

Strategi Preventif Perceraian untuk Penguatan Ketahanan Keluarga dalam Perspektif Pendidikan Islam

^{*1} Hamzah Alfajri Linggawijaya, ² Siti Rokhimah

^{1,2} Institut Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Indonesia

Corresponding Email: elfajrihamzah@gmail.com, sitirohimahalfirdaus62@gmail.com

Abstract:

Keluarga merupakan institusi pendidikan pertama yang berperan membentuk perkembangan kepribadian, moral, sosial, dan spiritual seorang anak. Meningkatnya angka perceraian di Indonesia menunjukkan bahwa ketahanan keluarga menghadapi tantangan yang semakin kompleks akibat faktor psikologis, ekonomi, komunikasi, serta rendahnya kesiapan pasangan dalam membangun kehidupan rumah tangga. Dalam perspektif Islam, perceraian (*talāq*) merupakan solusi terakhir (*ultimum remedium*) setelah seluruh upaya perdamaian dan rekonsiliasi dilakukan sebagaimana diarahkan dalam Al-Qur'an dan hadis. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menganalisis strategi preventif perceraian dalam perspektif psikologi pendidikan Islam sebagai upaya memperkuat ketahanan keluarga. Penelitian ini menggunakan metode *library research* dengan pendekatan deskriptif-analitis melalui kajian terhadap Al-Qur'an, hadis, literatur psikologi pendidikan Islam, serta berbagai jurnal ilmiah yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa pencegahan perceraian tidak cukup dilakukan melalui pendekatan hukum, tetapi memerlukan proses pendidikan yang berkelanjutan sejak sebelum pernikahan hingga kehidupan berkeluarga. Strategi preventif meliputi pendidikan pranikah, penguatan literasi keluarga, peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal, konseling keluarga secara berkelanjutan, penguatan nilai *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*, serta pembinaan kematangan emosional dan spiritual pasangan. Strategi tersebut selaras dengan tujuan *maqāṣid al-syarī'ah*, khususnya dalam menjaga agama (*hifz al-dīn*), jiwa (*hifz al-nafs*), keturunan (*hifz al-nasl*), dan keharmonisan keluarga sebagai lingkungan pendidikan utama bagi anak. Dengan demikian, psikologi pendidikan Islam memiliki peran strategis dalam membangun ketahanan keluarga melalui proses pendidikan, pembinaan karakter, dan penguatan nilai-nilai keislaman sehingga risiko perceraian dapat diminimalkan.

Keywords: Strategi Preventif, Perceraian, Ketahanan Keluarga, Psikologi Pendidikan Islam, Maqashid Syariah.

TRANSCIVILIA: Journal of Multidisciplinary Knowledge and Civilization

Vol 01 Issue 02 2026

Received: 25/06/2026 Revised: 27/06/2026 Accepted: 07/07/2026 Online: 08/07/2026

© 2026 The Authors. Published by Transcivilia. This is an open-access article under the CC BY-SA license (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

Pendahuluan

Keluarga merupakan lembaga pendidikan pertama dan utama (*madrasah al-ūlā*) yang menjadi tempat berlangsungnya proses pembentukan karakter, perkembangan psikologis, penanaman nilai agama, serta pembiasaan perilaku sosial anak sejak usia dini. Dalam perspektif psikologi pendidikan Islam, keluarga tidak hanya dipandang sebagai institusi biologis, tetapi juga sebagai lingkungan edukatif yang bertanggung jawab terhadap pertumbuhan intelektual, emosional, moral, dan spiritual setiap anggota keluarga. Keberhasilan pendidikan dalam keluarga sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan antara suami dan istri sebagai pendidik utama sebelum peran tersebut dilanjutkan oleh lembaga pendidikan formal (Abdullah Nasih Ulwan, 2015; Assalam & Rohimah, 2025; Noor, 2025; Lickona, 2013).

Fenomena meningkatnya angka perceraian di Indonesia menunjukkan bahwa ketahanan keluarga menghadapi tantangan yang semakin kompleks. Berbagai penelitian mengungkapkan bahwa perceraian tidak hanya dipicu oleh persoalan ekonomi, tetapi juga dipengaruhi oleh rendahnya kemampuan komunikasi interpersonal, ketidakmatangan emosional, konflik peran, kekerasan dalam rumah tangga, rendahnya literasi keagamaan, hingga lemahnya kesiapan psikologis pasangan dalam menghadapi dinamika kehidupan rumah tangga (Amato, 2010; Izzati & Zaelani, 2024). Kondisi tersebut mengakibatkan fungsi keluarga sebagai pusat pendidikan pertama menjadi

terganggu sehingga berdampak terhadap perkembangan psikologis anak maupun stabilitas sosial masyarakat (Bronfenbrenner, 1979; Noor, 2025).

Data nasional juga menunjukkan bahwa angka perceraian di Indonesia masih berada pada tingkat yang cukup tinggi dalam beberapa tahun terakhir (Badan Pusat Statistik, 2024). Kondisi tersebut menjadi indikator bahwa banyak pasangan belum memiliki kesiapan psikologis, sosial, maupun spiritual dalam membangun kehidupan rumah tangga yang harmonis. Tingginya angka perceraian tidak hanya menjadi persoalan hukum keluarga, tetapi juga menjadi persoalan pendidikan, karena disintegrasi keluarga berdampak pada terganggunya proses internalisasi nilai, pembentukan karakter, serta kesehatan mental anak sebagai generasi penerus bangsa. Oleh sebab itu, upaya preventif perlu lebih diutamakan dibandingkan penyelesaian konflik setelah perceraian terjadi (Assalam & Rohimah, 2025; Santrock, 2018).

Islam memandang pernikahan sebagai *mītsāqan ghalīẓan* (perjanjian yang kokoh) yang bertujuan mewujudkan kehidupan keluarga yang *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*. Konsep tersebut menunjukkan bahwa rumah tangga dibangun atas dasar ketenangan, kasih sayang, serta tanggung jawab moral antara suami dan istri. Meskipun syariat memberikan ruang terhadap perceraian, Islam tetap menempatkannya sebagai jalan terakhir setelah berbagai upaya perdamaian dilakukan. Hal ini ditegaskan dalam firman Allah Swt. pada QS. An-Nisā' ayat 35 yang memerintahkan pengangkatan *hakam* (juru damai) dari kedua belah pihak apabila terjadi perselisihan rumah tangga. Prinsip tersebut menunjukkan bahwa Islam lebih mengutamakan rekonsiliasi dibandingkan perpisahan (Al-Ghazali, 2011; Kementerian Agama RI, 2019; Izzati & Zaelani, 2024).

Dari perspektif psikologi pendidikan Islam, konflik rumah tangga pada hakikatnya tidak hanya dipahami sebagai persoalan hubungan interpersonal, tetapi juga sebagai refleksi dari proses pendidikan karakter yang belum berjalan secara optimal. Ketidakkampuan mengendalikan emosi, rendahnya empati, lemahnya kemampuan menyelesaikan konflik (*conflict resolution*), dan kurangnya internalisasi nilai-nilai keislaman merupakan faktor psikologis yang berpotensi memperbesar risiko perceraian. Oleh karena itu, pendidikan Islam memiliki fungsi preventif melalui pembinaan akhlak, penguatan kecerdasan emosional, pembentukan kepribadian yang matang, serta pengembangan keterampilan komunikasi yang sehat dalam kehidupan keluarga (Goleman, 2006; Hasan Langgulung, 2003; Noor, 2025).

Dalam kerangka *maqāṣid al-syarī'ah*, ketahanan keluarga memiliki keterkaitan erat dengan tujuan syariat dalam menjaga agama (*hifẓ al-dīn*), jiwa (*hifẓ al-nafs*), keturunan (*hifẓ al-nasl*), akal (*hifẓ al-'aql*), dan harta (*hifẓ al-māl*). Perceraian yang terjadi tanpa penyelesaian yang baik berpotensi menghambat terwujudnya tujuan-tujuan tersebut karena dapat menimbulkan dampak psikologis, sosial, ekonomi, maupun pendidikan terhadap anggota keluarga, khususnya anak. Oleh sebab itu, strategi pencegahan perceraian merupakan bagian dari implementasi nilai-nilai *maqāṣid al-syarī'ah* dalam menjaga keberlangsungan institusi keluarga sebagai fondasi utama pembangunan masyarakat Islam (Auda, 2008; Al-Syatibi, 2011; Assalam & Rohimah, 2025).

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Penelitian kepustakaan merupakan metode penelitian yang memanfaatkan berbagai sumber literatur sebagai data utama untuk mengkaji, menganalisis, dan menginterpretasikan suatu fenomena secara sistematis tanpa melakukan pengumpulan data lapangan (Creswell & Creswell, 2018; Zed, 2018). Pendekatan ini dipilih karena tujuan penelitian adalah mengkaji secara konseptual strategi preventif perceraian dalam perspektif psikologi pendidikan Islam serta relevansinya terhadap penguatan ketahanan keluarga.

Sumber data penelitian terdiri atas sumber primer dan sumber sekunder. Sumber primer meliputi Al-Qur'an dan terjemahannya, hadis-hadis yang berkaitan dengan keluarga dan perceraian, serta literatur utama mengenai psikologi pendidikan Islam, *maqāṣid al-syarī'ah*, pendidikan keluarga, dan ketahanan keluarga. Adapun sumber sekunder diperoleh dari artikel-artikel ilmiah bereputasi, buku akademik, prosiding, dokumen pemerintah, serta hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan tema pencegahan perceraian, pendidikan keluarga, psikologi keluarga, dan pendidikan Islam.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan mengidentifikasi, menginventarisasi, mengklasifikasi, dan menelaah berbagai literatur yang memiliki keterkaitan dengan fokus penelitian. Literatur dipilih berdasarkan relevansi substansi, kredibilitas penerbit, kebaruan publikasi, serta kontribusinya terhadap pembahasan mengenai psikologi pendidikan Islam dan ketahanan keluarga. Selanjutnya seluruh data dikompilasi secara sistematis untuk memperoleh gambaran konseptual yang komprehensif mengenai strategi preventif perceraian.

Analisis data menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) yang dipadukan dengan pendekatan deskriptif-analitis. Analisis dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu reduksi data, pengelompokan tema, interpretasi

konseptual, serta penarikan kesimpulan berdasarkan keterkaitan antara teori psikologi pendidikan Islam, konsep ketahanan keluarga, dan *maqāsid al-syarī'ah*. Pendekatan ini memungkinkan peneliti mengidentifikasi berbagai strategi preventif perceraian yang dikembangkan dalam literatur kemudian menyusunnya menjadi kerangka konseptual yang utuh sebagai upaya memperkuat ketahanan keluarga dalam perspektif pendidikan Islam (Krippendorff, 2019; Miles et al., 2014).

Hasil dan Pembahasan

A. Perceraian dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam

Perceraian merupakan salah satu fenomena sosial yang memiliki implikasi luas terhadap kehidupan individu, keluarga, maupun masyarakat. Dalam perspektif hukum Islam, perceraian (*talāq*) adalah mekanisme syariat yang dibolehkan ketika kehidupan rumah tangga tidak lagi mampu mewujudkan kemaslahatan bagi suami dan istri. Meskipun demikian, Islam tidak menjadikan perceraian sebagai solusi utama dalam menyelesaikan konflik keluarga, melainkan sebagai jalan terakhir (*ultimum remedium*) setelah berbagai upaya perbaikan, musyawarah, dan mediasi ditempuh. Prinsip ini menunjukkan bahwa tujuan utama syariat adalah menjaga keutuhan keluarga sebagai fondasi pembentukan masyarakat yang sehat dan berkeadaban (Izzati & Zaelani, 2024; Auda, 2008).

Dalam Al-Qur'an, penyelesaian konflik rumah tangga diarahkan melalui pendekatan dialog dan rekonsiliasi. Allah Swt. berfirman dalam QS. An-Nisā' ayat 35 agar masing-masing pihak mengutus seorang *hakam* (juru damai) ketika perselisihan mulai mengancam keutuhan rumah tangga. Ayat tersebut menunjukkan bahwa Islam mengedepankan penyelesaian konflik secara persuasif, komunikatif, dan berorientasi pada perdamaian. Pendekatan tersebut selaras dengan prinsip psikologi modern yang memandang komunikasi interpersonal sebagai salah satu faktor paling penting dalam menjaga kualitas hubungan suami istri (Kementerian Agama RI, 2019; Izzati & Zaelani, 2024).

Dari perspektif psikologi pendidikan Islam, keluarga merupakan lingkungan pendidikan pertama (*al-madrasah al-ūlā*) yang berfungsi membentuk perkembangan kognitif, afektif, spiritual, serta moral anak sejak usia dini. Oleh karena itu, keberhasilan pendidikan dalam keluarga sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan suami dan istri. Ketika hubungan tersebut dipenuhi konflik berkepanjangan hingga berujung perceraian, maka proses pendidikan dalam keluarga menjadi terganggu sehingga berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan psikologis pada anak, seperti kecemasan, penurunan kepercayaan diri, gangguan perilaku, hingga menurunnya prestasi belajar. Hal ini menunjukkan bahwa perceraian bukan hanya persoalan hukum keluarga, melainkan juga persoalan pendidikan yang mempengaruhi kualitas generasi mendatang (Noor, 2025; Assalam & Rohimah, 2025).

Berbagai penelitian psikologi keluarga menunjukkan bahwa penyebab perceraian bersifat multidimensional dan saling berkaitan. Faktor ekonomi memang masih menjadi salah satu penyebab utama, tetapi berbagai studi menemukan bahwa rendahnya kualitas komunikasi, kurangnya kemampuan menyelesaikan konflik, ketidakmatangan emosional, kekerasan dalam rumah tangga, rendahnya komitmen, serta lemahnya pemahaman terhadap hak dan kewajiban pasangan justru menjadi faktor yang lebih dominan dalam memicu keretakan rumah tangga (Pranoto, 2026). Dengan demikian, perceraian tidak dapat dipahami hanya sebagai akibat dari satu faktor tertentu, melainkan sebagai akumulasi berbagai persoalan yang berkembang secara bertahap apabila tidak segera diselesaikan (Izzati & Zaelani, 2024; Noor, 2025).

Psikologi pendidikan Islam memandang bahwa sebagian besar faktor tersebut sebenarnya dapat dicegah melalui proses pendidikan yang berkesinambungan. Pendidikan dalam Islam tidak hanya bertujuan mentransfer ilmu pengetahuan, tetapi juga membentuk kepribadian (*syakhshiyah*), akhlak, kecerdasan emosional, serta kemampuan mengendalikan diri (*self-regulation*). Individu yang memiliki kematangan emosional akan lebih mampu mengelola stres, mengendalikan amarah, menerima perbedaan pendapat, dan menyelesaikan konflik secara bijaksana dibandingkan individu yang belum memiliki kesiapan psikologis. Oleh karena itu, pendidikan karakter menjadi salah satu fondasi utama dalam membangun keluarga yang harmonis dan tangguh menghadapi berbagai dinamika kehidupan rumah tangga (Noor, 2025; Goleman, 1995).

Selain aspek psikologis, dimensi spiritual juga memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap ketahanan keluarga. Dalam perspektif Islam, spiritualitas tidak hanya diwujudkan melalui ibadah ritual, tetapi juga tercermin dalam perilaku sehari-hari seperti kesabaran, rasa syukur, kejujuran, tanggung jawab, kasih sayang, serta kemampuan memaafkan pasangan. Individu yang memiliki spiritualitas yang baik cenderung memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang lebih tinggi karena memandang setiap konflik sebagai bagian dari proses pembelajaran, bukan semata-mata alasan untuk mengakhiri hubungan. Nilai-nilai tersebut menjadi landasan penting dalam membangun keluarga yang sakinah sebagaimana diajarkan dalam Al-Qur'an (Auda, 2008; Assalam & Rohimah, 2025).

Dalam kerangka *maqāsid al-syarī'ah*, menjaga keutuhan keluarga merupakan bagian dari upaya mewujudkan kemaslahatan umat. Keberadaan keluarga yang harmonis berkontribusi terhadap terpeliharanya agama (*hifz al-dīn*),

jiwa (*hifẓ al-nafs*), akal (*hifẓ al-'aql*), keturunan (*hifẓ al-nasl*), dan harta (*hifẓ al-māl*). Sebaliknya, perceraian yang terjadi tanpa pengelolaan konflik yang baik dapat menghambat terwujudnya tujuan-tujuan tersebut karena memunculkan berbagai dampak sosial, psikologis, ekonomi, maupun pendidikan bagi seluruh anggota keluarga. Oleh sebab itu, pendekatan preventif menjadi lebih relevan dibandingkan pendekatan kuratif dalam membangun ketahanan keluarga menurut perspektif psikologi pendidikan Islam (Auda, 2008; Noor, 2025).

B. Strategi Preventif Perceraian dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam

1. Pendidikan Pranikah sebagai Fondasi Ketahanan Keluarga

Pendidikan pranikah merupakan salah satu strategi preventif yang paling fundamental dalam membangun keluarga yang harmonis dan berketahanan. Dalam perspektif psikologi pendidikan Islam, pernikahan bukan sekadar penyatuan dua individu, tetapi merupakan proses pembentukan sebuah institusi pendidikan yang akan melahirkan generasi penerus. Oleh karena itu, setiap calon pasangan memerlukan kesiapan yang komprehensif, meliputi kesiapan spiritual, psikologis, emosional, sosial, ekonomi, dan pengetahuan mengenai hak serta kewajiban dalam rumah tangga. Rendahnya kesiapan pada aspek-aspek tersebut seringkali menjadi pemicu munculnya konflik setelah memasuki kehidupan pernikahan (Assalam & Rohimah, 2025; Izzati & Zaelani, 2024).

Pendidikan pranikah tidak hanya bertujuan memberikan pemahaman mengenai hukum-hukum perkawinan dalam Islam, tetapi juga membekali calon pasangan dengan keterampilan membangun komunikasi, menyelesaikan konflik, mengelola keuangan keluarga, serta memahami karakter dan kebutuhan psikologis pasangan. Dari sudut pandang psikologi pendidikan, proses pembelajaran sebelum menikah berfungsi sebagai bentuk antisipasi terhadap berbagai tantangan yang mungkin muncul setelah pernikahan berlangsung. Individu yang memiliki kesiapan psikologis cenderung lebih mampu beradaptasi terhadap perubahan peran, mengelola stres, serta mempertahankan komitmen dalam kehidupan rumah tangga (Noor, 2025; Goleman, 1995).

Islam sendiri menekankan pentingnya memilih pasangan berdasarkan kualitas agama dan akhlaknya. Pertimbangan tersebut menunjukkan bahwa kematangan spiritual merupakan modal utama dalam membangun rumah tangga yang harmonis. Ketika pasangan memiliki pemahaman agama yang baik, mereka akan lebih mudah menempatkan nilai kesabaran (*ṣabr*), musyawarah (*syūrā*), saling menghormati, dan tanggung jawab sebagai landasan dalam menyelesaikan berbagai persoalan keluarga. Dengan demikian, pendidikan pranikah bukan hanya menjadi kebutuhan administratif sebelum akad nikah, tetapi merupakan investasi pendidikan jangka panjang dalam mewujudkan keluarga yang tangguh dan berkualitas (Auda, 2008; Kementerian Agama RI, 2019).

2. Penguatan Literasi Keluarga dan Parenting Islami

Strategi preventif berikutnya adalah meningkatkan literasi keluarga melalui pendidikan parenting Islami. Dalam psikologi pendidikan Islam, orang tua tidak hanya berperan sebagai pencari nafkah, tetapi juga sebagai pendidik (*murabbi*) yang bertanggung jawab membentuk kepribadian, akhlak, dan perkembangan psikologis anak. Oleh sebab itu, kualitas hubungan antara suami dan istri akan sangat menentukan keberhasilan proses pendidikan dalam keluarga. Ketika relasi pasangan dipenuhi konflik, fungsi pendidikan keluarga menjadi terganggu sehingga anak berpotensi mengalami hambatan perkembangan sosial maupun emosional (Noor, 2025; Bronfenbrenner, 1979).

Literasi keluarga mencakup kemampuan memahami perkembangan psikologis anak, pola pengasuhan yang tepat, pembagian peran dalam rumah tangga, manajemen konflik, hingga kemampuan membangun suasana belajar yang positif di lingkungan keluarga. Orang tua yang memiliki literasi keluarga yang baik akan lebih mampu menjalankan fungsi pendidikan secara efektif sekaligus menjadi teladan (*uswah hasanah*) bagi anak-anaknya. Sebaliknya, rendahnya literasi keluarga sering kali menyebabkan munculnya pola komunikasi yang buruk, pengasuhan yang inkonsisten, serta meningkatnya potensi konflik antara pasangan (Bandura, 1977; Assalam & Rohimah, 2025).

Dalam Islam, pendidikan keluarga dimulai dari keteladanan orang tua. Anak belajar melalui proses observasi terhadap perilaku ayah dan ibunya dalam kehidupan sehari-hari. Apabila hubungan suami istri dibangun atas dasar kasih sayang, penghormatan, dan komunikasi yang baik, maka anak akan memperoleh pengalaman belajar sosial yang positif. Sebaliknya, apabila anak terbiasa menyaksikan pertengkaran, kekerasan verbal, maupun konflik berkepanjangan, maka pengalaman tersebut berpotensi mempengaruhi pembentukan kepribadian dan pola hubungan sosialnya di masa depan. Oleh sebab itu, penguatan literasi keluarga merupakan salah satu bentuk investasi pendidikan karakter yang sangat penting dalam perspektif psikologi pendidikan Islam (Bandura, 1977; Noor, 2025).

3. Pengembangan Keterampilan Komunikasi Interpersonal

Komunikasi merupakan unsur yang sangat menentukan kualitas hubungan suami istri. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar konflik rumah tangga berawal dari kegagalan pasangan dalam menyampaikan perasaan, kebutuhan, maupun harapan secara terbuka dan konstruktif. Kesalahpahaman yang dibiarkan berlarut-larut dapat berkembang menjadi konflik yang semakin kompleks hingga akhirnya berujung pada perceraian. Oleh karena

itu, kemampuan berkomunikasi menjadi salah satu kompetensi utama yang harus dimiliki setiap pasangan suami istri (Gottman, 1999; Izzati & Zaelani, 2024).

Dalam perspektif psikologi pendidikan Islam, komunikasi tidak hanya dipahami sebagai proses penyampaian informasi, tetapi juga sebagai sarana pendidikan akhlak. Al-Qur'an mengajarkan prinsip komunikasi yang santun melalui konsep *qaulan sadīdan* (perkataan yang benar), *qaulan layyīnan* (perkataan yang lemah lembut), *qaulan ma'rūfān* (perkataan yang baik), dan *qaulan karīman* (perkataan yang mulia). Prinsip-prinsip tersebut menunjukkan bahwa komunikasi yang baik harus dilandasi kejujuran, kelembutan, penghormatan, dan tanggung jawab moral sehingga mampu menciptakan suasana keluarga yang kondusif bagi penyelesaian konflik secara damai (Kementerian Agama RI, 2019; Assalam & Rohimah, 2025).

John Gottman menjelaskan bahwa stabilitas pernikahan lebih banyak ditentukan oleh kemampuan pasangan mengelola konflik daripada menghindari konflik itu sendiri. Pasangan yang mampu mendengarkan secara empatik, mengendalikan emosi, menghargai sudut pandang pasangan, dan mencari solusi bersama memiliki peluang yang jauh lebih besar untuk mempertahankan keutuhan rumah tangga dibandingkan pasangan yang mengedepankan sikap defensif atau agresif. Temuan ini sejalan dengan prinsip musyawarah (*syūrā*) dalam Islam yang mendorong penyelesaian persoalan melalui dialog, saling menghargai, dan mencari kemaslahatan bersama (Gottman, 1999; Auda, 2008).

C. Strategi Lanjutan untuk Preventif Perceraian dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam

1. Konseling Keluarga sebagai Upaya Preventif Berkelanjutan

Konseling keluarga merupakan salah satu bentuk intervensi preventif yang berfungsi membantu pasangan suami istri memahami dinamika hubungan, mengidentifikasi sumber konflik, serta menemukan alternatif penyelesaian yang konstruktif sebelum konflik berkembang menjadi perceraian. Dalam perspektif psikologi pendidikan Islam, konseling tidak hanya berorientasi pada penyelesaian masalah yang telah terjadi, tetapi juga berfungsi sebagai proses edukatif yang membimbing individu agar mampu mengembangkan kemampuan berpikir reflektif, pengendalian diri, serta keterampilan membangun relasi yang sehat. Oleh karena itu, layanan konseling idealnya diberikan secara berkelanjutan sejak masa pranikah hingga kehidupan rumah tangga berlangsung, bukan hanya ketika konflik telah mencapai tahap krisis (Corey, 2017; Assalam & Rohimah, 2025).

Pendekatan konseling keluarga dalam Islam mengintegrasikan aspek psikologis dan spiritual. Konselor tidak hanya membantu pasangan memahami faktor-faktor psikologis yang memengaruhi konflik, tetapi juga mengarahkan mereka untuk memperkuat nilai-nilai keimanan, kesabaran (*ṣabr*), tawakal, muhasabah, dan musyawarah sebagai landasan penyelesaian masalah. Pendekatan integratif ini memberikan ruang bagi pasangan untuk melihat konflik sebagai bagian dari proses pembelajaran dalam kehidupan berumah tangga, bukan sebagai alasan untuk mengakhiri ikatan pernikahan. Penelitian menunjukkan bahwa pasangan yang memperoleh pendampingan atau konseling keluarga memiliki kemampuan adaptasi dan penyelesaian konflik yang lebih baik dibandingkan pasangan yang menghadapi masalah tanpa bantuan profesional (Noor, 2025; Izzati & Zaelani, 2024).

Keberadaan lembaga konseling keluarga di lingkungan masyarakat, sekolah, perguruan tinggi, maupun lembaga keagamaan menjadi sangat penting dalam mendukung ketahanan keluarga. Sinergi antara konselor, tokoh agama, dan lembaga pendidikan dapat menciptakan sistem pendampingan yang komprehensif sehingga masyarakat memiliki akses terhadap layanan edukasi keluarga secara berkelanjutan. Dengan demikian, konseling keluarga tidak hanya berfungsi sebagai solusi atas konflik yang telah terjadi, tetapi juga sebagai instrumen pendidikan yang berkontribusi dalam menurunkan angka perceraian serta memperkuat kualitas kehidupan keluarga Muslim (Corey, 2017; Assalam & Rohimah, 2025).

2. Penguatan Nilai *Sakinah*, *Mawaddah*, dan *Rahmah*

Konsep *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah* merupakan fondasi utama kehidupan keluarga dalam Islam. Ketiga nilai tersebut menggambarkan kondisi ideal rumah tangga yang dipenuhi ketenangan, cinta, kasih sayang, saling menghormati, dan tanggung jawab. Dalam perspektif psikologi pendidikan Islam, nilai-nilai tersebut bukan hanya tujuan akhir dari sebuah pernikahan, tetapi juga merupakan hasil dari proses pendidikan yang berlangsung secara terus-menerus melalui pembiasaan, keteladanan, komunikasi yang sehat, dan penguatan spiritual dalam kehidupan sehari-hari (Kementerian Agama RI, 2019; Auda, 2008).

Nilai *sakinah* mencerminkan ketenangan psikologis yang memungkinkan setiap anggota keluarga merasa aman secara emosional. Sementara itu, *mawaddah* menunjukkan adanya cinta yang diwujudkan melalui perhatian, penghargaan, dan komitmen terhadap pasangan. Adapun *rahmah* menekankan sikap kasih sayang, empati, kepedulian, dan kemampuan memaafkan ketika terjadi kesalahan. Ketiga nilai tersebut menjadi modal psikologis yang sangat penting dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan, baik yang berasal dari faktor ekonomi, sosial, maupun

perubahan peran dalam keluarga. Pasangan yang mampu menginternalisasikan nilai-nilai tersebut cenderung memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang lebih tinggi dan lebih mampu mempertahankan keutuhan rumah tangga (Noor, 2025; Goleman, 1995).

Dari perspektif pendidikan Islam, penguatan nilai *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah* harus dimulai sejak masa pendidikan keluarga melalui keteladanan orang tua, pembinaan keagamaan, dan pembiasaan akhlak mulia. Anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang harmonis akan lebih mudah mengembangkan rasa percaya diri, empati, kemampuan menjalin hubungan sosial, serta kecerdasan emosional (Nurhuda et al., 2026). Sebaliknya, konflik rumah tangga yang berlangsung secara terus-menerus berpotensi menghambat perkembangan psikologis anak dan memengaruhi pola hubungan interpersonalnya di masa dewasa. Oleh sebab itu, menjaga keharmonisan keluarga merupakan bagian dari tanggung jawab pendidikan yang memiliki dampak jangka panjang terhadap kualitas generasi berikutnya (Bandura, 1977; Bronfenbrenner, 1979).

3. Peningkatan Kematangan Emosional dan Spiritual

Kematangan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenali, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara proporsional ketika menghadapi berbagai situasi kehidupan. Dalam kehidupan rumah tangga, kemampuan ini sangat diperlukan karena perbedaan karakter, latar belakang keluarga, maupun kondisi sosial ekonomi sering kali menjadi pemicu munculnya konflik. Individu yang memiliki kematangan emosional akan lebih mampu mengendalikan amarah, mengembangkan empati, menerima kritik, dan mengambil keputusan secara rasional tanpa didominasi oleh emosi sesaat (Goleman, 1995; Corey, 2017).

Psikologi pendidikan Islam memandang bahwa kematangan emosional tidak dapat dipisahkan dari kematangan spiritual. Spiritualitas yang kuat mendorong individu untuk menjadikan nilai-nilai agama sebagai pedoman dalam berpikir, bersikap, dan bertindak. Kesadaran bahwa pernikahan merupakan bentuk ibadah akan melahirkan tanggung jawab moral yang lebih besar dalam menjaga keutuhan keluarga. Nilai-nilai seperti ikhlas, syukur, sabar, tawakal, dan memaafkan menjadi mekanisme psikologis yang mampu mereduksi konflik sekaligus memperkuat ketahanan keluarga dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Auda, 2008; Noor, 2025).

Dalam konteks pendidikan Islam, kematangan emosional dan spiritual perlu dibangun melalui proses pendidikan sepanjang hayat (*long life education*). Pembinaan tersebut dapat dilakukan melalui pendidikan formal, pendidikan keluarga, majelis taklim, kajian keislaman, maupun program pembinaan keluarga yang diselenggarakan oleh lembaga keagamaan (Pranoto et al., 2025). Semakin baik kualitas pendidikan yang diterima seseorang, semakin besar peluang terbentuknya pribadi yang dewasa, bertanggung jawab, serta mampu membangun hubungan keluarga yang harmonis. Oleh karena itu, peningkatan kematangan emosional dan spiritual merupakan salah satu strategi preventif yang sangat penting dalam menekan risiko perceraian sekaligus memperkuat fungsi keluarga sebagai lembaga pendidikan utama bagi anak (Assalam & Rohimah, 2025; Izzati & Zaelzni, 2024).

Kesimpulan

Perceraian merupakan salah satu persoalan keluarga yang memiliki dampak multidimensional terhadap kehidupan individu, keluarga, maupun masyarakat. Dalam perspektif psikologi pendidikan Islam, perceraian tidak hanya dipahami sebagai persoalan hukum perkawinan, tetapi juga sebagai fenomena yang berpengaruh terhadap keberlangsungan fungsi keluarga sebagai lembaga pendidikan pertama dan utama bagi anak. Islam membolehkan perceraian sebagai jalan terakhir (*ultimum remedium*), namun tetap mengedepankan upaya perdamaian, musyawarah, dan rekonsiliasi demi menjaga keutuhan keluarga sesuai dengan prinsip *maqāṣid al-syarī'ah*.

Hasil kajian menunjukkan bahwa strategi preventif merupakan pendekatan yang lebih efektif dibandingkan penyelesaian konflik setelah perceraian terjadi. Upaya tersebut meliputi pendidikan pranikah yang komprehensif, penguatan literasi keluarga dan parenting Islami, pengembangan keterampilan komunikasi interpersonal, penyediaan layanan konseling keluarga secara berkelanjutan, internalisasi nilai-nilai *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*, serta pembinaan kematangan emosional dan spiritual pasangan. Strategi-strategi tersebut saling melengkapi dalam membentuk keluarga yang resilien, adaptif, dan mampu menjalankan fungsi pendidikan secara optimal sehingga potensi terjadinya perceraian dapat diminimalkan.

Dengan demikian, psikologi pendidikan Islam memiliki kontribusi yang sangat strategis dalam membangun ketahanan keluarga melalui proses pendidikan, pembinaan karakter, dan penguatan nilai-nilai keislaman. Oleh karena itu, diperlukan sinergi antara keluarga, lembaga pendidikan, tokoh agama, dan pemerintah dalam mengembangkan program pendidikan keluarga yang berkelanjutan agar tercipta keluarga yang harmonis, berkualitas, serta mampu melahirkan generasi yang berakhlak mulia, sehat secara psikologis, dan berdaya saing di tengah dinamika kehidupan masyarakat modern.

Daftar Pustaka

- Abdullah Nasih Ulwan. (2015). *Pendidikan anak dalam Islam* (Vol. 1). Insan Kamil.
- Al-Ghazali. (2011). *Ihya' Ulum al-Din* (Vol. 2). Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Al-Syatibi. (2011). *Al-Muwafaqat fi usul al-shari'ah*. Dar Ibn Affan.
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650–666.
- Assalam, G., & Rohimah, S. (2025). Analisis Dampak dan Strategi Preventif Perceraian dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam. *INOVASI: Jurnal Ilmiah Pengembangan Pendidikan*, 4(1), 55–60.
- Auda, J. (2008). *Maqasid al-Shariah as philosophy of Islamic law: A systems approach*. The International Institute of Islamic Thought.
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik Indonesia 2024*. Badan Pusat Statistik.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Goleman, D. (2006). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ* (10th anniversary ed.). Bantam Books.
- Hasan Langgulang. (2003). *Asas-asas pendidikan Islam*. Pustaka Al-Husna Baru.
- Izzati, N. R., & Zaelani, A. Q. (2024). Perceraian dalam Perspektif Normatif-Yuridis dan Psikologis. *Journal of Islamic and Law Studies*, 8(1), 62–81.
- Jasser Auda. (2008). *Maqasid al-Shariah as Philosophy of Islamic Law: A Systems Approach*.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. (2019). *Al-Qur'an dan terjemahannya*. Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an.
- Kementerian Agama RI. (2019). *Al-Qur'an dan Terjemahannya*.
- Krippendorff, K. (2019). *Content analysis: An introduction to its methodology* (4th ed.). SAGE Publications.
- Lickona, T. (2013). *Educating for character: How our schools can teach respect and responsibility*. Bantam Books.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Noor, M. (2025). *Perceraian dalam Perspektif Psikologi Hukum Islam*. *Global Research and Innovation Journal (GREAT)*, 1(3), 2770–2781.
- Nurhuda, A., Hariyadi, M., Anhar, A., Pranoto, A. H., & Siti Rohmah. (2026). Rereading the Qur ' an as a Source of Global Literacy: Educational Challenges in the Era of Digital Disruption. *Proceeding International Conference on Religion, Science and Education*, 5, 871–880.
- Pranoto, A. H. (2026). PEMBELAJARAN PAI BERBASIS KECERDASAN ARTIFISIAL: Strategi, Inovasi, dan Implementasi. In R. Raharjo, A. Sutiyono, & A. Syatori (Eds.), *Duta Sains Indonesia (DSI Press)* (pp. 1–90). Duta Sains Indonesia (DSI Press).
- Pranoto, A. H., Raharjo, R., Lutfiyah, L., Nurhuda, A., & Huda, A. A. S. (2025). Transformation Of Educational Leadership In The Modern Era: A Review Based On Qs Ali Imron 159. *Research in Education and Rehabilitation*, 8(2), 329–341. <https://doi.org/10.51558/2744-1555.2025.8.2.329>
- Santrock, J. W. (2018). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill.
- Zed, M. (2018). *Metode penelitian kepustakaan*. Yayasan Obor Indonesia.