

Strategi Bimbingan Konseling Islami dalam Membina Rumah Tangga bagi Pasangan Muda

*Ibnu Abid¹, Muh. Lan Cahyo Pujonggo², Muh. Akbar³, Khairy Amru⁴, Anas Muin⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

E-mail: g000220269@student.ums.ac.id

Article History: Submission: 2025-01-04 || Accepted: 2025-03-15 || Published: 2025-03-20

Sejarah Artikel: Penyerahan: 2025-01-04 || Diterima: 2025-03-15 || Dipublikasi: 2025-03-20

Abstract

This article aims to explore the role of Islamic Counseling Guidance (BKI) in fostering family development among young married couples, in response to the increasing divorce rates within this group. Many young couples enter marriage without emotional readiness and a comprehensive understanding of their rights, responsibilities, and marital dynamics, which often leads to conflict and disharmony. Through the integration of Islamic values, BKI provides appropriate guidance in establishing a harmonious, loving, and compassionate family (sakinah, mawaddah, wa rahmah). This study employs a qualitative approach using a literature review method. Data were collected through analysis of relevant books, journals, and previous research. The findings indicate that BKI plays a vital role in helping young couples address marital challenges such as ineffective communication, lack of awareness regarding roles and duties, and emotional stress. Through educational approaches, therapeutic communication, and conflict resolution strategies, BKI helps couples develop the necessary skills to build a strong and lasting relationship. BKI is expected to serve as a preventive and corrective solution in creating resilient and prosperous young families.

Keywords: *Islamic Counseling Guidance, Early Marriage, Marital Harmony, Sakinah Family, Marital Conflict.*

Abstrak

Artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran Bimbingan Konseling Islami (BKI) dalam membina rumah tangga bagi pasangan nikah muda, sebagai respons terhadap tingginya angka perceraian di kalangan tersebut. Banyak pasangan muda memasuki pernikahan tanpa kesiapan emosional dan pemahaman mendalam mengenai hak, kewajiban, serta dinamika pernikahan, sehingga berpotensi menghadapi konflik dan ketidakharmonisan. Melalui pendekatan nilai-nilai Islam, BKI dapat memberikan arahan yang tepat dalam membentuk keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka. Data dikumpulkan melalui kajian literatur dari buku, jurnal, dan penelitian terdahulu yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa BKI berperan penting dalam membantu pasangan muda mengatasi tantangan rumah tangga, seperti komunikasi yang kurang efektif, ketidaktahuan terhadap peran dan tanggung jawab, serta tekanan emosional. Melalui pendekatan edukatif, komunikasi terapeutik, dan strategi penyelesaian konflik, BKI membantu pasangan mengembangkan keterampilan membangun relasi yang harmonis dan berkelanjutan. BKI diharapkan menjadi solusi preventif dan kuratif dalam menciptakan keluarga muda yang tangguh dan sejahtera.

Kata kunci: *Bimbingan Konseling Islami, Nikah Muda, Keharmonisan Rumah Tangga, Keluarga Sakinah, Konflik Pernikahan.*

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



I. PENDAHULUAN

Bimbingan Konseling identik dengan pengawalan konselor terhadap individu atau kelompok yang memiliki problem dalam hidupnya. Di dalam proses konseling, konselor membantu individu mengidentifikasi dan menyelesaikan masalahnya sendiri dengan cara mengumpulkan informasi dan pengalaman yang relevan (Hurriyati and Tama 2024). Layanan atau bantuan yang diberikan konselor dalam menyelesaikan masalah kerap menggunakan pendekatan psikologi dengan sudut pandang islam sebagai landasannya, salah satunya adalah bab pernikahan. Pernikahan adalah salah satu peristiwa penting dalam kehidupan manusia. Dalam Undang-Undang Nomor 16 tahun 2019 tentang perkawinan, yang diartikan sebagai perkawinan adalah; "Perkawinan ialah ikatan lahir dan batin

antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga), yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.” (Beddu et al. 2023) Pasangan yang menikah muda umumnya masih dalam tahap perkembangan dan perlu terus belajar untuk menjalani kehidupan pernikahan mereka. Bimbingan dan Konseling Perkawinan berfungsi sebagai panduan yang dapat dijadikan acuan bagi pasangan muda mengenai cara bersikap dalam mengelola, mengatur, (Lumunder et al. 2024) dan menjaga hubungan pernikahan yang lebih baik, agar selaras dengan tuntunan Allah SWT.

Menurut teori perkembangan psikososial yang dicetuskan oleh Erikson mengatakan bahwa, “usia 14-18 tahun termasuk dalam fase remaja akhir dan berada pada tahap *identity vs role confusion* (identitas vs kebingungan peran) individu akan dihadapkan oleh beberapa konflik atau permasalahan pengembangan diri.” (Sholihah 2024) Teori tersebut diperkuat dengan adanya fakta dilapangan bahwa menurut pengadilan agama di indramayu pada tahun 2023 telah terjadi sebanyak 8.869 permohonan perceraian ke pengadilan agama dan 7.931 kasus perceraian di rentang umur 20-30 tahun. dimana 72% perceraian disebabkan karena faktor ekonomi dan sebagian lainnya karena cekcok yang berkelanjutan. ketidaksiapan mental pasangan muda dalam menikah menjadi salah satu penyebab konflik yang terjadi dalam rumah (TribunNews.com 2024). Dalam pernikahan islam, terdapat 3 asas atau tujuan, antara lain: asas Sakinah, Asas mawaddah, asas Warrahmah. Menikah muda dan menjadi pasangan muda memang sangat menyenangkan pada awal-awal pernikahan, namun dengan tekanan psikologis, sosiologis, serta tekanan lainnya. Hal ini berpotensi menyebabkan dinamika dalam pernikahan yang berdampak pada tekanan mental sehingga melahirkan tingkat perceraian yang tidak diinginkan (Sukardiman 2022).

Pernikahan adalah langkah penting dalam kehidupan setiap individu. Bagi pasangan yang menikah di usia muda, tantangan dalam membangun rumah tangga sering kali lebih besar dibandingkan dengan mereka yang menikah di usia yang lebih dewasa. Oleh karena itu, memiliki strategi bimbingan konseling Islami sangatlah penting bagi pasangan nikah muda agar dapat menghadapi berbagai rintangan dan menjaga keharmonisan hubungan mereka (Lestari and Fauzi 2024). Bimbingan konseling Islami untuk pasangan nikah muda dapat membantu mereka memahami dan menerapkan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memperkuat iman dan taqwa, pasangan akan lebih siap menghadapi cobaan dan ujian dalam rumah tangga. Bimbingan Konseling Islami juga berfungsi untuk memperkuat komunikasi dan kepercayaan antara pasangan, sehingga hubungan mereka menjadi semakin kokoh dan harmonis (Eka Prasetyawati 2017). Setiap makhluk hidup memiliki hak untuk melanjutkan keturunannya melalui pernikahan, yang dilakukan dengan memperhatikan budaya di Indonesia. Untuk mencapai tujuan tersebut, salah satu prinsip yang diatur dalam Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Pernikahan adalah bahwa calon suami dan istri harus sudah matang secara fisik dan emosional sebelum melangsungkan pernikahan. Hal ini bertujuan agar pernikahan dapat berjalan baik, tidak berujung pada perceraian, dan menghasilkan keturunan yang sehat dan baik (Auliya 2019).

Artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi upaya bimbingan konseling Islami dalam membina rumah tangga bagi pasangan nikah muda, mengingat tingginya angka perceraian di kalangan pasangan nikah muda. Banyak pasangan yang memasuki pernikahan tanpa pemahaman yang memadai mengenai tantangan yang akan dihadapi, sehingga mereka sering kesulitan dalam membangun hubungan yang sehat dan harmonis. Dengan mengintegrasikan nilai-nilai Islam, bimbingan konseling dapat memberikan arahan yang tepat, membantu pasangan muda memahami prinsip-prinsip pernikahan, cara berkomunikasi yang efektif, dan pengelolaan konflik.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan paradigma kualitatif dengan pendekatan studi pustaka (library research) sebagai metode utama dalam pengumpulan data. Studi pustaka dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengkaji secara mendalam berbagai teori, konsep, dan hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan topik kajian. Metode ini dilakukan melalui penelaahan dan pemahaman terhadap berbagai sumber tertulis, baik berupa buku, artikel ilmiah, jurnal, maupun laporan penelitian yang membahas Bimbingan Konseling Islami dalam konteks pembinaan rumah tangga, khususnya bagi pasangan nikah muda. Fokus utama penelitian ini adalah menganalisis dan merangkum literatur yang dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai peran BKI dalam mendukung keharmonisan rumah tangga. Data dikumpulkan secara sistematis dengan menelusuri

referensi dari berbagai publikasi akademik terpercaya, termasuk hasil kajian dari penelitian sebelumnya (Adlini et al., 2022), guna memperkuat landasan teori dan memberikan pemahaman yang lebih mendalam terhadap permasalahan yang diteliti.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Secara etimologis, istilah *guidance* berasal dari kata kerja *to guide*, yang berarti menunjukkan jalan, membimbing, menuntun, atau memberikan bantuan kepada seseorang dalam mencapai tujuan tertentu. Dalam konteks pendidikan dan pengembangan individu, bimbingan diartikan sebagai proses pemberian bantuan secara sistematis kepada individu atau kelompok agar mereka mampu mengatasi berbagai permasalahan hidup serta mengembangkan potensi diri secara optimal. Menurut Suhertina (2014), bimbingan merupakan bentuk pertolongan yang diberikan kepada individu agar mereka dapat mencapai kesejahteraan dalam kehidupan pribadi, sosial, pendidikan, maupun karier.

Prayitno (dalam Tarmizi, 2018) menjelaskan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan oleh seorang ahli kepada individu, baik anak-anak, remaja, maupun orang dewasa, agar mereka mampu mandiri dengan memanfaatkan potensi yang dimiliki serta sumber daya yang tersedia sesuai dengan nilai-nilai yang berlaku di masyarakat. Tujuan utama dari proses bimbingan ini adalah mendukung perkembangan pribadi yang utuh, keseimbangan emosional, serta kemampuan untuk beradaptasi secara positif dalam berbagai aspek kehidupan. Sementara itu, istilah *counseling* berasal dari bahasa Inggris *to counsel*, yang berarti memberikan nasihat atau saran. Konseling merupakan suatu proses hubungan interpersonal yang dilakukan oleh seorang konselor kepada individu yang menghadapi permasalahan tertentu. Konselor berperan sebagai fasilitator dalam membantu klien mengenali masalah, mengeksplorasi alternatif solusi, serta membuat keputusan yang tepat guna mencapai penyelesaian yang konstruktif. Menurut Suhertina (2014), konseling secara umum dipahami sebagai bentuk dukungan atau arahan yang bertujuan membantu individu mengatasi tantangan hidup dan meningkatkan kualitas kehidupannya.

Roehman Natawidjaja (dalam Suhertina, 2014) menambahkan bahwa konseling merupakan bagian integral dari layanan bimbingan, yang berbentuk interaksi dua arah antara konselor dan klien. Dalam proses ini, konselor membantu klien dalam memahami dirinya sendiri dan mempersiapkan diri untuk menghadapi permasalahan yang mungkin timbul di masa depan.

Dari penggabungan konsep bimbingan dan konseling, lahirlah pendekatan Bimbingan Konseling Islami (BKI), yang menempatkan nilai-nilai agama sebagai landasan utama dalam proses pemberian bantuan. BKI tidak hanya bertujuan membantu individu dalam mengatasi permasalahan duniawi, tetapi juga mengarahkan mereka untuk meraih kebahagiaan ukhrawi (akhirat). Menurut Tarmizi (2018), BKI merupakan upaya memberikan bantuan berupa arahan, nasihat, dan instruksi kepada individu atau kelompok yang sedang menghadapi kesulitan hidup, agar mampu menjalani kehidupan sesuai tuntunan ajaran Islam dan meraih kebahagiaan di dunia serta akhirat.

Dalam praktiknya, BKI memadukan pendekatan psikologis dan spiritual, serta menekankan pentingnya keterhubungan individu dengan Allah SWT dalam proses pemecahan masalah. Pendekatan ini relevan digunakan dalam berbagai konteks, termasuk dalam membina rumah tangga, membentuk karakter generasi muda, serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat Muslim secara holistik. Dengan demikian, BKI memiliki kontribusi penting dalam memberikan solusi yang tidak hanya rasional, tetapi juga berlandaskan nilai-nilai transendental.

B. Pembahasan

1. Tantangan yang Dihadapi Pasangan Nikah Muda

Banyak pasangan nikah muda yang memasuki kehidupan pernikahan tanpa pemahaman yang cukup mengenai dinamika hubungan pernikahan. Mereka sering kali tidak tahu tentang hak dan kewajiban masing-masing, cara mengelola keuangan, atau bagaimana menjalani peran sebagai suami atau istri. Ketidaktahuan ini dapat menyebabkan kebingungan dan ketegangan dalam hubungan, mengakibatkan kesulitan dalam mengambil keputusan yang tepat untuk membina rumah tangga (Adam 2019). Kedua, komunikasi yang kurang baik dalam pernikahan pasangan muda menjadi halangan, padahal komunikasi yang efektif merupakan fondasi utama

dalam suatu hubungan. Banyak pasangan muda yang sering mengalami kesulitan dalam berkomunikasi, yang dapat menyebabkan kesalahpahaman dan konflik. Kurangnya pengalaman dalam menangani perbedaan pendapat atau konflik dapat memperburuk situasi. Tanpa keterampilan komunikasi yang memadai, pasangan mungkin merasa terasing atau tidak dipahami, sehingga konflik yang seharusnya bisa diselesaikan menjadi semakin kompleks (Fauzi 2024).

Ketiga, Pasangan nikah muda sering menghadapi stres emosional dan mental. Tekanan dari berbagai sumber, seperti harapan masyarakat, tanggung jawab baru, dan perubahan dalam rutinitas sehari-hari, dapat memengaruhi hubungan mereka secara negatif. Stres ini dapat menyebabkan ketidakpuasan dan berpotensi menimbulkan masalah lebih lanjut. Jika tidak dikelola dengan baik, stres ini bisa mengarah pada perasaan cemas, depresi, atau bahkan konflik yang lebih serius dalam pernikahan (Rahmawati, Rohaedi, and Sumartini 2019).

2. Membina Keluarga yang Sakinah, Mawaddah, Warrahmah

Kata *sakinah* berasal dari bahasa Arab, yaitu dari akar kata *sakana-yaskunu*, yang berarti tenang atau diam. Dalam konteks ini, *sakinah* dapat diartikan sebagai ketenangan, kedamaian, atau stabilitas. Kata ini sering digunakan dalam berbagai konteks untuk menggambarkan keadaan yang tenang dan damai, baik dalam kehidupan pribadi maupun sosial. Secara terminologi, *sakinah* sering dikaitkan dengan konsep rumah tangga yang ideal. *Sakinah* diartikan sebagai ketenangan hati, yaitu kondisi batin yang damai dan stabil, yang diharapkan ada dalam setiap hubungan keluarga (Ismatulloh 2015). Keluarga *sakinah* mengacu pada keluarga yang hidup dalam suasana penuh cinta dan kasih sayang (*mawaddah*) dan belas kasih (*rahmah*). Keluarga *sakinah* adalah keluarga yang mampu menciptakan lingkungan yang tenang, penuh berkah, dan harmonis bagi semua anggotanya. *Sakinah* juga sering diucapkan dalam konteks pernikahan sebagai bagian dari doa untuk pasangan baru, di mana diharapkan mereka dapat hidup dalam ketenangan dan saling mencintai (Andriani and Zaini 2022).

Keluarga harmonis (*Sakinah*) merupakan dambaan setiap pasangan dalam pernikahan. Menurut Majid Sulaiman Daudin dalam bukunya, Kado Untuk Suami Istri, Keluarga harmonis memiliki ciri-ciri yaitu; terciptanya hubungan baik antara suami dan isteri, nafsu tersalurkan dengan baik, anak-anak terdidik, terpenuhinya kebutuhan, terciptanya kehidupan bermasyarakat dengan baik, dan bertambah iman. (Sajaruddin 2022) Di dalam alquran surat ke-30 ayat 21 juga diberikan ciri-ciri tentang esensi dari keluarga harmonis itu sendiri (Putra, Suprihatin, and Wastoni 2021). Berdasarkan keterangan ayat tersebut diharapkan untuk selalu melakukan yang terbaik terkait dengan membangun keluarga yang bahagia, *sakinah mawaddah, warrahmah*, lahir dan batin baik dalam kehidupan di dunia sampai kehidupan di akhirat kelak. Kebahagiaann keluarga bisa diwujudkan salah satunya ketika suami-istri bisa saling memahami, menerima dan melengkapi kekurangan satu sama lain dalam menghadapi dinamika berumah tangga. Dalam hal ini, dinamika yang kerap dihadapi oleh pasangan muda tidak luput dari hal seputar *sandang, pangan, papan* serta kematangan emosional yang terbilang masih labil untuk usia remaja. Ada beberapa hal yang bisa diupayakan dalam menggapai hal tersebut, antara lain:

a) Adil dalam mengatur antara hak dan kewajiban sebagai suami-isteri

Memahami dan menjalankan hak serta kewajiban suami dan istri dalam mengatur rumah tangga merupakan kunci untuk mencapai stabilitas keluarga. Hal yang perlu diingat adalah bahwa kualitas kehidupan rumah tangga dapat dilihat dari seberapa baik hubungan antara suami dan istri itu sendiri. Al quran telah mengatur mengenai hak dan kewajiban suami istri antara lain: memberikan nafkah, menyediakan tempat tinggal, memperlakukan istri dengan baik, memberikan mahar dan lain sebagainya (Suhartawan 2022).

b) Memberikan Pendidikan kepada anak

Anak merupakan titipan yang Allah berikan kepada pasangan suami-istri sebagai bentuk rezeki, Amanah, cobaan, bahkan ladang pahala bagi mereka yang mampu membimbing anaknya dengan baik. Pendidikan sejak dini diperlukan sebagai pembentukan karakter anak. Di dalam peraturan pemerintah nomer 47 tahun 2008 juga disebutkan tentang wajib belajar, bahwa anak usia 7 sampai 15 diwajibkan untuk mengikuti kegiatan wajib belajar

(MATTALATTA 2008). Maka sebagai orang tua wajib untuk memfasilitasi Pendidikan anak sebagai bentuk tanggungjawab atas Amanah yang Allah berikan.

c) Membina hubungan baik antar keluarga

Pemilihan pasangan hidup adalah langkah awal yang sangat penting dalam membangun keluarga. Proses ini bertujuan mencari individu yang memiliki potensi dan kesediaan untuk menjalankan peran sebagai suami dan istri secara optimal. Kriteria pemilihan pasangan pun diarahkan pada seseorang yang dapat bekerja sama, saling memahami, dan memiliki tujuan hidup yang sejalan, sehingga keluarga yang diimpikan dapat terwujud (Azmi and Hoesni 2019).

Bimbingan konseling bagi keluarga sakinah yang menikah di usia dini adalah upaya mendukung pasangan muda dalam menghadapi berbagai tantangan dalam pernikahan. Menikah di usia dini bisa menghadirkan berbagai tantangan, baik secara emosional, finansial, maupun sosial. Bimbingan ini bertujuan untuk membantu pasangan muda mengembangkan hubungan yang sehat, stabil, dan harmonis dalam mencapai keluarga sakinah. *Mawaddah* adalah istilah Arab yang berasal dari kata-kata "*wadda*" dan "*yawadda*", artinya mencintai secara mendalam dan tekun. Dengan demikian, konsep *mawaddah* dapat diterjemahkan menjadi cinta yang intensif dan penuh energi. Hubungannya erat dengan sakinah, karena perasaan aman dan damai dalam suatu ikatan sering kali dicapai lewat proses saling mencintai satu sama lain (Hudafi 2020).

Menurut Al-Asfahani, istilah *mawaddah* memiliki beberapa makna. Pertama, ia merujuk pada cinta (*mawaddah*) yang juga mencakup keinginan untuk memiliki. Keduanya saling terkait, di mana keinginan yang kuat dapat memunculkan cinta, atau sebaliknya, cinta yang mendalam dapat menumbuhkan keinginan untuk mewujudkan apa yang dicintai. Konsep ini tercermin dalam firman Allah SWT di surat Ke-30 ayat 21 (Rakhmaniar 2023). Cinta yang mendalam (*mawaddah*) adalah fondasi penting dalam membangun keluarga yang damai dan tentram. Rasa kasih sayang yang erat antara pasangan menciptakan ikatan yang erat dan rasa aman (sakinah). Cinta ini dapat tumbuh dari berbagai aspek, seperti fisik, moral, dan kepribadian pasangan. Ketika cinta hadir, pasangan akan saling menjaga dan menghargai. Namun, jika cinta memudar, hubungan bisa menjadi renggang dan berisiko mengalami masalah seperti perselingkuhan. Oleh karena itu, memelihara cinta dalam rumah tangga adalah kunci untuk menciptakan kehidupan keluarga yang bahagia dan langgeng (Kusmidi 2018).

Menurut bahasa Arab, *rahmah* berarti karunia. Intinya, karunia ini berarti menjaga kasih sayang antar pasangan dan keluarga. *Rahmah* muncul melewati proses yang dijalani oleh pasangan maupun keluarga. Kata "*Rahmah*" tidak akan tercapai apabila suami dan istri tidak menjalankan kewajiban mereka dengan baik. Keluarga rahmah adalah keluarga di mana setiap anggotanya saling menyayangi dan mencintai, sehingga kehidupan mereka dipenuhi dengan kasih sayang. Karena itu, sangat penting bagi suami istri untuk saling memahami hak dan kewajiban mereka agar keluarga ini dapat terjaga dan harmonis (Valiza and Munte 2023). Setelah memahami makna dari keluarga yang sakinah, *mawaddah*, dan *warahmah*, setiap pasangan tentu akan mengetahui cara menjaga keharmonisan rumah tangga mereka sesuai dengan ajaran Islam. Hal ini penting untuk mencegah terjadinya konflik dalam keluarga. Keluarga yang bahagia adalah hasil kerja sama antara suami dan istri, yang mencerminkan pengalaman serta kesetaraan dalam hak dan kewajiban untuk membangun rumah tangga yang harmonis. Meskipun terdapat tiga istilah berbeda—*sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*—ketiga kata ini tidak perlu dipahami secara terpisah, karena ketiga konsep ini saling terhubung dalam konteks keluarga yang harmonis, saling mencintai dan penuh kasih sayang (Hudafi 2020). Berikut adalah beberapa aspek penting dalam bimbingan konseling untuk pasangan yang menikah di usia dini:

1) Pemahaman tentang Peran dalam Perkawinan

Perkawinan merupakan ikatan suci yang dibentuk oleh dua individu yang saling mencintai dan ingin berbagi hidup bersama. Namun, memahami peran dan tugas masing-masing pasangan dalam pernikahan bukanlah tugas yang mudah. Konflik dan ketidakcocokan seringkali timbul karena kurangnya pemahaman tentang hak dan kewajiban masing-masing pasangan. Misalnya, seorang suami mungkin merasa terbebani dengan tanggung jawab mencari nafkah, sementara istri merasa kurang dihargai dalam

perannya mengurus rumah tangga. Ketidakjelasan dalam pembagian tugas ini dapat memicu ketegangan dan perselisihan. Hikmah dari situasi ini adalah pentingnya komunikasi yang terbuka dan pemahaman tentang hak dan kewajiban masing-masing pasangan. Melalui pendampingan pranikah, pasangan dapat belajar untuk mendiskusikan peran mereka secara jelas, sehingga dapat saling mendukung dan bekerja sama dalam membangun hubungan yang harmonis. Oleh karena itu, penting bagi pasangan yang ingin menikah untuk mendapatkan bimbingan konseling pra nikah sebagai persiapan untuk menghadapi pernikahan (Putri and Lestari 2015). Konseling dapat membantu pasangan memahami peran masing-masing dalam pernikahan. Di usia muda, pemahaman tentang tanggung jawab sebagai suami atau istri mungkin belum matang. Konselor membantu mereka mengembangkan kesadaran tentang pentingnya komunikasi, kerja sama, dan komitmen dalam membangun rumah tangga yang stabil (Rahmadiani 2021).

2) Pendidikan Emosional

Di usia muda, kemampuan mengelola emosi mungkin masih dalam tahap perkembangan. Konseling akan membantu pasangan mengembangkan keterampilan pengelolaan emosi yang sehat, seperti mengatasi konflik dengan cara yang konstruktif, mendengarkan dengan empati, dan mengendalikan emosi negatif. (Handari et al. 2022) Misalnya, dalam situasi konflik, konseling dapat mengajarkan pasangan untuk menghadapi masalah secara konstruktif, seperti dengan menggunakan teknik komunikasi yang baik dan mendengarkan dengan empati. Hikmahnya adalah bahwa pengelolaan emosi yang baik tidak hanya mencegah konflik berkepanjangan tetapi juga memperkuat ikatan emosional antara pasangan. Ketika pasangan mampu mengendalikan emosi negatif dan berkomunikasi dengan efektif, mereka menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung dalam hubungan mereka. Hal ini tidak hanya bermanfaat bagi mereka berdua tetapi juga memberikan contoh positif bagi anak-anak mereka di masa depan, menunjukkan cara yang sehat untuk menangani stres dan konflik dalam kehidupan sehari-hari (Erlita and Abidin 2020).

3) Penyelesaian Konflik

Menikah di usia dini sering kali membawa tantangan terkait penyelesaian konflik, karena mungkin masih kurangnya pengalaman dalam berurusan dengan masalah-masalah rumah tangga. Konseling dapat memberikan strategi untuk menyelesaikan konflik dengan cara yang sehat dan konstruktif, serta menghindari penggunaan kekerasan atau tindakan negatif lainnya. Misalnya, pasangan muda mungkin mengalami kesulitan saat berhadapan dengan perbedaan pendapat mengenai pengelolaan keuangan. Dalam situasi seperti ini, mereka mungkin tidak tahu bagaimana cara berkomunikasi secara efektif atau mengatasi ketegangan tanpa terlibat dalam pertengkaran. Konseling dapat memberikan strategi yang berguna, seperti teknik komunikasi yang baik, di mana pasangan diajarkan untuk mendengarkan satu sama lain dengan empati dan berbicara tentang perasaan mereka tanpa menyalahkan. Hikmah dari penerapan konseling dalam situasi ini adalah bahwa pasangan muda dapat belajar untuk menyelesaikan konflik dengan cara yang sehat dan konstruktif. Dengan memahami pentingnya komunikasi dan pengelolaan emosi, mereka dapat menghindari tindakan negatif seperti kekerasan verbal atau emosional (Handari et al. 2022).

4) Komunikasi Efektif

Komunikasi yang baik adalah kunci pernikahan yang sukses. Konseling dapat membantu pasangan muda mempelajari cara berkomunikasi dengan lebih baik, saling mendengarkan, dan mengekspresikan kebutuhan serta keinginan tanpa menyakiti pasangan. Misalnya, ketika istri mulai mengungkapkan kemarahannya tentang suatu masalah, suami mungkin merasa tertekan dan memilih untuk pergi menjauh sejenak. Dia berpikir bahwa dengan menjauh, emosi mereka akan mereda dan mereka dapat kembali berbicara dengan lebih tenang. Di sisi lain, istri juga mungkin merasa bahwa menjauh adalah cara terbaik untuk mendinginkan suasana, berharap suaminya akan kembali ketika keduanya sudah lebih tenang. Hikmah dari situasi ini adalah pentingnya komunikasi yang jelas, saling terbuka, dan proaktif dalam menghadapi konflik (Erlita and Abidin 2020).

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Dalam upaya membina rumah tangga yang harmonis, BKI (Bimbingan Konseling Islam) memainkan peran penting bagi pasangan nikah muda. Dengan pendekatan yang mengedepankan pendidikan agama, komunikasi yang efektif, dan penyelesaian konflik, BKI membantu pasangan memahami dinamika pernikahan. Melalui program bimbingan yang terstruktur, pasangan dapat mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk mengatasi tantangan kehidupan bersama, memperkuat ikatan emosional, dan membangun keluarga yang sejahtera. Strategi BKI diharapkan dapat memfasilitasi pasangan muda dalam menciptakan rumah tangga yang bahagia dan langgeng.

B. Saran

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar lembaga pendidikan, lembaga konseling, dan tokoh agama secara kolaboratif mengembangkan program Bimbingan Konseling Islami (BKI) yang terstruktur dan berkelanjutan bagi pasangan nikah muda. Program ini sebaiknya mencakup materi penguatan nilai-nilai agama, keterampilan komunikasi, serta strategi penyelesaian konflik agar pasangan lebih siap menghadapi dinamika kehidupan rumah tangga secara harmonis dan bertanggung jawab.

DAFTAR RUJUKAN

- Adam, Adiyana. "Dinamika Pernikahan Dini." *Al-Wardah* 13, no. 1 (2019): 15–23. <https://doi.org/10.46339/al-wardah.v13i1.155>.
- Adlini, Miza Nina, Anisya Hanifa Dinda, Sarah Yulinda, Octavia Chotimah, and Sauda Julia Merliyana. "Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka." *Edumaspul: Jurnal Pendidikan* 6, no. 1 (2022): 974–80. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>.
- Andriani, Ririn, and Hasan Zaini. "Keluarga Sakinah Mawaddah Wa Rahmah Menurut Al-Qur'an Perspektif Wahbah Az-Zuhaili." *Lathaif: Literasi Tafsir, Hadis Dan Filologi* 1, no. 1 (2022): 1–20. <https://doi.org/10.31958/lathaif.v1i1.5768>.
- Auliya, Azmul. "Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Untuk Mengurangi Pernikahan Dini Dan Dampaknya Di Smk Islami Al Fattah." *Jurnal Inovasi Bimbingan Dan Konseling* 1, no. 2 (2019): 82–86. <https://doi.org/10.30872/ibk.v1i2.636>.
- Azmi, Puteri Amylia Binti Ulul, and Suzana Mohd Hoesni. "GAMBARAN PREFERENSI PEMILIHAN PASANGAN HIDUP PADA MAHASISWA UNIVERSITI KEBANGSAAN MALAYSIA." *An-Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi* 13, no. 2 (2019): 96–107.
- Beddu, Muhammad Juni, Muhammad Iqbal Azhari, Neri Aslina, Fithri Mehdini Addie Ningrum, and Normadiyah Daud. "Praktek Nikah Beda Agama Di Indonesia Dalam Perspektif Islam." *Al-Adalah: Jurnal Syariah Dan Hukum Islam* 8, no. 2 (2023): 330–43. <https://doi.org/10.31538/adlh.v8i2.3969>.
- Eka Prasetyawati. "Penafsiran Ayat-Ayat Keluarga Sakinah, Mawaddah, Wa Rahmah Dalam Tafsir Al Misbah Dan Ibnu Katsir." *Nizham* 5, no. 2 (2017): 138–66. <https://ejournal.metrouniv.ac.id/index.php/nizham/article/view/993>.
- Erlita, Tiara, and Zainal Abidin. "Kompetensi Emosi (Ekspresi Dan Pemahaman Emosi) Pada Anak Usia Prasekolah." *Jurnal Studia Insania* 8, no. 2 (2020): 140–63. <https://doi.org/10.18592/jsi.v8i2.3951>.
- Fauzi, Achmad. "Komunikasi Dan Konflik Dalam Hubungan Romantis." *PROPAGANDA: Journal of Communication Studies* 4, no. 1 (2024): 79–84. <https://doi.org/10.37010/prop.v4i2.1631>.
- Handari, Sai, Juntika Nurihsan, Ilfiandra Ilfiandra, and Yusro Edy Nugroho. "Peran Konseling Keluarga Berbasis Pemecahan Masalah Dalam Meningkatkan Kualitas Pernikahan Dan Hubungan

Emosional." *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling* 12, no. 3 (2022): 328–40. <https://doi.org/10.24127/gdn.v12i3.6378>.

Hudafi, Hamsah. "Pembentukan Keluarga Sakinah Mawaddah Warahmah Menurut Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 Dan Kompilasi Hukum Islam." *ALHURRIYAH : Jurnal Hukum Islam* 06, no. 02 (2020): 172–81. <https://doi.org/10.30983/alhurriyah.v5i2.3647>.

Hurriyati, Dwi, and Alvian Dedy Tama. "Pelaksanaan Konseling Pranikah Untuk Meningkatkan Kematangan Psikologi Pasangan Pengantin Anggota Polri Di Polda Sumatera Selatan." *Community Development Journal* 5, no. 1 (2024): 517–20. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/23797>.

Ismatulloh, A.M. "Konsep Sakinah, Mawaddah Dan Rahmah Dalam Al-Qur'an (Perspektif Penafsiran Kitab Al-Qur'an Dan Tafsirnya)." *MAZAHIB Jurnal Pemikiran Hukum Islam* 14, no. 1 (2015): 53–64. <https://journal.uinsi.ac.id/index.php/mazahib/article/view/335>.

Kusmidi, Henderi. "Konsep Sakinah, Mawaddah Dan Rahmah Dalam Pernikahan." *EL-AFKAR : Jurnal Pemikiran Keislaman Dan Tafsir Hadis* 7, no. 2 (2018): 63–78. <https://doi.org/10.29300/jpkth.v7i2.1601>.

Lestari, Sri Dwi, and Ahmad Fauzi. "Upaya Pencegahan Pernikahan Dini Melalui Layanan Konseling Format Kelasikal." *Sociocouns: Journal of Islamic Guidance and Counseling* 4, no. 1 (2024): 83–92. <https://doi.org/10.56248/zadama.v1i2.32>.

Lumunder, Epafra Mario, Esther Avilita Retor, Inriany F. Kreysen, Sylvia Evangelin Bawihu, Meri Iusia Awalo, and Wolter Weol. "PENGARUH PENGEMBALAN PRA NIKAH TERHADAP KESIAPAN EMOSIONAL DAN SPIRITUAL PASANGAN DALAM MEMASUKI PERNIKAHAN." *ATOHEMA: Jurnal Teologi Pastoral Konseling* 1, no. 3 (2024): 35–46. <https://doi.org/10.70420/vsah1n56>.

PERATURAN PEMERINTAH REPUBLIK INDONESIA NOMOR 47 TAHUN 2008 TENTANG WAJIB BELAJAR DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA PRESIDEN REPUBLIK INDONESIA, n.d.(Jakarta: MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA REPUBLIK INDONESIA, 2008)

Putra, Kurlianto Pradana, Suprihatin, and Oni Wastoni. "MAKNA SAKINAH DALAM SURAT AL-RUM AYAT 21 MENURUT M. QURAI SYIHAB DALAM TAFSIR AL-MISHBAH DAN RELEVANSINYA DENGAN TUJUAN PERKAWINAN DALAM KOMPILASI HUKUM ISLAM." *Maslahah* 12, no. 2 (2021): 15–34. <https://doi.org/10.33558/maslahah.v12i2.3203>.

Putri, Dyah Purbasari Kusumaning, and Sri Lestari. "PEMBAGIAN PERAN DALAM RUMAH TANGGA PADA PASANGAN SUAMI ISTRI JAWA" 16, no. 1 (2015): 72–85.

Rahmadiani, Nixie Devina. "Konseling Perkawinan Untuk Meningkatkan Pola Komunikasi Antar Pasangan." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 12, no. 1 (2021): 49–54. <https://doi.org/10.23887/jjbk.v12i1.32715>.

Rahmawati, Mega Nur, Slamet Rohaedi, and Sri Sumartini. "Tingkat Stres Dan Indikator Stres Pada Remaja Yang Melakukan Pernikahan Dini." *JURNAL PENDIDIKAN KEPERAWATAN INDONESIA* 5, no. 1 (2019): 25–33. <https://doi.org/10.17509/jpki.v5i1.11180>.

Rakhmaniar, Almadina. "Analisis Naratif Tentang Pengalaman Komunikasi Interpersonal Pada Pasangan Muda" 1, no. 1 (2023): 124–42. <https://doi.org/10.59581/harmoni-widyakarya.v1i1.3719>.

Sajaruddin. "Upaya-Upaya Dalam Membangun Keluarga Sakinah." *Jurnal Tana Mana* 3, no. 2 (2022): 125–33. <https://doi.org/10.33648/jtm.v3i2.252>.

Sholihah, S. A. (2024). *PENGARUH USIA MUDA SAAT MENIKAH TERHADAP TINGKAT PERCERAIAN DI KUA MAOSPATI KABUPATEN MAGETAN* [skripsi]. <https://etheses.iainponorogo.ac.id/27501/1/Skripsi%20ACC%20Syafira.pdf>

- Suhartawan, Budi. "HAK DAN KEWAJIBAN SUAMI ISTRI DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN (KAJIAN TEMATIK)." *TAFAKKUR: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 2, no. 2 (2022): 106–26. <https://ejournal.stiqarrahman.ac.id/index.php/tafakkur/article/view/65>.
- Suhertina. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. 1st ed. Pekanbaru: CV. Mutiara Pesisir Sumatra, 2014.
- Sukardiman. "Pentingnya Penyuluhan Pernikahan Dini Sebagai Upaya Menghentikan Pertumbuhan Angka Janda Di Lombok." *AL-IRSYAD: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 4, no. 1 (2022): 21–38. <https://jurnal.uinsyahada.ac.id/index.php/Irsyad/article/view/4931>.
- Tarmizi. *Bimbingan Konseling Islami*. 1st ed. Medan: Perdana Publishing, 2018.
- TribunNews.com - 403. <https://www.tribunnews.com/regional/2024/06/07/angka-perceraian-tinggi-ada-ribuan-janda-baru-di-indramayu-usianya-20-30-tahun>
- Valiza, Dinda, and Rahma Nadira Br. Munte. "BESARNYA RAHMAT DAN NIKMAT ALLAH PADA UMAT MANUSIA BERDASARKAN ISI KANDUNGAN QS.AZ-ZUMAR:53." *Hibrul Ulama : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Keislaman* 5, no. 2 (2023): 59–67. <https://doi.org/10.47662/hibrululama.v5i2.512>