

DISHARMONI KELUARGA DAN SOLUSINYA

PERSPEKTIF FAMILY THERAPY

**(Studi Kasus Di Desa Telagawaru
Kecamatan Labuapi Lombok Barat)**

**SYAMSUL HADI
DWI WIDARNA LITA PUTRI
AMRINA ROSYADA**

Universitas Islam Negeri Mataram
Email: syamsulhadi@uinmataram.ac.id,
litaputri@uinmataram.ac.id,
rosyanaamrina@gmail.com

Abstract: This research is motivated by the writer's attention related to family disharmony (relations between couples) and the solution to the family therapy perspective. This study aims to find out what causes family disharmony (Relationships between Couples) in Telagawau Village, Labuapi District and the solution of family therapy perspective. The results of his research showed (1) the cause of family disharmony (the relationship of a partner) in Telagawaru Village, Labuapi Subdistrict was the problem of the couple's busyness and unfulfilled material needs, lack of household knowledge, attitudes of egocentrism of couples, the occurrence of early marriages, husband and wife and family members who never sat or rarely sat down together discussing the sustainability of the household so that it affects the relationship of the family quality is not good. (2) the solution to the family therapy perspective is to recognize the problem, communicate the problem to the right person, develop alternative actions, decide on a specific action, take action, evaluate the success of the action.

Keywords: Family Disharmony, Solutions, Family Therapy

Abstrak: Penelitian ini dilatar belakangi oleh perhatian penulis terkait dengan disharmoni keluarga (relasi antar pasangan) dan solusinya perspektif *family therapy*. Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu apa penyebab disharmoni keluarga (Relasi antar Pasangan) di Desa Telagawau Kecamatan Labuapi dan

solusinya perspektif *family therapy*. Hasil penelitiannya menunjukkan (1) penyebab disharmoni keluarga (relasi pasangan) di Desa Telagawaru Kecamatan Labuapi ialah masalah kesibukan pasangan dan belum terpenuhinya kebutuhan materi, minimnya pengetahuan kerumahtanggaan, sikap egosentrisme pasangan, terjadinya pernikahan dini, suami istri dan anggota keluarga tidak pernah atau jarang duduk bersama membahas keberlangsungan rumah tangga sehingga mempengaruhi hubungan dari kualitas keluarganya kurang baik. (2) solusinya perspektif *family therapy* ialah mengenali masalah, mengkomunikasikan masalah kepada orang yang tepat, mengembangkan tindakan alternatif, memutuskan satu tindakan khusus, mengambil tindakan, mengevaluasi keberhasilan tindakan itu.

Keywords: Disharmoni Keluarga, Solusi, Family Therapy

A. Pendahuluan

Harapan manusia untuk membangun keluarga yang harmonis dan bahagia adalah keinginan setiap insan dan pasangan yang telah dipersatukan. Terwujudnya suatu keluarga sakinah, yakni keluarga bahagia, dan sejahtera atas jalinan cinta dan kasih sayang antara suami istri yang dikehendaki oleh agama Islam. Setiap pelamar satu dengan yang lainnya melihat dari sudutnya masing-masing, bisa jadi harapan itu terus berlanjut dengan sebuah ikatan atau hubungan itu berakhir dengan kegagalan.¹

Dari berbagai permasalahan keluarga yang dapat menimbulkan keretakan rumah tangga, tidaklah terlepas dari peran suami-istri (relasi antar pasangan). Jika suami-istri dapat memecahkan setiap masalah yang muncul dalam kehidupan rumah tangganya, menjadikan dirinya berfikir secara terbuka dalam menanggapi suatu masalah. Justru akan terbentuknya pondasi yang kuat terhadap sistem kekeluargaannya. Namun jika yang terjadi ialah sebaliknya, dikarenakan ketidakharmonisan dalam keluarga yang dengan istilah disebut sebagai *Disharmoni Keluarga*.

¹Abdul Lathif Al-Brigawi, *Fiqh Keluarga Muslim Rahasia Mengawetkan Bahtera Rumah Tangga*, Penerjemah Muhammad Misbah (Jakarta: Amzah, 2014), 1.

Dalam keluarga yang bisa dikatakan harmonis apabila anggota keluarganya satu dengan yang lainnya berinteraksi dengan baik, menjaga komunikasi agar selalu utuh dan terjaga. Artinya, jika komunikasi antara semua anggota keluarga tetap terjaga akan terhubung dengan keadaan emosional dan psikologis dalam keluarga bisa dinyatakan stabil dan harmonis.

Berdasarkan informasi yang penulis peroleh dan melihat realita yang ada di kehidupan masyarakat. Pemaparan masalah warga terkait dengan rumah tangganya di atas sangat mampu dan berkompeten dalam mengantarkan status keluarga ke jenjang perceraian. Adapun upaya-upaya yang telah pasangan lakukan untuk menyelesaikan masalahnya tersebut ialah dengan cara tradisional (kekeluargaan) yaitu berkomunikasi yang baik dalam menyelesaikan masalahnya pada pasangan. Ataupun saat mengunjungi rumah keluarga lain ketika hendak meminta bantuan untuk menyelesaikan masalahnya, pasangan yang meminta bantuan harus bisa bekerja sama dan tidak menyalahkan satu sama lain saat menerima solusi dan arahnya.

Berdasarkan informasi yang penulis peroleh dan melihat realita yang ada di kehidupan masyarakat Desa Telagawaru, tidak banyak dari keluarga atau rumah tangga yang mengalami disharmoni keluarga. Dan dalam observasi yang telah dilakukan hubungan antar pasangan yang tidak berjalan baik salah satunya dikarenakan masyarakat yang belum siap dan minimnya pengetahuan kerumahtanggaan karena banyak warga yang menikah di usia dini. Untuk itu peneliti tertarik melakukan penelitian di Desa Telagawaru Kecamatan Labuapi Lombok Barat.

Untuk mempermudah penelitian, peneliti menggunakan *Family Therapy* melalui terapi keluarga yang berorientasi-solusi yang menekankan ada pada perubahan yang diinginkan klien, yakni membangun relasi antar anggota pasangan.²

²Kathryn Geldard Dan David Geldard, *Konseling Keluarga Membangun Relasi untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga* (Los Angeles: Pustaka Pelajar, 2011), 20.

B. Kerangka Teori

1. Tinjauan tentang Disharmoni Keluarga

Pengertian Disharmoni Menurut kamus besar Bahasa Indonesia dalam Id.Shvoong.Com, kata disharmoni dapat diartikan sebagai kejanggalan atau ketidakselarasan. Disharmoni keluarga yaitu kondisi di mana keluarga tidak dapat menjalankan fungsi dan perannya sehingga masing-masing anggota keluarga gagal menjalankan kewajiban peran mereka.

Pada umumnya disharmoni keluarga terbentuk karena relasi orang tua dan anggota keluarga yang ada pada setiap keluarga tidaklah dapat dikatakan baik. Hal ini menyebabkan banyaknya masalah, karena kesibukan suami membuat mereka tidak memiliki cukup waktu untuk bertemu, saling berbagi cerita atau berkomunikasi dengan baik. Keluarga yang memiliki skema percakapan tinggi akan selalu senang berbicara atau *ngobrol*. Keluarga dengan skema percakapan rendah adalah keluarga yang tidak banyak menghabiskan waktu bersama untuk *ngobrol*.³

Komunikasi dapat berupa verbal maupun non verbal yang meliputi *gesture*, bahasa tubuh, nada suara, dan intensitas perilaku. Komunikasi dalam keluarga ini dapat berfungsi untuk mengendalikan anggota keluarga, menegaskan kekuatan hubungan dan perintah, serta memfungsikan anggota keluarga menjadi lebih baik.⁴

2. Bentuk-bentuk Disharmoni Keluarga

William J. Goode sebagaimana dikutip dalam bukunya "Sosiologi Keluarga" Zenziko.Wordpress, menerangkan bahwa bentuk-bentuk disharmoni keluarga itu sebagai berikut: ⁵

³Morissan, *Psikologi Komunikasi* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2013), 161.

⁴Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik* (Jakarta: Kencana, 2011), 231.

⁵<https://Zenziko.Wordpress.Com/2010/02/23/Kehidupanbermasyarakatindividuargamasyarakat> Diambil Tanggal 25 April Jam 10.00.

- a. Ketidaksahan (kegagalan peran). Merupakan unit keluarga yang tak lengkap. Dapat dianggap sama dengan kegagalan peran lainnya dalam keluarga karena sang ayah atau suami tidak ada atau karena tidak menjalankan tugasnya. Setidaknya ada satu sumber keluarga baik ibu maupun bapak untuk menjalankan kewajiban perannya.
- b. Pembekalan, perpisahan, perceraian dan meninggalkan. Terputusnya keluarga di sini disebabkan karena salah satu atau kedua pasangan itu memutuskan untuk saling meninggalkan.
- c. Keluarga selaput kosong, disini anggota-anggota keluarga tetap tinggal bersama, tetapi tidak saling menyapa atau bekerja sama satu dengan yang lain dan terutama gagal memberikan dukungan emosional satu kepada yang lain.
- d. Ketiadaan seorang dari pasangan karena hal yang tidak diinginkan. Beberapa keluarga terpecah karena sang suami atau istri telah meninggal, dipenjarakan atau terpisah dari keluarga karena peperangan, depresi atau malapetaka yang lain.
- e. Kegagalan peran penting yang tidak diinginkan. Malapetaka dalam keluarga mungkin mencakup penyakit mental, emosional.

Dalam hal ini konflik sebagai sesuatu yang tidak bisa dihindarkan. Adapun faktor penyebab terjadinya disharmonis keluarga antara lain : ⁶ Pertama, faktor internal. Yang dimaksud faktor internal adalah sebab-sebab yang timbul dari dalam diri masing-masing pasangan hidup dan anggota keluarga. Antara lain faktor internal :

- a. Krisis *ruhiyah*, bagi seorang muslim krisis ruhiyah adalah penyebab utama lemahnya semangat keagamaan. Imanlah yang senantiasa mendorongnya untuk melakukan amal-amal kebijakan dan ketaatan kepada Allah SWT. Iman yang kuat akan mengantarkan ke puncak kebijakan dan sebaliknya.

⁶Anisa Sastriani, "Keharmonisan Keluarga Dan Pengaruhnya Terhadap Pengamalan Agama Anak di Gampong Beurawe Banda Aceh" (Skripsi Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh 2018).

- b. Minimnya pengetahuan kerumahtanggaan. Kematangan naluri seksual sering kali tidak diimbangi dengan kematangan pengetahuan keislaman, khususnya mengenai kerumahtanggaan. Masalah yang kerap datang menjadi tidak terantisipasi dan tidak tahu juga bagaimana cara mengatasinya. Akibatnya pertengkaran yang terjadi dan berujung pada hilangnya keharmonisan rumah tangga.⁷
- c. Sikap egosentrisme, masing-masing suami istri merupakan penyebab pula terjadinya konflik rumah tangga yang berujung pada pertengkaran terus menerus. Egoisme adalah suatu sifat buruk manusia yang mementingkan dirinya sendiri.

Selanjutnya penyebab terjadinya disharmonis keluarga antara lain faktor eksternal:

- a. Masalah ekonomi. Dalam hal ini ada dua jenis penyebab krisis keluarga yaitu, kemiskinan dan gaya hidup. Dalam hal ini ekonomi bisa menjadi penyebab ketidakharmonisan keluarga. Jika kehidupan emosional suami istri tidak dewasa, maka akan timbul pertengkaran. Sebab istri banyak menuntut sedangkan suami berpenghasilan tidak seberapa.
- b. Masalah kesibukan. Kesibukan adalah salah satu kata yang telah melekat pada masyarakat modern yang berfokus pada pencarian sumber materi yaitu harta dan uang. Yang mana bisa menjadikan anak merasa haus kasih sayang dan sering melakukan hal-hal negatif.
- c. Masalah pendidikan, masalah pendidikan sering merupakan penyebab terjadinya disharmonis keluarga. Jika pendidikan agak lumayan pada suami istri, maka wawasan tentang kehidupan keluarga dapat dipahami oleh mereka.⁸

⁷Irfan Supardi, *Alhamdulillah Bunga Cintaku Bersemi Kembali* (Solo: Tinta Medina, 2012), 21-24.

⁸Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling)* (Bandung: Alfabeta, 2015), 15-18.

Adapun faktor terakhir yang menjadi penyebab terjadinya disharmonis keluarga disebut dengan faktor umum atau global yang meliputi beberapa aspek:

- a. Suami istri dan anggota keluarga tidak pernah atau jarang duduk bersama membahas keberlangsungan rumah tangga.
- b. Urusan agama serta hak dan kewajiban setiap anggota keluarga jarang dimusyawarahkan.
- c. Tidak adanya rasa tanggung jawab dari masing-masing anggota keluarga dan tidak saling terbuka atau tidak jujur.
- d. Adanya campur tangan dari pihak luar anggota keluarga dan pilih kasih terhadap anak. Untuk menghindari adanya suatu ketidakharmonisan dalam keluarga sebagai pasangan suami istri mempunyai kewajiban yang harus dijalankan. Hal ini akan terwujud apabila suami istri saling pengertian dengan landasan iman dan takwa, untuk bersama-sama memenuhi hak dan kewajiban masing-masing, baik berupa cinta kasih sayang, nafkah lahir batin.
- e. Terjadinya Pernikahan Dini. Perwakilan Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional Kalimantan Timur memberikan rekomendasi usia pernikahan yang ideal. Baiknya itu dilakukan pada usia matang 21 tahun untuk perempuan dan 25 tahun untuk laki-laki. Sesuai dengan undang-undang perlindungan anak, usia kurang dari 18 tahun masih tergolong anak-anak. Untuk itu, BKKBN memberikan batasan usia pernikahan 21 tahun untuk perempuan dan 25 tahun untuk laki-laki. Rekomendasi ini ditujukan demi kebaikan masyarakat, agar pasangan yang baru menikah memiliki kesiapan matang dalam mengarungi rumah tangga, sehingga dalam keluarga juga tercipta hubungan yang berkualitas.⁹

⁹<https://www.bkkbn.go.id/detailpost/bkkbn-usia-pernikahanideal.21-25> Diambil Pada Tanggal 24 April Jam 12.00.

1. Pengertian Keluarga

Keluarga adalah kumpulan dari dua orang atau lebih yang hidup bersama dengan keterikatan aturan, emosional dan individu mempunyai peran masing-masing yang merupakan bagian dari keluarga. Menurut Suprajitno, keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari suami, istri dan anaknya, atau ibu dan anaknya.¹⁰

Koerner dan Fitzpatrick sebagaimana dikutip dari Sri Lestari, definisi tentang keluarga setidaknya dapat ditinjau berdasarkan tiga sudut pandang, yaitu definisi struktural, definisi fungsional, dan definisi interaksional.¹¹

- a. Definisi struktural keluarga, yaitu berdasarkan kehadiran atau ketidakhadiran anggota keluarga, seperti orang tua, anak, dan kerabat lainnya. Dari perspektif ini dapat muncul pengertian tentang keluarga sebagai asal usul (*family of origin*), keluarga sebagai wahana melahirkan keturunan (*family of procreation*).
- b. Definisi fungsional, keluarga didefinisikan dengan penekanan pada terpenuhinya tugas-tugas dan fungsi-fungsi psikososial. Fungsi-fungsi tersebut mencakup perawatan, sosialisasi pada anak, dukungan emosi dan materi, dan pemenuhan peran-peran tertentu.
- c. Definisi interaksional, keluarga didefinisikan sebagai kelompok yang mengembangkan keintiman melalui perilaku-perilaku yang memunculkan rasa identitas sebagai keluarga (*family identity*), berupa ikatan emosi, pengalaman historis, maupun cita-cita masa depan. Definisi ini memfokuskan pada bagaimana keluarga melaksanakan fungsinya.

¹⁰ Suprajitno, *Asuhan Keperawatan Keluarga Aplikasi dalam Praktek* (Jakarta: Egc, 2004), 12.

¹¹ Sri Lestari, *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga* (Jakarta; Kencana Prenada Media Group, 2012), 3.

Konflik dalam keluarga biasanya berawal dengan suatu konflik antara anggota keluarga. Bila konflik ini sampai titik kritis maka peristiwa perceraian itu berada di ambang pintu. Kasus keluarga dapat dilihat dari aspek:

- a. Keluarga itu terpecah karena strukturnya tidak utuh sebab salah satu dari kepala keluarga itu meninggal dunia atau telah bercerai.
- b. Orang tua tidak bercerai akan tetapi struktur keluarga itu tidak utuh lagi karena ayah atau ibu sering tidak dirumah, atau tidak memperlihatkan hubungan kasih sayang lagi. Misalnya orangtua sering bertengkar sehingga keluarga itu tidak sehat secara psikologis.
- c. Kurang adanya pengertian dan komunikasi antara suami dan istri dapat menimbulkan rasa tidak percaya dan pikiran-pikiran negatif sehingga sering terjadi kesalahpahaman yang dapat menimbulkan konflik. Konflik yang berlarut-larut membuat hubungan suami istri menjadi renggang dan menyebabkan komunikasi menjadi tidak efektif sehingga pernikahan menjadi tidak harmonis.¹²

2. Tinjauan tentang *Family Therapy*

Family Therapy atau Terapi keluarga adalah cara baru untuk mengetahui permasalahan seseorang, memahami perilaku, perkembangan simptom dan cara penyelesaiannya. Terapi keluarga adalah upaya mengubah hubungan dalam keluarga untuk mencapai keharmonisan. Membantu keluarga menjadi bahagia dan sejahtera dalam mencapai kehidupan efektif. Keluarga yang interaktif ialah membantu keluarga dalam mencapai kondisi psikologis yang serasi atau seimbang sehingga semua anggota keluarga bahagia.¹³

Terapi keluarga memandang keluarga secara keseluruhan bahwa anggota keluarga adalah bagian yang tidak mungkin dipisahkan dari konseli baik dalam permasalahan ataupun penyelesaiannya. Terapi

¹² Mohammad Surya, *Bina Keluarga* (Semarang: Aneka Ilmu, 2001), 141.

¹³ Eti Nurhayati, *Bimbingan, Konseling & Psikoterapi Inovatif* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 174.

keluarga memandang keluarga sebagai suatu kelompok yang tidak terpisahkan sehingga diperlukan sebagai satu kesatuan.¹⁴

a. Teknik *Family Therapy*

Terkait dengan teknik terapi keluarga, peneliti di sini menggunakan teknik terapi keluarga berorientasi-solusi yang berasal dari konseling singkat berfokus-solusi yang dipelopori Steve de Shazer. Proses-proses komunikasi adalah sangat penting untuk mencermati dan memerhatikan proses-proses komunikasi, baik komunikasi verbal maupun non verbal. Proses-proses pemecahan masalah-masalah yang berkaitan dengan isu-isu sehari-hari dilukiskan sebagai masalah-masalah instrumental, dan masalah-masalah yang menyangkut perasaan-perasaan dilukiskan sebagai masalah-masalah afektif.¹⁵

Terapi keluarga berorientasi-solusi disandarkan pada pemahaman tentang keluarga, sehingga tidak sekadar berkonsentrasi pada teori-teori tentang cara keluarga berfungsi secara normal. Gergen mengidentifikasi empat karakter yang menopang praktik terapi konstruktif antara lain:

- 1) Fokus pada makna ialah lebih sekadar memusatkan perhatian pada apa yang 'benar-benar ada', terapis berusaha menemukan informasi melalui bahasa, wawancara, dan konsultasi, serta cara keluarga memaknai pengalaman mereka melalui 'riwayat' yang telah mereka ciptakan mengenai keluarga.
- 2) Terapi sebagai konstruksi-bersama, dipandang oleh penganut konstruktivis bahwa makna tidak dikomunikasikan dari terapis kepada klien, tetapi diciptakan secara kolaboratif. Yang diperlukan peran terapis adalah menggunakan pendekatan konsultatif dan senantiasa memperhatikan umpan-balik dari klien.

¹⁴ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Keluarga...*, 222.

¹⁵ Kathryn Geldard Dan David Geldard, *Konseling Keluarga Membangun Relasi untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga...*, 18.

- 3) Fokus pada relasi. Pendekatan konstruktivis percaya bahwa makna tidak dibentuk oleh pemikiran satu individu, tetapi berasal dari relasi antara banyak orang dan melibatkan suatu proses negosiasi yang terus-menerus serta koordinasi dengan orang lain.
- 4) Kepekaan nilai. Para terapis konstruktif harus memiliki kepekaan terhadap nilai yang dianutnya dan nilai-nilai yang dianut suatu keluarga. Terapi berorientasi-solusi ialah memunculkan terjadinya suatu proses refleksi sehingga hal-hal yang diasumsikan tidak membantu dapat ditanggihkan.¹⁶

Proses-proses pemecahan masalah keluarga dapat dilihat pada suatu kontinum menyangkut kemampuan keluarga untuk memecahkan masalah. Sementara keluarga-keluarga lain bahkan tidak mampu mengenali masalah yang terletak pada ujung lainnya.¹⁷

b. Proses dan tahapan *Family Therapy*

Proses konseling keluarga berbeda dengan konseling individual karena ditentukan oleh berbagai faktor seperti jumlah kliennya (anggota keluarga) lebih dari seorang. Relasi antar anggota keluarga amat beragam dan bersifat emosional, dan konselor harus melibatkan diri (partisipan penuh) dalam dinamika konseling keluarga. Secara umum proses konseling berjalan menurut tahapan berikut:¹⁸

- 1) Pengembangan *rapport*, yaitu upaya pengembangan *rapport* seyogyanya telah dimulai begitu klien memasuki ruangan konseling. Tujuan menciptakan hubungan konseling adalah agar suasana konseling itu merupakan suasana yang memberikan keberanian dan kepercayaan diri klien untuk menyampaikan isi hati, perasaan, kesulitan.
- 2) Pengembangan apresiasi emosional. Anggota keluarga yang sedang mengikuti konseling keluarga, jika semua terlibat, akan terjadi

¹⁶ *Ibid.*

¹⁷ *Ibid.*, 93.

¹⁸ Sofyan Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling)*..., 43.

interaksi yang dinamik di antara mereka, serta keinginan untuk memecahkan masalah mereka. Dengan demikian, segala kecemasan dan ketegangan psikis dapat mereda, sehingga memudahkan untuk *treatment* konselor dan rencana anggota keluarga.

- 3) Pengembangan alternatif modus perilaku. Aplikasi perilaku dilakukan melalui praktik di rumah. Mungkin konselor memberi suatu daftar perilaku baru akan dipraktikkan selama satu minggu, kemudian melaporkannya pada sesi konseling berikutnya tugas tersebut disebut juga *home assignment* (pekerjaan rumah). Misalnya, seorang ayah mempunyai alternatif perilaku baru yang ia temukan dalam konseling, seperti akan berusaha selalu makan bersama pada waktu makan siang. Dan alternatif baru pada anak seperti tidak akan menginap di rumah teman, atau tidak pulang malam-malam.
- 4) Fase membina hubungan konseling. Fase ini amat penting di dalam proses konseling, dan keberhasilan tujuan konseling secara efektif ditentukan oleh keberhasilan konselor dalam membina hubungan konseling itu. Di samping itu, sikap konselor amat penting selain teknik konseling. Sikap-sikap yang penting dari konselor adalah:
 - (a) *Acceptance*, yaitu menerima klien secara ikhlas tanpa mempertimbangkan jenis kelamin, derajat, kekayaan, dan perbedaan agama serta sikap-sikapnya baik yang positif maupun negatif.
 - (b) *Unconditional positive regard*, artinya menghargai klien tanpa syarat; menerima klien apa adanya, tanpa dicampuri sikap menilai, mengejek, atau mengeritik.
 - (c) *Understanding*, yaitu konselor dapat memahami keadaan klien sebagaimana adanya.
 - (d) *Genuine*, yaitu bahwa konselor itu asli dan jujur dengan dirinya sendiri, wajar dalam perbuatan dan ucapan.

- (e) Empati, artinya dapat merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain (klien).
- (f) Memperlancar tindakan positif, Fase ini terdiri dari bagian-bagian seperti berikut:
 - (a) Eksplorasi, mengeksplorasi dan menelusuri masalah, menetapkan tujuan konseling, menetapkan rencana strategis, mengumpulkan fakta, mengungkapkan perasaan-perasaan klien yang lebih mendalam dan melatih *skill* yang baru.
 - (b) Perencanaan, mengembangkan perencanaan bagi klien sesuai dengan tujuan untuk memecahkan masalah, mengurangi perasaan-perasaan yang menyedihkan atau menyakitkan, terus mengkonsolidasi *skill* baru untuk mencapai aktivitas diri klien.
 - (c) Penutup, mengevaluasi hasil konseling, menutup hubungan konseling.¹⁹

Konselor pada konseling keluarga diharapkan mempunyai kemampuan profesional untuk mengantisipasi perilaku keseluruhan anggota keluarga yang terdiri dari berbagai kualitas emosional dan kepribadian. Konselor diharapkan mampu mengembangkan komunikasi antara anggota keluarga yang tadinya terhambat oleh emosi-emosi tertentu, membantu konseli agar berhasil menemukan dan memahami potensi, keunggulan, kelebihan yang ada pada dirinya dan mempunyai wawasan serta alternatif rencana untuk pengembangannya atas bantuan semua anggota keluarga.²⁰

Bentuk *family therapy* disesuaikan dengan keperluannya, namun banyak ahli yang menganjurkan agar anggota keluarga dapat ikut serta dalam konseling. Karena jika seluruh anggota keluarga terlibat dalam konseling

¹⁹ *Ibid.*

²⁰ Fatchiah E. Kertamuda, *Konseling Pernikahan untuk Keluarga Indonesia* (Jakarta: Selemba Humanika, 2009), 180.

dapat dengan mudah diubah dan mereka tidak hanya berbicara tentang keluarganya tetapi terlibat dalam penyusunan rencana.²¹

C. Metodologi Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian studi kasus. Penelitian studi kasus dapat diartikan sebagai suatu kajian yang sangat rinci tentang satu latar, atau subjek tunggal, atau satu tempat penyimpanan dokumen, atau suatu peristiwa tertentu.²²

1. Sumber data

- a. Sumber data primer. Data primer adalah data yang tidak berkaitan langsung dengan masalah penelitian dan didapatkan langsung dari informan atau responden untuk menjadi bahan analisis. Subyek dalam penelitian ini berasal dari keterangan wawancara dari orang tua (pasangan suami-istri) yang rumah tangganya mengalami disharmoni keluarga (relasi antar pasangan) di desa Telagawaru Kecamatan Labuapi Lombok Barat.
- b. Sumber data sekunder. Data skunder didapat dari pasangan keluarga yang masih utuh (belum bercerai), dokumentasinya dan dari tetangga yang rumahnya dekat dengan keluarga yang disharmoni keluarga (relasi antar pasangan) di desa Telagawaru Kecamatan Labuapi Lombok Barat.

2. Teknik pengumpulan data

- a. Wawancara. Tehnik wawancara yang akan digunakan oleh peneliti untuk memperoleh informasi ialah wawancara tidak terstruktur, karena wawancara ini bersifat terbuka dalam menggali informasi terhadap informan. Dalam wawancara tersebut merupakan wawancara yang bebas di mana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis

²¹ Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: Umm Press. 2003), 154-155.

²² Ruslam Ahmadi, *Metodelogi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016), 69.

besar permasalahan yang akan ditanyakan terkait disharmoni keluarga (relasi antar pasangan) dan solusinya perspektif *family therapy*.

- b. Observasi, yakni untuk mendapatkan data yang semaksimal mungkin terkait data tentang disharmoni keluarga tersebut.
 - c. Dokumen berbentuk tulisan atau catatan harian, biografi, gambar, dan terkait dengan disharmoni keluarga (relasi pasangan) dan solusinya perspektif *family therapy*. Dan model dokumen yang telah diperoleh selama penelitian diharapkan akan bisa terkumpul dengan lengkap menjadi dokumen resmi.
3. Analisis data. Proses sistematis, pencarian dan pengaturan transkripsi wawancara, catatan lapangan dan materi-materi lain yang telah terkumpulkan untuk meningkatkan pemahaman mengenai materi-materi tersebut dan untuk meningkatkan penyajian apa yang sudah ditemukan di lapangan.²³
 4. Validitas data dilakukan untuk melihat derajat ketepatan antara data yang terjadi pada obyek penelitian dengan data yang dilaporkan oleh peneliti. Data dikatakan valid jika apa yang disampaikan oleh peneliti sesuai dengan fakta yang ditemukan di lapangan.

D. Penyebab Disharmoni Keluarga (Relasi antar Pasangan) di Desa Telagawaru Kecamatan Labuapi

Keluarga pada dasarnya dibentuk dan berkembang dengan cara yang berbeda-beda. Dimulai dengan dua orang yang berlawanan jenis (laki-laki dan perempuan) yang melibatkan diri dalam suatu ikatan yang kuat (pernikahan). Kemudian mereka dikaruniai anak untuk bergabung dalam membentuk keluarga. Adakalanya keluarga dengan orangtua tunggal karena

²³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif R&D* (Bandung: Alfabeta, 2014), 245.

salah satu dari mereka telah meninggal atau terjadinya perceraian dan mengalami *single parent*.²⁴

Sebagaimana yang tertulis dalam teori di atas bahwa keluarga ialah terdiri dari keluarga inti (ayah, ibu dan anak). Jikalau dalam anggota keluarga ada yang tidak lengkap, ialah karena keluarga tersebut telah berpisah (adanya perceraian). Namun ada juga keluarga yang masih utuh tetapi seperti keluarga yang tidak lengkap (tidak harmonis).

Berdasarkan data dan fakta yang sesuai dengan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti yang peneliti temukan di lapangan ada beberapa penyebab yang mempengaruhi disharmoni keluarga (pasangan suami istri) yang masih utuh pada status berkeluarga (belum bercerai) merasakan tidak adanya kebersamaan dan merasa kesepian terhadap pasangan atau suami dan istri yang dikarenakan sibuk dalam hal pekerjaan.

1. Masalah kesibukan pasangan dan belum terpenuhinya kebutuhan materi

Sebagaimana yang dikatakan oleh ibu H, yang mengatakan bahwa “.... selama ini saya ditinggal oleh suami yang menjadi TKI di Malaysia. Kalau saya pergi bekerja, anak-anak saya hanya sendiri di rumah dan saya hanya berkomunikasi dengan suami hanya melalui via telepon”.²⁵

Berdasarkan hasil observasi bahwa, peneliti banyak menemukan keluarga atau rumah tangga yang tidak bahagia seperti awal masa pernikahannya. Selain masalah ekonomi yang menyebabkan terjadinya disharmoni keluarga, kesibukan pasangan juga menjadi pemicu pertengkaran dan kesalahpahaman.

Disharmoni keluarga ialah keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan sebagaimana layaknya keluarga yang utuh dan rukun akibat sering terjadinya konflik, perdebatan yang menyebabkan pertengkaran dan tidak stabilnya hubungan dalam rumah tangga. Hal tersebut akan berdampak

²⁴ Kathryn Geldard Dan David Geldard, *Konseling Keluarga Membangun Relasi untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga...*, 82.

²⁵ H, *Wawancara*, Paokkambut, 8 Mei 2019.

sangat signifikan terhadap kondisi dan keadaan rumah yang menjadi tidak kondusif, tidak ada lagi kebersamaan yang dirasakan di dalam rumah dan orangtua tidak lagi ada sepenuhnya menemani setiap perkembangan anak yang akan menyebabkan anak dalam keluarga tersebut bermasalah. Keluarga dengan skema percakapan rendah adalah keluarga yang tidak banyak menghabiskan waktu bersama untuk ngobrol.²⁶

2. Minimnya Pengetahuan Kerumahtanggaan

Kondisi rumah tangga yang disharmoni keluarga tidaklah dapat menjamin perkembangan anak menjadi baik-baik saja dalam perjalanannya. Suasana rumah tangga yang disharmoni juga disebabkan karena ketidaksiapan kedua orang tua atau pasangan suami istri untuk menjalani kehidupan berkeluarga. Seiring berjalannya waktu adanya perselisihan dan perbedaan yang timbul dalam keluarga dapat mengantarnya dalam status perceraian.

Sesungguhnya keluarga yang tidak harmonis ialah dapat disebabkan karena pasangan yang selalu bertengkar, adanya tindak kekerasan ataupun selalu adanya perbedaan dan perselisihan dalam kesehariannya dan bukan pula tiadanya perceraian. Meski seringkali terjadinya suasana dan kondisi yang kurang sehat dan kesalahpahaman dalam keluarga, jika suami istri bisa sepakat dan sepaham untuk mengakhiri keadaan tersebut dengan cara baik dan berkomitmen sepenuhnya untuk membangun keadaan dan suasana keluarga yang damai dan sehat.

Sesuai hasil observasi dan wawancara di lapangan peneliti banyak menemukan keluarga yang masih utuh berkeluarga namun sering terjadinya pertengkaran dan perselisihan dan hampir berujung pada perceraian. Sebagian bentuk dalam disharmoni keluarga ialah *pertama*, kegagalan peran ialah karena sang ayah atau ibu tidak ada atau tidak menjalankan peran dan tugasnya sebagai orangtua. *Kedua*, keluarga yang utuh atau tetap tinggal bersama, tetapi tidak saling menyapa dan terutama gagal

²⁶ Morissan, *Psikologi Komunikasi* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2013), 161.

memberikan dukungan emosional satu kepada yang lain. *Ketiga*, ketiadaan seseorang dari pasangan karena hal yang tidak diinginkan (meninggal atau ditinggal merantau kerja).

3. Sikap egosentrisme pasangan, masing-masing suami istri merupakan penyebab pula terjadinya konflik rumah tangga yang berujung pada pertengkaran terus menerus.

Banyak dijumpai orang tua tidak berkemampuan dalam mengelola rumah tangganya, sehingga tidak terjadi kondisi keseimbangan rumah tangganya dan penuh konflik atau memberi perlakuan secara salah (*abuse*) kepada anggota keluarga lain.²⁷

Sebagaimana dikatakan oleh ibu A yang mengatakan bahwa "...saya sering mengalami perdebatan dengan suami sehingga saya sungkan berbicara dengannya bahkan untuk memulai pembicaraan. Makanya saya jarang berada dirumah".²⁸

Faktor yang mengundang disharmoni keluarga ialah kembali pada baik tidaknya antara hubungan suami istri dalam mengkomunikasikan masalah dan harapan-harapan yang ingin dicapai bersama dalam membangun keluarga yang harmonis. Faktor yang mendukung untuk memberikan kontribusi dalam pencapaian menuju keluarga harmonis ialah relasi antara suami-istri.

Pencapaian menuju keluarga harmonis juga berpengaruh pada latar belakang kehidupan suami-istri, seperti apakah ia dibesarkan dalam keluarga harmonis, rentan usia dalam menikah, dewasa dalam berfikir, siap dalam ekonomi dan pekerjaan untuk memenuhi kebutuhan material rumah tangga, diri yang pengertian dan rasa kasing sayang yang ada pada pasangan dan kematangan emosi dalam menanggapi persoalan dalam rumah tangga.

²⁷ Latipun, *Psikologi Konseling...*, 151.

²⁸ A, *Wawancara*, Gubukaida, 8 Mei 2019.

4. Terjadinya Pernikahan Dini, yang mempengaruhi tingkat emosional dari pasangan masih labil.

Terjadinya disharmoni keluarga tidak hanya berpengaruh pada relasi hubungan suami-istri. Namun, sebagai keluarga yang sudah dikaruniai anak juga perlu untuk memilih agar masalah dalam rumah tangganya tidak berefek pada perkembangan diri anak dirumah.

Rumah tangga yang tidak bahagia itu bergantung pada relasi suami-istri sejauh mana mereka berkomitmen membangun hubungan yang berupa mahligai keluarga yang damai dan sejahtera. Terwujudnya keharmonisan relasi suami-istri dipengaruhi oleh beberapa faktor. *Pertama*, pasangan yang setara dalam hal pendidikan, agama, usia, dan status sosial, *kedua* tidak hamil diluar nikah, *ketiga* memperoleh restu dari orang tua, *keempat* kondisi sosial ekonomi yang baik, *kelima* memiliki interaksi yang positif, *keenam* terjalinnya komunikasi yang efektif, dan *ketujuh* dapat berperan secara layak dalam berkeluarga.²⁹

5. Suami istri dan anggota keluarga jarang bersama membahas keberlangsungan rumah tangga.

Sebagaimana yang diungkapkan oleh AH bahwa "...kondisi rumah tangga yang tidak bahagia juga bisa disebabkan oleh tidak terbukanya dalam mengkomunikasikan masalah dalam keluarga dan terjadi kesalah pahaman dan tidak adanya sikap kejujuran antara pasangan suami-istri."³⁰

Selain suasana rumah tangga yang situasinya selalu menegangkan, tidak hanya berpengaruh pada relasi suami-istri saja. Namun dampak yang sangat signifikan ialah terhadap anak. Anak yang awalnya ceria akan menjadi seseorang yang pendiam juga kehilangan harga diri dan percaya dirinya jika selalu dan tidak pernah merasakan kebersamaan dan kehangatan di lingkungan keluarga dan tempat tinggalnya. Karena merasa tidak pernah melihat bahkan merasakan adanya keluarga yang benar-

²⁹ Eti Nurhayati, *Bimbingan, Konseling & Psikoterapi Inovatif...*, 233.

³⁰ AH, *Wawancara*, Gubukaida, 6 Mei 2019.

benar ada dalam keadaan lahir batinnya, anak akan berubah dari segi sikap dan mental serta akan menarik diri dari pergaulan teman sebayannya.

Jika kebutuhan masing-masing pasangan tidak terpenuhi, secara tak terelakkan akan ada ketegangan dalam relasi. Bagi sebagian besar pasangan, agar kebutuhan inti tiap pasangan terpenuhi, penghargaan untuk kebersamaan harus ada.³¹

Menyadari banyak faktor yang mengalami disharmoni keluarga dan mengubah kondisi atau suasana rumah tangga yang tidak stabil dan tidak kondusif, baik faktor internal maupun eksternal dari pasangan suami-istri.

Relasi antar anggota keluarga (suami-istri) ialah bagian dari sistem keluarga. Sistem keluarga terdiri dari sekelompok individu yang saling berinteraksi akan membuahkan tanggapan dan pola perilaku yang mempengaruhi keluarga secara utuh.

Dalam kesehariannya seluruh anggota keluarga pastinya saling berinteraksi, tentunya mereka akan saling mempengaruhi dan dipengaruhi baik itu dari segi sikap dan pemikiran. Kondisi rumah tangga yang disharmoni akan menjadi lebih buruk jika relasi antara suami-istri tidaklah baik dan ataupun yang keadaan keluarga harmonis bisa menjadi lebih bahagia dan terarah.

Peneliti bisa melihat bahwa semenjak melakukan penelitian dan menyimpulkan keadaan keluarga yang hanya berfokus pada hal materi saja dan tidak menganggap penting bahwa kedamaian di dalam keluarga menjadi penentu kebahagiaan dan keberlangsungan kehidupan rumah tangga yang rahmah.

Berdasarkan teori-teori, hasil observasi, dan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti, banyak sekali keluarga atau pasangan yang mengeluhkan akan kondisi dan suasana rumah tangganya. Baik yang dipengaruhi oleh anggota keluarga sendiri (pasangan suami-istri), masalah

³¹ Kathryn Geldard Dan David Geldard, *Konseling Keluarga Membangun Relasi untuk...*, 362.

ekonomi, tidak adanya pengertian, dan kurangnya relasi antar suami-istri (kedekatan emosional). Agar tidak merosotnya suasana keluarga yang tidak bahagia atau disharmoni dapat dicegah dengan selalu menjaga komunikasi dengan anggota keluarga yang bersangkutan. Sehingga kondisi rumah tangga yang disharmoni keluarga bisa diminimalisir pada tingkat keberadaannya.

E. Solusi Terhadap Disharmoni Keluarga (Relasi antar Pasangan) Perspektif Family Therapy

Solusi untuk rumah tangga yang disharmoni keluarga (relasi antar pasangan) terlebih dahulu dapat diselesaikan oleh anggota keluarga yang bersangkutan dengan cara mengkomunikasikan masalah-masalahnya. Jika hal tersebut tidak dapat membantu memulihkan keutuhan keluarga, pasangan suami-istri perlu berkonsultasi kepada tokoh agama atau mengunjungi instansi-instansi yang bersangkutan untuk menyelesaikan masalah keluarga.

Hambatan-hambatan dalam kegiatan menyelesaikan masalah dan mencari solusi untuk tujuan dan harapan yang lebih baik lagi tidak terlepas dari usaha yang lebih besar lagi untuk mengatasinya. Solusi terhadap disharmoni keluarga dapat diartikan sebagai suatu kondisi dalam menentukan proses-proses perbaikan untuk keluarga.

Proses pemecahan masalah yang terjadi dalam keluarga, Model McMaster sebagaimana dikutip dari Kethryn Dan David Gerldard mengemukakan pemecahan masalah terjadi dalam beberapa tahap:³²

1. Mengenali masalah, ialah upaya dari pasangan suami istri menelaah dan mengetahui berbagai permasalahan dalam keluarga yang mungkin sudah terjadi dan berupaya untuk menyelesaikannya.
2. Mengomunikasikan masalah kepada orang yang yang tepat, ialah melalui tahapan ini. Anggota keluarga (pasangan) bisa mengkonsultasikan perihal masalahnya terhadap orang yang dipercayanya.

³² *Ibid.*, 18.

3. Mengembangkan tindakan alternatif, ialah memberikan suatu bimbingan dan arahan kepada pasangan tentang bagaimana seharusnya hubungan masalah antara suami istri dapat diselesaikan.
4. Memutuskan satu tindakan khusus, ialah senantiasa berupaya untuk menyelesaikan permasalahan dalam rumah tangga tentang keputusan bagaimana seharusnya langkah yang akan ditempuh untuk ke depannya.
5. Mengambil tindakan, ialah mengembangkan tindakan dari keputusan yang telah disepakati oleh keluarga secara optimal dan menyesuaikan keluarganya dalam proses penyelesaian masalah.
6. Mengevaluasi keberhasilan tindakan itu, ialah mengetahui bagaimana perkembangan atas tindakan-tindakan yang telah ditempuh sebelumnya oleh pasangan dalam rangka menyelesaikan masalahnya.

Terapi keluarga ialah yang bertujuan untuk membantu pasangan suami-istri mengurangi gangguan keharmonisan rumah tangga. Suami dan istri berhak dan berkewajiban untuk menciptakan kedamaian dalam keluarga. Oleh karena itu, solusinya perspektif *family therapy* ialah membantu suami-istri menghilangkan perselisihan, melestarikan budaya perdamaian dan musyawarah, menghapuskan tindak kekerasan, dan semata-mata menghindarkan keluarga dari status perceraian. Bukan hanya menjaga *image* pernikahan yang baik di mata masyarakat saja melainkan keharmonisan rumah tangga sejatinya ialah hanya bisa dirasakan dan dinikmati bersama dengan pasangan, seluruh anggota keluarga juga akan berpengaruh positif kepada lingkungan dan masyarakat sekitarnya.

Bisa disimpulkan, bahwa sebagai pasangan suami-istri dalam menyelesaikan masalah antar anggota keluarganya tentu ada kendala atau hambatan dalam proses pelaksanaannya. Keharmonisan rumah tangga dapat terwujud jika apa yang diharapkan oleh masing-masing pasangan dapat dipenuhi.

F. Kesimpulan

Penyebab disharmoni keluarga (relasi antar pasangan) di desa Telagawaru Kecamatan Labuapi ialah Masalah kesibukan pasangan dan belum terpenuhinya kebutuhan materi, minimnya pengetahuan kerumahtanggaan, sikap egosentrisme pasangan, Terjadinya pernikahan dini, suami istri dan anggota keluarga tidak pernah atau jarang duduk bersama membahas keberlangsungan rumah tangga sehingga mempengaruhi hubungan dari kualitas keluarganya kurang baik.

Adapun solusi terhadap disharmoni keluarga (relasi antar pasangan) perspektif family therapy ialah dapat mengemukakan pemecahan masalah terjadi dalam tujuh tahap yaitu, mengenali masalah, mengomunikasikan masalah kepada orang yang yang tepat, mengembangkan tindakan alternatif, memutuskan satu tindakan khusus, mengambil tindakan, mengevaluasi keberhasilan tindakan itu.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Ruslam, *Metodelogi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016)
- Al-Brigawi, Abdul Lathif, Al-Brigawi, *Fiqh Keluarga Muslim Rahasia Mengawetkan Bahtera Rumah Tangga*, Penerjemah Muhammad Misbah (Jakarta: Amzah, 2014)
- Direktorat Bina KUA & Keluarga Sakinah, *Fondasi Keluarga Sakinah Bacaan Mandiri Calon Pengantin* (Jakarta: Diterbitkan Oleh Subdit Bina Keluarga Sakinah, 2017)
- Geldard, David, Geldard, Kathryn, *Konseling Keluarga Membangun Relasi untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011)
- <https://Zenziko.Wordpress.Com/2010/02/23/Kehidupanbermasyarakatindividu/ukeluargamasyarakat> Diambil Tanggal 24 April.

- [Http://Id.Shvoong.Com/SocialSciences/Counseling/2204607](http://Id.Shvoong.Com/SocialSciences/Counseling/2204607)Pengertiankeluar
gadisharmonis, Diambil Tanggal 24 April.
- Ismaya, Bambang, *Bimbingan & Konseling Study, Karier, dan Keluarga*
(Bandung: PT. Refika Aditama, 2015)
- Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UMM Press, 2003)
- Lubis, Lumongga, Namora, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori
dan Praktik* (Jakarta: Kencana, 2011)
- Moh. Surya, Djumhur, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah* (Bandung: CV.
Ilmu, 1975)
- Morissan, *Psikologi Komunikasi* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2013)
- Nurhayati, Eti, *Bimbingan, Konseling & Psikoterapi Inovatif* (Yogyakarta:
Pustaka Pelajar, 2011)
- Sastriani, Anis, "Keharmonisan Keluarga Dan Pengaruhnya Terhadap
Pengamalan Agama Anak di Gampong Beurawe Banda Aceh" (Skripsi
Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry
Darussalam Banda Aceh, 2018)
- Silalahi, Ulber, *Metode Penelitian Sosial* (Bandung: Refika Aditama, 2010)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Penerbit
Alfabeta, 2014)
- Supardi, Irfan, *Alhamdulillah Bunga Cintaku Bersemi Kembali* (Solo: Tinta
Medina, 2012)
- Surya, Mohammad, *Bina Keluarga* (Semarang: Aneka Ilmu, 2001)
- Willis, Sofyan S., *Konseling Keluarga (Family Counseling)* (Bandung:
Alfabeta 2013)