperbaiki kualitas relasi suami istri, serta meningkatkan ketahanan keluarga telah tercermin dalam berbagai studi empiris. Maka, integrasi program konseling Islam ke dalam sistem sosial dan keagamaan yang lebih luas perlu dioptimalkan, baik melalui lembaga keagamaan, pendidikan, maupun kebijakan publik. Ke depan, pendekatan ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan memperhatikan dinamika kehidupan modern, sehingga tetap relevan dalam menjawab tantangan rumah tangga kontemporer dan turut mewujudkan masyarakat yang sejahtera secara spiritual dan sosial.

## Ucapan Terima Kasih

Saya menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan inspirasi dalam penyusunan jurnal ini. Ucapan terima kasih khusus saya tujukan kepada para pembimbing dan pengarah atas arahan serta masukan berharga yang telah membantu mengarahkan penelitian ini hingga selesai dengan baik. Penghargaan yang tinggi juga saya berikan kepada para ahli dan peneliti terdahulu yang karya-karyanya menjadi pijakan penting dalam kajian ini. Tanpa kontribusi mereka, proses penulisan jurnal ini tentu tidak akan berjalan secara optimal. Saya juga berterima kasih kepada keluarga dan sahabat yang telah menjadi sumber kekuatan moral dan semangat selama proses penelitian berlangsung. Akhir kata, saya menghaturkan apresiasi kepada para pembaca, dengan harapan karya ini dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai peran bimbingan dan konseling Islam dalam membangun keharmonisan rumah tangga, serta menjadi kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan kemaslahatan masyarakat luas.

## Daftar Pustaka

- Azani, N., Arifi, A., & Harahap, L. (2022). Studi Kualitatif Tentang Solusi Al-Qur'an Terhadap Konflik Keluarga Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. *Madania: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 12(2), 114. <https://doi.org/10.24014/jiik.v12i2.20217>
- Choiriyah, N., & Al-Kattani, A. H. (2020). Islamic Guidance And Counseling Concept For Family Life Readiness Among High School Teenagers. *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, 1(1), 35–45. <https://doi.org/10.32832/pro-gcj.v1i1.2918>

- Eva Rosyidana Alfa Sanah. (2024). Pernikahan Sakinah: Tafsir Hermeneutika Teologis Atas Konsep Ketenangan Dan Kasih Dalam Al-Quran. *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir Dan Pemikiran Islam*, 5(3), 742-756. <https://doi.org/10.58401/takwiluna.v5i3.1710>
- Fauziah, A. S. N., Fauzi, A. N., & Ainayah, U. (2020). Analisis Maraknya Perceraian Pada Masa Covid 19. *Mizan: Journal of Islamic Law*, 4(2). <https://doi.org/10.32507/mizan.v4i2.838>
- Hidayat, F., Maizuddin, M., & Djuned, M. (2025). Komunikasi Antara Orang Tua dan Anak Menurut Tafsir Ibnu 'Asyur. *Wathan: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 52-67. <https://doi.org/10.71153/wathan.v2i1.201>
- Husna, C. A. (2019). TANTANGAN DAN KONSEP KELUARGA SAKINAH MAWADDHAH WA RAHMAH DI ERA MILLENNIAL DITINJAU DARI PERSPEKTIF HUKUM KELUARGA (STUDI KASUS PROVINSI ACEH). *Ius Civile: Refleksi Penegakan Hukum Dan Keadilan*, 3(2). <https://doi.org/10.35308/jic.v3i2.1461>
- Indriani, T., Jarkawi, J., & Ridhani, A. R. (2024). Dhikr Therapy: Overcoming Life Anxiety with Islamic Counseling Based on QS Ar-Ra'd Verse 28. *Al-Hayat: Journal of Islamic Education*, 8(2), 562. <https://doi.org/10.35723/ajie.v8i2.477>
- M Fakhruddin al-Razi, & Nur Kamilia. (2023). Konsep Keluarga Sakinah dalam Meningkatkan Ketahanan Nasional. *Al-Qawaid : Journal of Islamic Family Law*, 1-16. <https://doi.org/10.52491/qowaid.v1i2.74>
- Manna, N. S., Doriza, S., & Oktaviani, M. (2021). Cerai Gugat: Telaah Penyebab Perceraian Pada Keluarga di Indonesia. *JURNAL Al-AZHAR INDONESIA SERI HUMANIORA*, 6(1), 11. <https://doi.org/10.36722/sh.v6i1.443>
- Nugraha, A., Barinong, A., & Zainuddin, Z. (2020). Faktor Penyebab Terjadinya Perceraian Rumah Tangga Akibat Perselingkuhan. *Kalabbirang Law Journal*, 2(1), 53-68. <https://doi.org/10.35877/454RI.kalabbirang30>
- Nurhidayah, A., Kusnadi, K., & Noviza, N. (2023). Peran Penyuluh Agama Pada Konseling Pernikahan Dalam Mengantisipasi Perceraian Di KUA Kecamatan Bukit Kecil. *Social Science and Contemporary Issues Journal*, 1(2), 390-404. <https://doi.org/10.59388/sscij.v1i2.181>
- Rokhianto, M., & Arifin, M. (2023). EFISIENSI BIMBINGAN PRANIKAH OLEH PENYULUH AGAMA ISLAM DALAM UPAYA MEMBENTUK KELUARGA SAKINAH DI KUA SRENGAT. *SINDA: Comprehensive Journal of Islamic Social Studies*, 3(2), 84-94. <https://doi.org/10.28926/sinda.v3i2.1045>
- Sadia, S. (2024). The Role of Counseling in Marital Conflict Management: An Islamic Perspective. *Islamic Studies Research Journal Abhāth*, 9(36). <https://doi.org/10.54692/abh.2024.09362206>
- Shamsuddin, S., Abdul Karim, A., & Omardin, M. A. (2022). PROSEDUR GARIS PANDUAN RUNDING-CARA PERKAHWINAN ISLĀM: SATU ANALISIS KUALITATIF. *International Journal of Humanities Technology and Civilization*, 7(1), 83-91. <https://doi.org/10.15282/ijhtc.v7i1.7647>
- Shaqilla Aulia Hakim, & Ulfa Masfufah. (2023). Problematika Kesiapan Pernikahan Individu Dewasa Awal. *Flourishing Journal*, 3(8), 345-351. <https://doi.org/10.17977/um070v3i82023p345-351>