

Pelayanan Konseling Integratif pada Masalah Perkawinan dan Keluarga di Badan Penasihatannya Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) Pusat

Radhiya Bustan^{1*}, Liana Mailani¹, Marsyela Novianti¹

¹Psikologi, Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Universitas Al-Azhar Indonesia
Jl Sisingamangaraja, Kompleks Masjid Agung Al Azhar, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan, 12110
Email Penulis Korespondensi: radhiya_bustan@uai.ac.id

Abstract

Marriage is the first door for couples to adapt and understand each other. Marriage does not always run smoothly. Problems will arise because partners have different backgrounds, affecting the way they think, behave or act. The inability to manage these differences can lead to conflict, and can even lead to divorce. The divorce rate in Indonesia tends to increase every year. One of the causes of divorce is the lack of internalization of religion. Based on data from the Marriage Development and Preservation Agency (BP4), the need for marriage guidance services is very high, but this socio-religious organization has limited professional staff to provide these services. So that assistance is needed in providing integrative counseling services that integrate conventional counseling perspectives with Islamic approaches. This service is provided to five clients in BP4, for one to three sessions, offline and online. After undergoing the counseling session, the client feels better psychologically, because he feels that he has received help, insight, and most importantly, has helped him get closer to Allah Swt. The changes experienced by the client are a more stable emotional state, able to think adaptively and consider the consequences of the actions to be taken. It can be seen from the decrease in the problem scale score when before and after being given counseling to be lower (better).

Keywords: *Islamic Counseling, Integrative, Marriage, Family*

Abstrak

Kehidupan pernikahan merupakan pintu awal pasangan beradaptasi dan saling memahami. Tidak ada pernikahan yang berjalan mulus tanpa hambatan. Masalah muncul karena pasangan memiliki latar belakang berbeda, mempengaruhi cara berpikir, bersikap ataupun bertindak. Ketidakmampuan untuk mengelola perbedaan dapat menimbulkan konflik dan pertengkaran, bahkan dapat berujung pada perceraian. Tingkat perceraian di Indonesia cenderung meningkat dari tahun ke tahun. Penyebab perceraian salah satunya adalah jauhnya pasangan dari agama. Berdasarkan data dari Badan Penasehatan Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) Pusat, kebutuhan akan pelayanan konseling perkawinan sangat tinggi, namun organisasi sosial keagamaan ini memiliki keterbatasan tenaga profesional dalam memberikan pelayanan tersebut. Sehingga diperlukan bantuan dalam memberikan pelayanan konseling integratif yang mengintegrasikan perspektif konseling konvensional dengan pendekatan Islam. Pelayanan ini diberikan kepada lima orang klien di BP4 Pusat, selama satu sampai tiga kali sesi, secara luring maupun daring. Setelah menjalani sesi konseling, klien menjadi lebih baik secara psikologis, karena merasa memperoleh pendampingan, insight, dan yang paling utama adalah membantu untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt. Perubahan yang dialami klien adalah kondisi emosional yang lebih stabil, mampu berpikir adaptif dan mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan yang akan dilakukan. Terlihat dari penurunan skor skala permasalahan yang dirasakan klien ketika sebelum diberikan konseling dengan setelah diberikan konseling menjadi lebih rendah (baik).

Kata kunci: *Konseling Islam, Integratif, Perkawinan, Keluarga*

1. PENDAHULUAN

Analisis Situasi

Perkawinan merupakan pertemuan dua individu dari dua keluarga yang berbeda untuk bersatu membentuk satu sistem keluarga yang baru. Perkawinan adalah suatu ikatan antara laki-laki dan perempuan yang telah menginjak usia dewasa ataupun dianggap telah dewasa dalam ikatan yang sakral (Saidiyah, 2016). Dianggap sakral karena dalam pernikahan hubungan antara seorang laki-laki dan perempuan menjadi sah secara agama. Kemudian menurut Pasal 1 Undang-undang No 1 Tahun 1974, perkawinan adalah ikatan lahir dan batin antara seorang laki-laki dan seorang perempuan sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) bahagia yang kekal berdasarkan Ketuhanan yang Maha Esa. Eksistensi perkawinan baru terjadi apabila dua (atau lebih) orang saling memelihara pertukaran instrumental dan ekspresi secara berlanjut.

Kehidupan pernikahan merupakan pintu awal pasangan untuk beradaptasi dan saling memahami. Tidak ada pernikahan yang berjalan mulus tanpa hambatan, dibutuhkan toleransi, kesabaran, dan cinta yang besar untuk menghadapi pertentangan yang mungkin akan terjadi. Selama awal pernikahan, pasangan suami istri akan mengalami masa penyesuaian satu sama lain. Pada masa penyesuaian ini suami ataupun istri akan mengalami beberapa permasalahan yang terkadang dapat menimbulkan ketegangan emosional dan mungkin akan menyebabkan terjadi konflik. Masalah muncul karena kedua individu yang menikah memiliki latar belakang yang berbeda. Seperti sifat, nilai, kepribadian, budaya, serta kelebihan dan kekurangan masing-masing. Semua aspek tersebut akan mempengaruhi cara berpikir, bersikap ataupun bertindak. Ketidakmampuan untuk mengelola perbedaan tersebut akan menimbulkan konflik dan pertengkaran, bahkan dapat berujung pada perceraian.

Data dari Badan Peradilan Agama Mahkamah Agung, terdapat peningkatan kasus perceraian, terutama yang beragama Islam sejak tahun 2015 sebanyak 394.246 kasus, kemudian meningkat pada tahun 2019 mencapai 480.618

kasus dan pada pertengahan tahun 2020 telah mencapai 306.688 kasus (merdeka.com, 12 September 2021). Penyebab perceraian tersebut diantaranya adalah jauh dari agama, perilaku tidak bertanggung jawab, perselingkuhan yang sebagian dimulai dari media sosial, kurang atau putusnya komunikasi, sikap egosentris, ekonomi keluarga, masalah kecanduan, stres yang berdampak parah, masalah pendidikan, kesibukan, dan sebagainya.

Kondisi yang memprihatinkan ini memerlukan keseriusan dalam membantu pasangan perkawinan untuk dapat membina hubungan rumah tangga yang diberkahi Allah SWT, salah satunya melalui pelayanan konseling yang berbasis agama. Konseling adalah pemberian bantuan dan bimbingan profesional dalam membantu menyelesaikan permasalahan individu (Reeves, 2018). Konseling mendorong pertumbuhan dan perkembangan klien dengan cara menumbuhkan minat dan kesejahteraan klien dalam membentuk hubungan yang sehat. Pelayanan konseling diharapkan dapat membantu klien menemukan alternatif solusi permasalahan yang dihadapi, agar mereka dapat kembali kepada tuntunan syariat agama Islam.

Sebagaimana fenomena permasalahan masyarakat yang makin kompleks yang sudah dibahas sebelumnya, maka dibutuhkan konseling dengan pendekatan integratif, yang mengintegrasikan pendekatan Islam dengan konseling konvensional melalui pengalaman spiritualitas berdasarkan kesadaran dan pengakuan seseorang akan keberadaan dan tempatnya dalam penciptaannya. Hal ini berkaitan dengan salah satu peran Badan Penasehatan Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) sebagai organisasi sosial keagamaan profesional, dalam binaan Kementerian Agama RI untuk mewujudkan ketahanan dan kualitas perkawinan serta keluarga sakinah, mawaddah warahmah dengan mengembangkan Program Gerakan Keluarga Sakinah. Namun saat ini BP4 masih kekurangan tenaga profesional yang dapat memberikan pelayanan konseling perkawinan dan keluarga. Sementara jumlah klien yang membutuhkan pelayanan terus meningkat, dan sebagian besar tidak mampu memberikan pembayaran jasa konseling yang biasanya perlu dilakukan ketika

datang ke lembaga profesional lainnya. Untuk itu, diperlukan kerjasama dengan mitra BP4 dalam kegiatan pengabdian masyarakat berupa pelayanan konseling integratif pada masalah-masalah perkawinan dan keluarga. Konseling ini merupakan salah satu usaha pemecahan masalah yang bertujuan untuk membantu menurunkan tingkat perceraian dan menciptakan kesejahteraan psikologis dalam meningkatkan ketahanan keluarga Indonesia.

Permasalahan Mitra

Mitra kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Badan Penasehatan Pembinaan Dan Pelestarian Perkawinan (BP4), yang merupakan organisasi sosial keagamaan profesional, dalam binaan Kementerian Agama RI dan mitra kerja institusi terkait. BP4 bertujuan untuk mewujudkan ketahanan dan kualitas perkawinan serta keluarga sakinah, mawaddah warahmah dengan mengembangkan Program Gerakan Keluarga Sakinah.

VISI BP4 yang menjadi acuan bagi seluruh divisi adalah terwujudnya ketahanan keluarga sakinah, mawaddah wa rahmah sebagai basis kehidupan masyarakat dan bangsa yang sejahtera secara fisik material dan mental spiritual.

BP4 juga berusaha mempertinggi mutu perkawinan dan mewujudkan ketahanan keluarga sakinah, sehingga diperlukan adanya bimbingan yang terus-menerus dari Konselor dan Penasihat Perkawinan secara profesional. Namun dalam mencapai tujuan ini masih terdapat berbagai kendala, seperti kurangnya sumber daya tenaga profesional yang akan melakukan pelayanan tersebut. Hal ini disebabkan karena BP4 belum mempunyai tenaga profesional tetap, sebagian besar adalah profesional yang juga sudah mempunyai pekerjaan tetap di institusi lain. Sementara itu, kebutuhan masyarakat terkait pelayanan konseling perkawinan dan keluarga ini sangat tinggi. Hal ini terlihat dari tingginya animo masyarakat dalam menyampaikan pertanyaan konsultasi via website BP4 Pusat. Dalam kurun waktu 1 tahun, terdapat ribuan pertanyaan dari masyarakat yang menunjukkan kebutuhan akan pelayanan konseling pada masalah perkawinan dan keluarga. Untuk itu, BP4 Pusat sebagai organisasi sosial keagamaan yang merupakan mitra Kementerian Agama dan instansi terkait lainnya, membutuhkan bantuan para profesional dalam upaya meningkatkan kualitas perkawinan umat Islam di Indonesia, untuk membimbing,

membina, dan mengayomi keluarga muslimin di seluruh Indonesia.

Adapun rumusan masalah dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah: “Apakah pelayanan konseling Integratif dapat membantu menyelesaikan masalah perkawinan dan keluarga pada klien di Badan Penasehatan Pembinaan Dan Pelestarian Perkawinan (BP4) Pusat?”.

Solusi yang Ditawarkan

Berdasarkan uraian permasalahan mitra di atas, maka solusi yang ditawarkan melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan pemberian pelayanan konseling integratif dengan metode integrasi dengan pendekatan konvensional melalui metode *integrative case formulation*.

Indikator capaian kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah: (1) Meningkatnya ketangguhan keluarga, (2) Membantu menyelesaikan permasalahan perkawinan dan keluarga, (3) Klien mampu mengatasi masalahnya secara mandiri, berfokus pada pertumbuhan dan perkembangan menjadi lebih baik sesuai dengan tuntunan Al Qur'an dan Hadits, (4) Timbulnya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup bagi klien untuk masa sekarang, akan datang, dan di akhirat kelak.

Pelayanan konseling Integratif ini diberikan kepada lima orang klien yang mengalami permasalahan perkawinan dan keluarga, dilakukan selama dua sampai tiga kali sesi, baik secara luring maupun daring, sesuai dengan kesepakatan bersama klien.

2. METODE

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Pengabdian masyarakat berupa konseling integratif ini dilakukan pada bulan Juni sampai September 2022. Dilaksanakan secara daring (*online*), maupun luring (*offline*) berdasarkan kesepakatan dengan klien. Lokasi kegiatan adalah di kantor BP4 Pusat yang bertempat di Masjid Istiqlal.

Metode

Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan konseling integratif yang mengintegrasikan pendekatan Islam dengan pendekatan konseling konvensional.

Dalam pendekatan integratif, terapis atau konselor mengkombinasikan ide, kemampuan, dan teknik dari pendekatan teori yang berbeda untuk membuat formulasi untuk yang dibuat untuk setiap masalah, kepribadian, dan konteks sosiokultural klien, termasuk dengan pendekatan agama. Sebagian besar ahli dari *integrative therapy* mendefinisikan 4 pendekatan integrasi, yaitu:

1. *Technical eclecticism: Clinician* membuat cara dari sumber yang berbeda, tanpa menganut salah satu teori. Contohnya adalah *multimodal therapy* yang dikemukakan Lazarus (1981).

2. *Theoretical integration*: Dilakukan sintesis pada 2 atau lebih terapi, dan kombinasinya diharapkan akan menjadi lebih efektif dibandingkan jika salah satu terapi dilakukan secara tersendiri. Contohnya adalah Wachtel (1977) yang mengintegrasikan terapi psikoanalisis dan behavioristik.

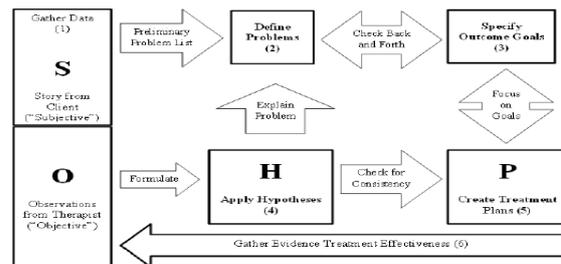
3. *Common Factors*: Penekanannya ada pada inti dari terapi berbeda yang ada pada saat ini, dan mungkin terapinya akan lebih sukses dibandingkan dengan cara pada teori yang spesifik. Pelopor dari pendekatan ini adalah Jerome Frank.

4. *Assimilative integration*: Ini merupakan model teori utama konseling dan psikoterapi dengan menggabungkan ide dan teknik secara selektif. Pendekatan ini menggabungkan bagian dari teknik eklektik dan integrasi teori. Digunakan terapis terlatih pada satu sistem dan kemudian memasukkan cara lainnya untuk menunjukkan keterbatasan pendekatannya.

Konseling integratif melalui metode *Integrative Case Formulation*, menggunakan formulasi *Subjective data*, *Objective data*, *Hypotheses section*, *Plan* (SOHP) yang dilakukan dengan cara: (1) *Identifying data*, (2) *Reason for seeking therapy*, (3) *Background information*, (4) *Problem title*, (5) *Outcome goal*. Pelayanan konseling integratif bertujuan untuk membantu menyelesaikan masalah perkawinan dan keluarga pada pasangan perkawinan.

Langkah Pelaksanaan

Dalam proses membuat formulasi kasus, terdapat 6 proses yang tidak linear tetapi simultan, dimana kita bisa kembali ke tahap berikutnya atau menjadi sirkuler, sebagai berikut (Ingram, 2006):



Gambar 1. Proses Formulasi Kasus

Cara untuk menerapkan SOHP pada masalah dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah:

(1) *Identifying data*: usia, jenis kelamin, budaya, status pernikahan, dll.

(2) *Reason for seeking therapy*: mendapat keluhan, sumber yang memberitahu tentang terapis, dan informasi apakah ia datang karena keinginan sendiri atau dirujuk oleh orang lain. Untuk seseorang yang dirujuk, bagian ini perlu menjelaskan kenapa ia setuju untuk dirujuk datang ke terapis.

(3) *Background information*: mengorganisasikan secara naratif mengenai sejarah kehidupannya, meringkas data yang tidak berhubungan dengan masalah. Data yang relevan dengan masalah spesifik akan sangat tepat dimasukkan ke dalam bagian S. ketika beberapa masalah menggunakan data yang sama, bahkan mengulangi informasinya, kita bisa meletakkan data tersebut di bagian ini.

(4) *Problem title*: pernyataan mengenai kesulitan, disfungsi, atau kelemahan sehingga klien mencari pertolongan. *Problem title* ini harus jelas, spesifik, dan bebas dari istilah-istilah yang berkaitan dengan teori. Kita mungkin perlu memasukkan beberapa kalimat pada judul untuk memberikan detail yang konkrit mengenai masalah.

(5) *Outcome goal*: pernyataan tentang hal yang diinginkan pada proses akhir terapi. Bagian ini berhubungan langsung dengan *problem title* dan tidak ada deskripsi mengenai bagaimana cara mencapai tujuannya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diberikan kepada lima orang klien yang mengalami masalah perkawinan dan keluarga. Pertemuan awal konseling pada bulan Juni - Juli 2022 masih dilakukan secara *online* karena ruangan konseling di BP4 Pusat yang berlokasi

di Masjid Istiqlal sedang dalam proses renovasi. Namun untuk kegiatan konseling pada sesi selanjutnya pada bulan Agustus - September 2022, sudah dapat dilakukan secara tatap muka (*offline*) berdasarkan kesepakatan dengan klien. Konseling dilakukan pada 5 orang klien, yaitu: Klien DN, RH, PU, MN, dan AS dengan menggunakan *problem-oriented method* melalui SOHP (*Subjective Data, Objective Data, Hypotheses section, Plan*) dengan cara sebagai berikut:

Klien DN

1) *Identifying data*

Klien DN berusia 34 tahun yang bekerja sebagai karyawan swasta. Suami DN bernama WY juga berusia 34 tahun dan bekerja sebagai karyawan swasta. Latar belakang pendidikan mereka sama-sama Sarjana (S1). Mereka bertempat tinggal di Jatibening. Ibu DN dan Bapak WY sudah menikah selama hampir 9 tahun dan dikarunia 1 orang anak.

(2) *Reason for seeking therapy*

Klien DN datang atas keinginan sendiri mencari bantuan melalui pelayanan konseling di BP4 Pusat. Permasalahan yang dihadapi berkaitan dengan perselingkuhan suami, gap penghasilan, dan masalah komunikasi.

(3) *Background information*

Klien menceritakan bahwa ia sudah menikah selama hampir 9 tahun, sejak tahun 2013. Mereka bertemu di kampus, kemudian sama-sama memulai karir di Jakarta dan meniti dari nol. Dari awal pernikahan klien DN memang lebih dominan, suaminya WY tipe yang lebih tertutup, susah mengungkapkan perasaannya, dan tidak terlalu menuntut. Untuk memulai hubungan pernikahan tersebut, suaminya sangat berjuang untuk dapat diterima dan hal itu yang membuat klien DN merasa yakin. Sifat suami lebih penyabar, sementara DN lebih meledak-ledak secara emosional. Saat pernikahan masuk usia 9 tahun dengan usia anak 6 tahun, mulai menemui berbagai permasalahan, diantaranya: gap penghasilan, masalah komunikasi, perselingkuhan yang menyebabkan kecurigaan berkepanjangan dari DN.

(4) *Problem title*

Berikut permasalahan utama dan keluhan-keluhan yang disampaikan oleh klien DN:

1. *Gap penghasilan*

Sejak bulan November 2019, DN memilih pindah ke kantor yang menyebabkan gap penghasilan antara keduanya makin besar. Tujuannya bekerja di kantor tersebut hanyalah untuk sementara, agar dalam 2 tahun bisa menabung dan melunasi KPR rumah. Kemudian DN berencana akan melanjutkan studi ke jenjang Magister (S2), dan pindah ke pekerjaan yang lebih fleksibel, seperti mengajar, dan berencana akan hamil anak ke-2. Selama di kantor yang baru, DN menjadi lebih sibuk dan lebih stres. Pada masa tersebut, DN sering mengingatkan suami untuk *apply* pekerjaan atau training, supaya ketika DN *resign* suami sudah mempunyai penghasilan yang lebih baik. Namun akhirnya berujung pada ketidaknyamanan, karena suami merasa sangat dituntut padahal sudah berusaha, sementara DN sendiri melihat usaha suami masih belum signifikan.

2. *Perselingkuhan*

Pada bulan Oktober 2020, suami mempunyai tim baru perempuan *fresh graduate* yang masih berstatus *single*, berumur 22 tahun. Kemudian pada bulan November sampai Desember 2020, DN mulai merasa ada perubahan pada sikap suami, tapi belum ke arah negatif. Namun pada bulan Februari 2021, DN mendapati suami berkomunikasi via *chat* dengan perempuan tersebut. Dimana *chat* tersebut menurut DN sudah menunjukkan kedekatan di luar hubungan kerja, disitu DN marah dan mengingatkan suami agar menjaga jarak.

Pada saat itu mereka saling menangis bahkan suami sangat takut DN minta cerai, bahkan ada statement dari suami bahwa tidak apa-apa kalau dia harus *resign* dan tidak usah bekerja kantoran lagi. Namun kemudian DN masih berpikir positif, mungkin dia hanya cemburu saja, karena *chat*-nya pun tidak dihapus oleh suami. Sehingga mereka berbaikan, tapi untuk membuat DN lebih tenang, mereka membuat perjanjian tertulis bahwa suami harus selalu bisa dihubungi ketika di kantor dan jika sampai suami melakukan perselingkuhan, maka mereka akan cerai dan suami tidak membawa harta. Suami setuju dengan perjanjian tersebut.

Setelah kejadian itu DN sudah tidak mengungkit-ngungkit kejadian tersebut. DN berusaha menganggap tidak ada apa-apa dan sudah tidak mengecek handphone suami lagi. Dan pada bulan Mei 2021 perempuan tersebut *resign* dari kantor suami, pindah kerja ke

Kalimantan, sehingga DN merasa makin tenang karena yakin sudah tidak ada apa-apa lagi antara suami dengan perempuan tersebut.

3. Pertengkaran besar

Terjadi beberapa kali pertengkaran besar di bulan Agustus 2021, Oktober 2021 yang sebabnya selain karena DN merasa suami tidak menunjukkan usaha maksimal untuk mencari pekerjaan lebih baik, terdapat pula moment dimana suami susah dihubungi selama berjam-jam. Itu sudah melanggar komitmen, namun kemudian mereka berhasil berbaikan kembali dengan berbagai komitmen perbaikan yang akhirnya tidak terealisasi.

4. Usaha *ishlah*

Namun sejak berdamai di bulan April 2022, suami sudah menunjukkan berbagai usaha perbaikan yang dapat membantu DN merasa tenang. Seperti tidak memegang hp selama di rumah, berkomunikasi kepada DN lebih intens. Namun karena DN merasa sudah kehilangan kepercayaan, DN sering cemas, susah tidur di malam hari, emosi meledak-ledak dan terus merasa curiga. Karena kejadian tersebut benar-benar di luar pikiran DN bahwa suaminya yang selama ini sangat dipercaya, mempunyai pemahaman agama yang jauh lebih baik dari dia, mampu melakukan perselingkuhan tersebut dan tidak mampu mengontrol diri.

Pada tahap ini konselor mengintegrasikan dengan pendekatan Islam bahwa klien perlu berusaha untuk mengikhlaskan kejadian yang sudah berlalu tersebut dan berserah diri kepada Allah Swt. Karena apabila DN belum dapat menerimanya dengan ikhlas, hal tersebut akan terus mengganggu pikiran, emosional, dan perilaku klien. Klien akan terus merasa was-was dan mencurigai suaminya, dimana hal itu juga akan berdampak pada ketidakharmonisan hubungan mereka. Keikhlasan akan muncul apabila disertai kesabaran dalam menerima kejadian tersebut. Sebagaimana firman Allah dalam surat Az-Zumar ayat 11-14, yang artinya: *"Katakanlah "Sesungguhnya aku diperintahkan untuk menyembah Allah dengan penuh keikhlasan kepada-Nya dalam menjalankan agama. (11) Dan aku diperintahkan agar menjadi orang yang pertama-tama berserah diri." (12) Katakanlah, "Sesungguhnya aku takut akan azab yang akan ditimpakan pada hari yang besar jika aku durhaka kepada Tuhanku." (13) Katakanlah, "Hanya kepada Allah aku*

menyembah dengan penuh keikhlasan kepada-Nya dalam menjalankan agamaku."

Konselor memberikan pertanyaan agar klien dapat merefleksikan pada dirinya: "apakah dengan terus berusaha menyelidiki aktivitas suami, hal tersebut akan membantu klien merasa tenang? Kepada siapakah klien dapat menitipkan suaminya?". Akhirnya DN pelan-pelan berusaha untuk menerima kejadian tersebut dan berserah diri kepada Allah Swt agar melindungi suaminya dari godaan-godaan untuk berselingkuh lagi.

(5) *Outcome goal*

Ketika suami sudah kembali saat ini, DN mulai merasa bingung dan bimbang apakah ikhtiar yang sudah dilakukan selama ini untuk memperbaiki hubungan sudah merupakan usaha terbaik atau belum. Hal yang ingin dicapai adalah bagaimana mereka dapat mengembalikan hubungan rumah tangga mereka kembali harmonis seperti sebelumnya. Dapat menjadikan permasalahan yang sudah terjadi tersebut sebagai pelajaran berharga untuk menjadi lebih baik lagi kedepannya. Beberapa kali klien DN terus menghubungi konselor untuk mendapat pelayanan konseling setiap menemukan kendala dan mengalami kecurigaan kembali terhadap suami, namun konselor meyakinkan kepada klien DN bahwa ia dan suami akan mampu menjalani komitmen tersebut dengan baik. Tentunya dengan sama-sama memberikan ruang pada pasangan untuk dapat melakukan refleksi diri dan melakukan perubahan. Perlu ada dukungan dari kedua belah pihak. Sehingga diharapkan klien DN dan suami mampu mengatasi masalahnya sendiri di kemudian hari, berfokus pada pertumbuhan dan perkembangan menjadi lebih baik sesuai dengan tuntunan Al Qur'an dan Hadits, serta timbul suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup untuk masa sekarang, akan datang, dan di akhirat kelak.

Konselor sudah meminta klien DN dan suami menyusun rencana-rencana perbaikan ke depan dan komitmen baru. Konselor pada tahap ini meminta DN dan suami membuat list alternatif perbaikan yang akan dilakukan dan apa konsekuensi masing-masingnya, termasuk keinginan untuk membuka usaha mandiri dari rumah, tidak bekerja lagi di kantor karena dianggap selama ini sudah memberikan pengaruh negatif. Tentunya akan ada konsekuensi secara ekonomi juga, karena membuka usaha baru tentunya membutuhkan

proses sampai akhirnya dapat memetik hasil yang diharapkan. Keinginan untuk hijrah membuka usaha dari rumah juga bertujuan agar DN dan suami lebih banyak menghabiskan waktu bersama.

Klien RH

RH datang satu kali pada sesi konseling yang dilakukan secara tatap muka di BP4 Pusat.

1) Identifying data

Klien RH datang konseling secara tatap muka (*offline*). RH menikah pada tahun 2014 dan sudah dikaruniai 1 orang anak laki-laki yang saat ini sedang duduk di kelas 2 SD. Latar belakang pendidikan RH adalah teknik dan bekerja sebagai *engineer*. Istri RH berlatar belakang pendidikan jurusan hukum dan bekerja sebagai pengacara.

(2) Reason for seeking therapy

Klien RH datang atas keinginan sendiri karena ingin mendapat ketetapan hati untuk mengambil langkah dalam kehidupan perkawinannya. Pada awal pertemuan dengan konselor, RH menyatakan bahwa ia ingin mendapat penguatan untuk bercerai dengan istrinya, karena takut menyesal setelah mengambil keputusan. Kemudian konselor melakukan interpretasi dari isi pernyataan tersebut bahwa dengan kekhawatiran RH akan mengambil keputusan yang tidak tepat, maka itu merupakan salah satu bentuk keinginan RH di sisi lain untuk tetap mempertahankan pernikahan, dan itu baik untuk proses konseling yang akan dilakukan.

Permasalahan yang dihadapi berkaitan dengan perselingkuhan yang dilakukan RH, perbedaan kepribadian yang menimbulkan masalah pada komunikasi.

(3) Background information

Klien menceritakan bahwa perkenalan ia dan istrinya tidak berjalan lama sebelum pernikahan. Mereka hampir tidak jadi menikah karena pertengkaran yang berketerusan, namun orang tua tetap mendukung untuk menikah. Sehingga sebelum menikah, mereka datang ke seorang psikolog untuk menceritakan permasalahan mereka. Berdasarkan hasil diskusi dengan psikolog tersebut, maka RH diminta untuk berkomitmen melakukan 8 hal ketika sudah menikah, yaitu: (1) tidak menggampangkan masalah, (2) memberikan perhatian, caring, (3) problem solving, (4) fokus ketika

berkomunikasi, (5) konsistensi sikap, (6) tidak menganggap istrinya sebagai “*super woman*”, walaupun dia terkesan tidak butuh orang lain, tetapi tetap butuh diayomi, (7) memberi perhatian, (8) mendengarkan istri. RH sudah berusaha melakukan tugas-tugas tersebut, terutama untuk mendengarkan dan memperhatikan istrinya. Namun di sisi lain RH merasa sering tidak dihargai, baik secara langsung maupun di depan orang lain, istri sering berbicara yang menyakitkan hati. Sehingga RH merasa sangat terbebani dengan tugas tersebut dan menilai hal itu berat sebelah. RH merasa dari awal pernikahan dia sudah dianggap sebagai orang yang bermasalah. RH menilai istrinya adalah sosok yang dominan. Dengan latar belakang pekerjaan sebagai pengacara, istri RH selalu menuntut untuk diikuti kemauannya dan mengatur segala sesuatunya. Latar belakang keluarga istri adalah orang yang mapan secara ekonomi, sehingga sudah terbiasa untuk selalu memperoleh apa yang dia inginkan. Mereka pun tinggal di rumah warisan keluarga istri.

Perasaan yang tidak nyaman karena merasa kurang dihargai dan dominasi istri yang cenderung emosional, berimbas pada kehidupan seksual yang kurang harmonis. RH merasa lebih banyak diam dan memendam perasaan kesalnya. Pada tahun 2019 terjadi pertengkaran besar di depan anak karena suami merasa tidak dihargai. Cara-cara yang dilakukan istri seringkali memicu pertengkaran, karena apabila terjadi kesalahan langsung membuatnya marah dan membahas dengan cara yang tidak nyaman. Walaupun beberapa yang disampaikan itu niatnya baik, namun tidak dilakukan dengan cara yang tepat.

Pada tahun 2021 RH pindah kantor, dan bertemu dengan seorang perempuan yang sudah dikenal sejak tahun 2015. Perempuan tersebut adalah istri dari teman RH. Yang bersangkutan sedang mempunyai masalah dalam rumah tangganya, dan sering curhat kepada RH, sehingga merasa terjadi kecocokan diantara mereka. Kemudian mereka berpacaran layaknya orang dewasa. Pada bulan Ramadhan 2022, istri RH mengetahui perselingkuhan tersebut. Istri mengusir dan RH keluar dari rumah tinggal di tempat kos. Sejak saat itu komunikasi diantara mereka semakin jauh.

(4) Problem title

RH menjelaskan bahwa masalah komunikasi, dominasi istri, serta perbedaan

perspektif dalam mengasuh dan mendidik anak menjadi sumber permasalahan utama dalam pernikahan mereka. Hal tersebut mengganggu pada aktivitas seksual, power dan harga diri RH yang membuatnya merasa tidak nyaman di rumah. Sehingga pada satu waktu RH berselingkuh dengan perempuan lain yang menurutnya dapat memberikan hal tersebut. Perempuan yang berselingkuh dengan RH adalah istri temannya sendiri yang kemudian membuat mereka bercerai karena perselingkuhan tersebut. Dalam proses konseling, konselor memberikan pertanyaan refleksi kepada RH: *“Apakah ia yakin apabila menikah dengan perempuan selingkuhannya tersebut akan membuat ia lebih bahagia? baik untuk kehidupan saat ini maupun pertanggungjawaban kelak di akhirat”*. Hal tersebut membuat RH menyadari bahwa perempuan selingkuhannya itu juga tidak lebih baik dari istrinya. Dimana statusnya juga masih istri orang ketika berhubungan dengan RH. RH mulai menyadari tindakannya yang sudah berselingkuh dan membuat rumah tangganya menjadi kacau. Konselor memberikan penguatan kepada RH bahwa InsyaAllah akan diberikan ampunan apabila RH menyadari kesalahannya dengan benar-benar bertaubat dan berjanji tidak mengulangnya lagi. Sebagaimana Firman Allah Swt dalam surat At-Tahrim ayat 8, yang artinya begagai berikut:

“Hai orang-orang yang beriman, bertaubatlah kepada Allah dengan taubatan nasuhaa (taubat yang semurni-murninya)”.

Kemudian mulai menyadari juga bahwa dibalik kekurangan istrinya dalam berkomunikasi yang dominan dan cenderung agresif, namun yang disampaikan itu sebagian besar adalah hal yang tujuannya positif. Seperti dalam menegakkan disiplin kepada anak, yang saat ini sedang mengalami masalah *“gagap”*. Istri sangat *concern* dalam mendampingi dan merawat anak, sehingga apabila ada yang tidak sesuai dilakukan RH, istri mengungkapkan kata-kata yang tidak menyenangkan, seperti: *“Kamu orang tua yang toxic!”*, *“Anak ITB kok gitu aja gak paham!”*, dan sebagainya.

Berdasarkan analisis, permasalahan yang dialami anaknya ini juga bisa disebabkan karena kecemasan yang tidak tersalurkan, sehingga perlu didukung oleh keharmonisan orang tua yang saling mendukung satu sama lain. Orang tua juga perlu melatih anak agar dapat berbicara

dengan pelan, tidak terburu-buru, dan meningkatkan kepercayaan diri anak ketika berkomunikasi.

(5) Outcome goal

Berdasarkan proses konseling yang dilakukan, diperoleh gambaran bahwa RH sebenarnya masih ingin untuk mempertahankan rumah tangganya karena sangat menyayangi anak satu-satunya. Namun RH mau mempertahankan asalkan istri juga bersedia untuk menyediakan 3 kebutuhan utamanya sebagai suami, yaitu: seks, power, dan harga diri. Kemudian dari sisi istri, RH menjelaskan bahwa istri juga mau meneruskan pernikahan asalkan RH segera menyudahi hubungan perselingkuhannya dan tetap menyelesaikan 8 tugas yang sudah disepakati di awal pernikahan. Dimana 8 tugas tersebut membuat RH merasa tidak dapat menjadi diri sendiri dan terlalu banyak tuntutan. Menurut RH usaha yang sudah dilakukannya selama ini untuk memenuhi tugas tersebut juga belum diapresiasi karena istri mempunyai standar yang tinggi, sehingga sangat susah untuk dipenuhi. Kemudian RH memberikan tawaran jalan tengah bahwa dia akan mengakhiri perselingkuhannya, tetapi tidak dituntut berlebihan untuk menyelesaikan 8 tugas tersebut. Namun untuk 2 hal yang sudah dilakukan yaitu mendengarkan dan memperhatikan istri.

Klien PU

Identifying data:

Klien PU berusia 29 tahun dan suami 30 tahun. Mereka baru menikah sekitar 2 tahun, dan sudah mempunyai anak berusia 4 bulan. PU sudah tidak bekerja sejak menikah atas permintaan suami. Pertemuan mereka diperkenalkan oleh teman, dan tidak berlangsung lama sampai akhirnya memutuskan untuk menikah.

Reason for seeking therapy

Klien PU datang atas keinginan sendiri karena ingin mendapat bantuan dalam menghadapi permasalahan berat yang sedang ia alami. Ketika pertama datang PU sudah bertekad ingin berpisah dengan suaminya yang ketahuan berselingkuh dengan teman sekantor suaminya. Selingkuhan suami PU adalah perempuan yang sudah bersuami dan mempunyai anak 3, berdomisili di Surabaya. Karena yang bersangkutan bekerja di Cabang

Surabaya. Pertemuan mereka ketika perempuan tersebut mendapat tugas ke kantor pusat di Jakarta.

Permasalahan yang dihadapi berkaitan dengan perselingkuhan suami, meskipun pada kesehariannya suami tidak terlihat ada perubahan di rumah.

Background information

PU adalah anak pertama dari 2 bersaudara. Ayahnya sudah meninggal, sehingga PU hanya tinggal bersama Ibu dan adiknya. Kondisi yang sama-sama sudah tidak mempunyai Ayah ini, membuat PU merasa ada kecocokan dengan suaminya. PU adalah sosok yang mandiri, detail, terbuka, dan menjalani sesuatu secara terencana. Pergaulannya juga sangat terjaga dan membatasi hubungan dengan lawan jenis.

Problem title

PU merasa sangat terkejut dan tertekan ketika mengetahui suaminya berselingkuh. Hal ini mengganggu fungsinya sehari-hari sebagai seorang Ibu dari bayi yang masih berusia 4 bulan, dan mengganggu aktivitas pekerjaannya di kantor. PU menjadi susah berkonsentrasi, sering melamun dan menangis. Selain itu juga mengganggu pada kondisi fisik, PU sering pusing dan muntah. Sehingga akhirnya PU memutuskan untuk datang mencari bantuan melalui pelayanan konseling.

Pada pertemuan pertama dengan konselor, terlihat wajah PU pucat sambil menggendong anak. PU masuk ruangan konseling dan tidak lama kemudian langsung muntah-muntah. Sehingga anaknya ditiptkan sementara PU diberikan obat. Kondisi menggambarkan bahwa PU sedang berada dalam kondisi yang sangat tertekan. Sehingga konselor juga memberikan kesempatan kepada PU untuk menenangkan diri terlebih dahulu. Barulah kemudian selang 1 jam, PU siap untuk menjalani sesi konseling. PU menceritakan masalahnya dengan terbuka. Walaupun di awalnya terlihat agak ragu-ragu dan cemas, namun setelah disampaikan terkait kerahasiaan dan penerimaan positif dari konselor, PU terlihat lebih rileks dan nyaman untuk bercerita.

Pertemuan sesi konseling dengan PU dilakukan 2 kali, dan kemudian pada pertemuan ke-3 PU datang bersama suaminya. Sehingga disepakati akan dipertemukan dengan perempuan selingkuhan suaminya beserta keluarganya untuk menyelesaikan permasalahan dengan cara baik-baik.

Konselor memulai proses konseling secara bertahap, mulai dari pengungkapan masalah yang dialami PU secara terbuka. Kemudian memfasilitasi PU untuk dapat mempertanyakan kembali apakah keinginannya untuk bercerai itu benar-benar adalah pilihan yang terbaik. Konselor memberikan empati terhadap apa yang dirasakan PU dengan juga mengajak PU tetap berpikir realistis. Bagaimana langkah-langkah yang harus dilakukan agar dapat mengelola perasaan, sehingga tetap dapat berkomunikasi dengan efektif kepada suami. Perubahan sikap PU yang sudah mulai rileks menghadapi hal tersebut berdampak pada cara PU menghadapi suaminya. Hal ini juga membuat suami menjadi malu dan meminta maaf kepada PU serta berjanji akan berubah. Konselor juga menyampaikan beberapa hal terkait kewajiban suami istri menurut ajaran Islam yang perlu diperhatikan oleh masing-masing. Seperti saling menghargai, empati terhadap apa yang dirasakan pasangan, saling mencintai karena Allah dan memikirkan hal terbaik untuk perkembangan anak kedepannya. Hal ini yang membuat masing-masing pasangan akhirnya sepakat untuk saling memaafkan, mengevaluasi diri dan memperbaiki hubungan pernikahan mereka agar lebih baik lagi kedepannya.

Outcome goal

Pada awal sesi konseling, PU menyampaikan ingin bercerai dengan suaminya. Namun melalui proses bertahap dalam sesi konseling dan refleksi yang dilakukan oleh konselor, maka akhirnya PU melihat bahwa terdapat alternatif solusi lain yang lebih baik. Di awalnya PU memang merasa sangat berat dan tidak mampu mempertahankan pernikahannya, namun kemudian setelah PU berusaha dengan kuat untuk bersabar dan melakukan refleksi terhadap apa yang terjadi, PU merasa mempunyai kekuatan baru untuk dapat mempertahankan rumah tangganya dan kembali memberikan kepercayaan kepada suaminya. Walaupun tahap menuju hal ini membutuhkan proses yang cukup panjang, dengan pendampingan dari konselor dan tentunya meminta PU untuk terus memohon pertolongan kepada Allah Swt agar diberikan petunjuk yang terbaik.

Klien NM

Identifying data

Klien NM berusia 34 tahun, ia mempunyai istri yang juga berusia 34 tahun. NM dan istri menikah pada tahun 2015, kini usia pernikahan mereka menginjak 8 tahun. NM memiliki 2 orang anak, dan saat ini istri sedang mengandung anak ke 3.

Reason for seeking therapy

Klien NM datang atas keinginannya sendiri. NM merasa membutuhkan adanya alternatif solusi mengenai perselisihannya dengan istri. Menurut NM, perselisihan ini sudah pernah terjadi sebelumnya. Istri NM meminta agar pernikahan ini tidak dilanjutkan. Namun, NM merasa bahwa pernikahan ini masih dapat dipertahankan, oleh karena itu NM membutuhkan adanya masukan dan arahan dari perspektif agama terkait pernikahannya.

Background information

Klien menceritakan bahwa permasalahan awal yang dihadapi adalah kondisi ekonomi. NM bekerja sebagai wiraswasta, istri sebagai ibu rumah tangga. Penghasilan NM belum mencukupi kebutuhan rumah tangga. Hal ini sering menjadi pertengkaran NM dengan istri, dikarenakan istri merasa bahwa suaminya tidak memberinya nafkah. NM menceritakan bahwa ia dan istri beberapa kali pernah ke pengadilan agama untuk mengajukan perceraian. Pertama kali pada tahun 2019, tahun tersebut merupakan tahun ke 4 pernikahan NM dan istri. NM menyampaikan bahwa meskipun sudah beberapa kali ke pengadilan agama, hasil akhirnya tetap mereka selalu rujuk. NM merasa bahwa untuk permasalahan saat ini tidak harus datang ke pengadilan agama seperti sebelum-sebelumnya.

NM beserta istri dan anak-anaknya tinggal bertetangga dengan keluarga istri. Perselisihan sering terjadi di depan anak hingga terdengar oleh lingkungan sekitar. NM merupakan anak ke 6 dari 6 bersaudara, sedangkan istri merupakan anak tunggal. NM menyampaikan bahwa budaya dikeluarganya berbeda dengan keluarga istri. Dikarenakan istri anak tunggal, orangtuanya sangat menjaga dan memanjakan istri. Bapak dan Ibu dari NM sudah wafat. NM terbiasa menjalani kehidupan sehari-hari dengan kemandiriannya.

Problem title

Permasalahan yang dihadapi oleh NM dan istri berkaitan dengan permasalahan ekonomi, dan adanya beda paham. Menurut NM, sebetulnya permasalahan ekonomi dan beda paham ini sudah pernah ia diskusikan dengan istri, dan keduanya pun memahami bahwa beda paham ini dikarenakan adanya keterlibatan (ikut serta) dari keluarga istri. NM mencoba mendiskusikan pada istri bahwa hal ini sangat membuat rumah tangganya tidak nyaman. Namun, pada kenyataannya hal ini terus berulang.

NM merasa istri masih sering mendengar perkataan dari keluarganya. Apabila NM berselisih paham dengan istri, yang dilakukan oleh istri adalah menginap di rumah orangtuanya dan mendiamkan NM. Perselisihan ini membuat kualitas menjadi kurang baik, sehingga berpengaruh terhadap aktivitas seksual.

Outcome goal

NM ingin mendapat arahan untuk menjadi pemimpin yang sesuai dengan keinginan istri. Pada proses konseling sesi pertama, konselor dan NM bersama-sama menangkap bahwa berulangnya perselisihan ini dikarenakan NM belum bisa menjadi suami yang diharapkan atau diinginkan oleh istri. Oleh karena itu, konselor meminta NM untuk menyebutkan hal apa saja yang diinginkan oleh istri. Namun, NM belum bisa menjabarkan secara rinci keinginan istrinya. Menurutnya, ia belum pernah bertanya hal ini pada istri, dikarenakan apabila sedang berselisih, istri tidak ingin melakukan komunikasi dalam bentuk apa pun dengan NM, sehingga konflik mereka tidak pernah selesai.

Konselor memberikan tugas pada NM yaitu mencoba mengidentifikasi hal apa saja yang istri inginkan dari dirinya. Selain itu NM juga mengidentifikasi hal apa saja yang ia inginkan dari istri.

Pada proses konseling berikutnya (sesi 2), konselor melakukan monitoring terhadap tugas yang diberikan pada sesi sebelumnya. NM mengaku bahwa ia tidak mengerjakan tugas secara rinci. Namun, dari tugas tersebut ia cukup memahami benang merah yang ia butuhkan dari istri dan apa yang istri butuhkan darinya. Adapun kebutuhan istri adalah ingin memiliki uang saku yang cukup dan *refresing*. Sedangkan NM hanya membutuhkan agar istri tidak selalu bercerita dan mengikut sertakan orangtuanya apabila sedang bertengkar dengan NM. Hal-hal

tersebut sudah NM komunikasikan dengan istri, meskipun NM merasa bahwa ini masih dalam proses memperbaiki komunikasi.

NM merasa bahwa situasi ini sedang terus diusahakan agar komunikasi antara ia dengan istri membaik. Namun disisi lain, NM mengeluhkan hal lain yaitu aktivitas seksual dengan istri sudah jarang dilakukan. NM menyampaikan bahwa pada minggu-minggu tersebut ia ingin memiliki *quality time* berdua bersama istri, meliputi adanya aktivitas seksual. Namun NM merasa bahwa hal ini sulit didapatkan karena istri tidak pernah mau menerima ajakan NM untuk melakukan aktivitas seksual ketika suasana hatinya sedang tidak baik-baik saja.

Proses konseling sesi 2 ini, konselor mengarahkan NM untuk dapat mengidentifikasi terlebih dahulu situasi dan suasana hati istri. Tujuannya adalah agar NM memahami bahwa ketika ia menginginkan adanya aktivitas seksual bersama istri, maka NM perlu mengetahui terlebih dahulu suasana hati istri. Selain itu juga agar NM tidak terburu-buru dan memaksakan keinginannya agar terwujud disaat istri sedang tidak ingin melakukannya. Oleh karena itu, pada sesi ini konselor memberikan edukasi bagaimana komunikasi yang tepat dengan istri beserta contoh-contoh yang diberikan Rasulullah ketika berkomunikasi dengan istri beliau, dengan lemah lembut, penuh kasih sayang, menghibur ketika bersedih, serta memilih waktu yang tepat dalam berkomunikasi, seperti di malam hari. Apabila suasana hati istri sedang baik, maka dilanjutkan langkah berikutnya yaitu memilih waktu yang tepat untuk mengkomunikasikan keinginannya, tentunya dengan cara penyampaian yang juga membuat istri nyaman. Edukasi tersebut dipahami oleh NM, dan NM mulai membuat rencana dalam melakukan langkah-langkah tersebut.

Klien AS

Identifying data

Klien AS berusia 27 tahun, ia memiliki suami berusia 32 tahun. AS dan suami menikah pada tahun 2020 sebelum pandemi covid. Kini usia pernikahan mereka 2 tahun. Pernikahan AS dan suami belum dikaruniai anak, hal ini dikarenakan hubungan pernikahan jarak jauh (*long distance relationship*).

Reason for seeking therapy

AS datang ke konselor atas keinginannya sendiri, tanpa ada paksaan. Ia merasa sulit untuk menyampaikan situasi dan perasaannya pada suami. Tujuan AS datang ke konselor adalah ingin lebih memahami situasi yang sedang dihadapi. Ia pun juga ingin mendapatkan berbagai perspektif agar dapat menghadapi dan menyelesaikan permasalahannya dengan suami.

Background information

Pada awalnya AS dan suami (RB) berteman. AS melanjutkan studinya ke Jepang, untuk mendapatkan gelar master. Sedangkan RB bekerja di Ibukota. Pada tahun 2020 sebelum pandemi, AS mendapatkan kesempatan untuk pulang ke Indonesia. Saat itu AS memanfaatkan waktu untuk melangsungkan pernikahan dengan RB. AS menyampaikan bahwa ia dan suami sudah mendiskusikan rencana pernikahan mereka. Suami bersedia jika setelah menikah, mereka akan menjalani hubungan jarak jauh. Hal ini dikarenakan AS yang masih harus melanjutkan dan menyelesaikan studi di Jepang. Tidak lama setelah menikah, AS berangkat melanjutkan studi, sedangkan suami tinggal di rumah ibunya. Selama menjalani hubungan jarak jauh, AS mengaku bahwa keduanya cukup sering berkomunikasi menggunakan *text*, *call*, maupun video. AS merasa beberapa poin penting terkait latar belakang keluarga masing-masing sudah disampaikan. Seiring berjalannya waktu, AS menyelesaikan studinya di Jepang. AS pulang ke Indonesia saat idul fitri tahun 2022. AS langsung menuju kampung halamannya. AS tidak menghabiskan waktu lama dengan keluarganya, ia pun diminta suami untuk segera pulang ke Ibukota dan tinggal bersama Ibu mertuanya.

AS merupakan anak ke 2 dari 3 bersaudara, sedangkan suami anak tunggal. AS terbiasa dengan pola kebiasaan yang diterapkan oleh orangtuanya. Suami merupakan anak laki-laki satu-satunya yang cukup sering mendengarkan dan mentaati setiap arahan atau permintaan Ibunya. Aktivitas yang AS lakukan ketika berada di rumah Ibu mertua adalah melakukan pekerjaan-pekerjaan rumah dan turut membantu Ibu mertua. AS belum memiliki rencana untuk ia bekerja, ia ingin lebih mengenal karakter Ibu mertua. Seiring berjalannya waktu, AS mulai merasa kurang nyaman. AS menyampaikan bahwa ada banyak hal yang berbeda dari pola kebiasaan Ibu mertua dengan Ibunya. Ibu mertua menginginkan AS sebagai menantu tidak

perlu bekerja, tidak perlu sering ke luar rumah. AS diminta untuk sering mengajak bicara atau bincang-bincang dengan Ibu mertuanya. Hal ini membuat AS kurang nyaman, dikarenakan AS tidak terbiasa berbincang ketika dirinya sedang tidak menginginkan atau memerlukannya. AS terbiasa dengan keluarganya melakukan perbincangan apabila memang sedang diperlukan.

Problem title

AS mengungkapkan bahwa ia merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan Ibu mertuanya. AS memiliki *value*, pola kebiasaan dan budaya keluarganya yang tertanam sangat kuat. AS merasa sulit menyesuaikan hal tersebut dengan pola kebiasaan dan keinginan Ibu mertuanya. Selain itu, kesulitan yang AS juga rasakan adalah komunikasi dengan suami. AS merasa bahwa suaminya sangat mendukung dan membela keinginan Ibunya, sehingga suami kurang memahami dan mengerti apa yang AS rasakan dan butuhkan.

Berkaitan dengan hal ini, kemudian konselor menyampaikan sabda Rasulullah Saw sebagai berikut: "*Yang paling berhak atas seorang perempuan adalah suaminya. Yang paling berhak atas seorang lelaki adalah ibunya.*" (HR Tirmidzi). AS kemudian merefleksikan dirinya yang selama ini masih berfokus pada dirinya sendiri, kurang mencoba untuk menyesuaikan diri dengan keluarga suami, terutama ibu mertua, dimana beliau juga sudah seharusnya dibahagiakan juga. Karena Ibu mertuanya masih mempunyai hak terhadap anak laki-lakinya (suami AS) meskipun sudah menikah.

Outcome goal

AS ingin mendapatkan arahan terkait pemecahan masalah yang sedang ia hadapi di dalam pernikahannya.

Pada pertemuan pertama konseling, berdasarkan dari uraian cerita yang disampaikan, konselor dan AS menangkap bahwa ia kesulitan menyesuaikan diri dengan Ibu mertua. Saat itu AS sangat membutuhkan dukungan dan didengar oleh suami. Namun, respon yang diberikan suami kurang tepat. AS ingin agar permasalahan dengan Ibu mertuanya dapat teratasi, sehingga AS nyaman dan tidak bertengkar dengan suaminya. Konselor memberikan tugas pada AS yaitu mencoba mengkomunikasikan perasaannya pada suami.

Pada pertemuan kedua konseling, konselor melakukan evaluasi dan monitoring terkait tugas yang sudah diberikan pada sesi konseling sebelumnya. AS mengerjakan tugas dengan cukup baik, ia sudah mengkomunikasikan hal-hal penting yang ia butuhkan pada suami. Suami memberikan AS arahan, dan AS pun mencoba menerapkannya. Adapun arahan dari suami adalah AS meluangkan waktu untuk berbincang dengan Ibu mertua sebagai proses pengenalan lebih dalam. AS juga sudah berusaha untuk membantu Ibu mertua mulai membuka topik pembicaraan agar ia dan Ibu mertua dapat berbincang dengan luwes. Namun demikian, AS mengungkapkan pada konselor bahwa meskipun ia sudah berusaha, AS tetap merasa kurang nyaman dan merasa seperti terbebani. Hal ini dikarenakan, menurut AS, kebiasaan ini tidak pernah ia lakukan bersama orangtuanya atau pun keluarganya. AS merasa bahwa harusnya tidak perlu selalu berbincang dan membuka topik pembicaraan dengan Ibu mertua. Oleh karena itu, konseling pada sesi ini mengarahkan AS untuk memahami hambatan dalam melakukan kebiasaan baru. Setelah berdiskusi, AS memahami bahwa hambatan yang ia hadapi adalah adanya *value* dan pola kebiasaan keluarga yang tertanam pada AS dan ia terapkan di dalam perkawinannya tanpa mempertimbangkan pola kebiasaan di keluarga suami. Konselor memberikan tugas pada AS yaitu memahami *value* dan pola kebiasaan keluarganya, memahami pola kebiasaan Ibu mertua dan mengidentifikasi *value* dan pola kebiasaan yang perlu dibangun di dalam perkawinannya.

Pertemuan ketiga konseling, merupakan sesi terakhir dengan klien AS. AS menyampaikan bahwa ia sudah memahami bahwa dalam menjalani perkawinannya, ia belum memiliki *value* yang dibangun secara bersama-sama dengan suami. Setelah selesai sesi kedua, AS dan suami berusaha meluangkan waktu untuk *quality time* bersama. Hal ini guna membangun komunikasi yang lebih mendalam terkait nilai-nilai dalam perkawinannya. Komunikasi yang dibangun tujuannya adalah memperkuat hubungan antara AS dengan suami. Disamping itu, AS mulai berproses menerima adanya perbedaan nilai dan pola kebiasaan di rumah Ibu mertua. AS berusaha menyesuaikan dan mentoleransi keinginan Ibu mertua. Pertemuan konseling ini juga mendiskusikan terkait perkawinan dalam perspektif agama, AS memahami bahwa suami merupakan anak

tunggal yang tugasnya adalah merawat dan menjaga Ibunya.

Evaluasi Ketercapaian

Berdasarkan konseling yang dilakukan kepada 5 orang klien, diperoleh hasil bahwa semua klien memperoleh alternatif solusi dalam menghadapi permasalahan yang dihadapi. Konselor menanyakan skala yang dirasakan mengenai permasalahan yang dihadapi klien ketika sebelum diberikan konseling dengan setelah diberikan konseling dengan range skala 1 - 10. Dimana kondisi yang sangat baik (1), dan kondisi yang paling buruk (10). Adapun skala perubahan yang dirasakan klien sebelum dan sesudah dilaksanakan kegiatan konseling tergambar dari skala pada tabel berikut:

Tabel 1. Skala perubahan sebelum dan sesudah konseling

No	Inisial Klien	Skala sebelum	Skala sesudah	Ket
1	DN	9	4	Menjadi lebih baik/ringan
2	RH	8	4	Menjadi lebih baik/ringan
3	PU	9	3	Menjadi lebih baik/ringan
4	NM	9	5	Menjadi lebih baik/ringan
5	AS	8	4	Menjadi lebih baik/ringan

Berdasarkan data pada 1, terlihat bahwa semua klien mengalami perbaikan kondisi psikologis sebelum dan sesudah memperoleh pelayanan konseling perkawinan. Mereka merasa lebih baik secara emosional, lebih mampu berfikir positif dan merencanakan tindakan-tindakan yang adaptif dalam menghadapi permasalahan yang dialami.

Pembahasan

Berdasarkan uraian proses konseling dengan 5 klien dan hasil evaluasi ketercapaian, maka dapat dikatakan bahwa konseling integratif cukup efektif dalam menangani permasalahan perkawinan dan keluarga. Berdasarkan

pendekatan konseling integratif dengan metode SOHP, pada tahap *Gather Evidence of Treatment Effectiveness* (Ingram, 2006), terapi yang efektif diperoleh melalui perbandingan fungsi sebelum dan setelah terapi dengan 3 kemungkinan evaluasi salah satunya adalah adanya peningkatan, dan apabila terdapat peningkatan maka terapi dikatakan sukses. Adapun peningkatan yang diperoleh oleh kelima klien adalah dari aspek kesadaran dan insight. Tidak hanya itu, klien juga secara bertahap melakukan perubahan sikap dalam menanggapi permasalahannya. Konseling integratif ini menerapkan pendekatan yang berbeda dari konseling pada umumnya. Proses konseling yang dilakukan dengan mengkombinasikan pendekatan umum dan pendekatan dari perspektif Islam. Secara umum, konselor melakukan tahap identifikasi *core beliefs* klien, kepribadiannya, apa intervensi yang lebih tepat, membina hubungan konseling dengan baik, dan kemampuan konselor dalam mengintegrasikan berbagai perspektif, teori, teknik, dalam melakukan konseling. Menurut (Gingrich & Worthington, 2007) lima level untuk memahami literatur yang terintegrasi adalah sebagai berikut: (a) *Presuppositional* (misalnya, *worldview*, asumsi, keyakinan, nilai); (b) Teoretis (misalnya, model kepribadian, kesehatan, patologi, konseling); (c) Intervensi (misalnya, penilaian, konseptualisasi kasus, teknik, keterampilan); (d) Hubungan terapeutik (misalnya, pengaturan praktik, bergabung, menanggapi penolakan dan pertumbuhan, penghentian); (e) Pribadi (misalnya, berfungsi sebagai orang yang terintegrasi secara spiritual).

Ketercapaian tujuan konseling ini dapat terlihat dari kemampuan klien dalam mencapai perubahan-perubahan. Adapun perubahan klien yang sudah dilakukan meliputi:

1. Sebelum klien mengikuti proses konseling ini, klien bertekad untuk mengajukan perceraian. Namun hal tersebut mereka pertimbangkan kembali dan memilih untuk mempertahankan perkawinannya setelah mereka mendapatkan insight.
2. Klien dapat menemukan alternatif solusi dalam menyikapi emosi negatif yang mereka rasakan, sehingga mereka tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan. Mereka juga memiliki sudut pandang baru yang lebih positif, dan tidak terpengaruh oleh pikiran-pikiran negatif. Hal ini mempengaruhi klien

- dalam berperilaku sesuai dengan tuntunan agama.
3. Klien menemukan pola baru dalam menghadapi masalahnya dan mencari alternatif solusi terkait masalah yang dihadapi. Sehingga klien terbiasa untuk tidak bergantung pada bantuan atau solusi dari orang lain maupun konselor. Klien menjadi lebih mandiri dalam menghadapi permasalahannya.
 4. Klien dapat memahami dan merasakan emosi yang lebih positif, dimana klien merasa bahwa ia sangat membutuhkan perkawinan yang lebih baik, sehingga klien tergugah untuk mempertahankan perkawinannya. Emosi positif yang dimiliki klien, membantu klien untuk lebih produktif dari sebelumnya. Produktif yang dimaksud adalah dapat menjalani kegiatan sehari-hari yang sebelumnya terhambat dikarenakan adanya permasalahan dalam perkawinan.

Penelitian Danesh, (2010) mengenai *“The efficacy of Islamic counseling on improving marital adjustment levels of incompatible couples”*, menunjukkan bahwa konseling Muslim akan efektif jika konselor menggunakan ajaran Islam bersamaan dengan proses konseling dan psikoterapi. Penelitian ini mendefinisikan metode yang efektif dalam psikoterapi dan konseling Islam berdasarkan pada kognisi diri, kesadaran diri, dan psikologi Islam. Namun sumber yang digunakan dalam penelitian ini hanyalah bersumber dari pernyataan Ayatollah Morteza Muthahhari, seorang ulama Iran. Bukan dari sumber yang hakiki yaitu Al Qur’an dan hadis.

4. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat konseling integratif pada masalah perkawinan dan keluarga di Badan Penasihatian Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) Pusat, diperoleh hasil bahwa 3 dari 5 klien memiliki permasalahan terkait perselingkuhan, sedangkan 2 klien memiliki permasalahan terkait adanya perbedaan paham dan juga keterlibatan orang lain di dalam perkawinan.

Proses konseling yang dilakukan oleh profesional di BP4 Pusat dapat membantu klien dengan permasalahan perkawinan. Konseling yang dilakukan merupakan konseling integratif

yang meliputi aspek psikologis dan agama. Konselor menggunakan pendekatan konseling konvensional yang diintegrasikan dengan perspektif Islam. Ketika diberikan konseling integratif, kelima klien merasakan dan mengalami adanya perubahan. Mereka mampu menghadapi masalah perkawinan dengan lebih adaptif, berpikiran positif, mampu mengelola emosi dengan lebih baik, dan berusaha berperilaku sesuai dengan tuntunan agama. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa konseling integratif ini cukup efektif dalam membantu menangani permasalahan perkawinan dan keluarga.

Adapun saran yang diberikan berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah:

1. Konselor dapat menerapkan konseling integratif yang mengkombinasikan pendekatan konseling secara konvensional dengan perspektif Islam sebagai alternatif dalam membantu menyelesaikan permasalahan perkawinan dan keluarga.
2. Badan Penasihatian Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) Pusat diharapkan menambah profesional yang dapat membantu menangani permasalahan perkawinan dan keluarga.
3. Badan Penasihatian Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) Pusat diharapkan dapat melakukan pelayanan konseling perkawinan dan keluarga ini secara berkelanjutan, mengingat pentingnya pelayanan konseling bagi masyarakat.
4. Lembaga pemerhati perkawinan dan keluarga dapat memberikan layanan berupa edukasi dan sosialisasi terkait pentingnya konseling perkawinan dan keluarga guna mencegah, dan mengatasi masalah perkawinan

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Al-Azhar Indonesia yang sudah memberikan dukungan dana dalam melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat berupa konseling integratif ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bustan, R., Mailani, L., & Mukti, Y. (2020). Counseling services in handling problems faced by street children in Rumah Alif Community Foundation in Jakarta. *KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 11(1), 82-112. doi:<http://dx.doi.org/10.21043/kr.v11i1.6897>
- Bustan, R., Mailani, L., & Novianti, M. (2021). Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) to parents of street kids at the Jakarta Rumah Alif Community Foundation. *KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 12(1), 126-141. doi:<http://dx.doi.org/10.21043/kr.v12i1.9534>
- Bustan, Radhiya. Mailani, Liana. Novianti, Marsyela. (2021). *Pelayanan Solution Focused Brief Therapy untuk menurunkan stres pada Ibu anak usia dini dalam mendampingi anak belajar dari Rumah di Taman Pendidikan Al Qur'an (TPA) Bani Umar pada masa pandemi Covid-19*.
- Gingrich, F., & Worthington, E. L. (2007). Supervision and the integration of faith into clinical practice: Research considerations.
- Glading, S.L. (1992). *Counseling: A comprehension profession*. New York: Merrill.
- Ingram, B. L. (2006). *Clinical case formulations: matching the integrative treatment plan to the client*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Kibtyah, Maryatul. (2014). Peran konseling keluarga dalam menghadapi gender dengan segala permasalahannya. *Jurnal Studi Gender* Volume 9, Nomor 2
- Reeves, A. (2018). *An introduction to counselling and psychotherapy*. 2nd edition. Sage Publications Ltd
- Saidiyah, S. (2016, Oktober). Problem pernikahan dan strategi penyelesaiannya: studi kasus pada pasangan suami istri dengan usia perkawinan di bawah sepuluh tahun. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2), 124-133.
- Sakdiah, Halimatus. 2017. Urgensi *Adversity Quotient* dalam membangun keluarga sakinah (pendekatan konseling pernikahan). *Konseling Religi Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, [S.L.], V. 7, N. 2, P. 99-122, Feb. 2017. Issn 2477-2100.
- Danesh, E. (2010). *The efficacy of Islamic counseling on improving marital adjustment levels of incompatible couples*.