

## PELATIHAN KONSELING PERKAWINAN BERBASIS KOMUNITAS

<sup>1</sup>Dyah Astorini Wulandari, <sup>2</sup>Suwarti

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto Jl. Raya Dukuwaluh Kembaran  
Purwokerto 53183

Telp. (0281) 636751 Fax. (0281) 63729

Email : <sup>1</sup>rinirifqi@gmail.com, <sup>2</sup>suwartidarman@gmail.com

*Abstrak. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini mempunyai tujuan membekali peserta dengan pengetahuan dan ketrampilan menjadi konselor perkawinan sebaya berbasis komunitas. Kegiatan ini melibatkan dua kelompok mitra yaitu Kader PKK Kabupaten Purbalingga sebanyak 25 orang dan Pengurus Daerah Salimah Kabupaten Purbalingga sebanyak 25 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah, pelatihan, simulasi, penugasan, dan diskusi yang melibatkan partisipasi aktif peserta mulai dari mengidentifikasi permasalahan, latihan, diskusi dan sharing, simulasi hingga evaluasi kegiatan. Adapun langkah-langkah yang ditempuh dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut : (1) pelatihan konseling perkawinan, (2) praktek konseling perkawinan (3) pengembangan model konseling perkawinan berbasis komunitas, (4) simulasi model konseling perkawinan berbasis komunitas, (5) evaluasi dan (6) seminar dan publikasi hasil kegiatan. Luaran dari kegiatan ini adalah tersusunnya model konseling perkawinan berbasis komunitas. Model konseling perkawinan berbasis komunitas ini merupakan model dukungan sosial dari komunitas bagi calon pengantin dan pasangan suami isteri yang sedang mengalami masalah dalam perkawinan. Dukungan sosial yang diberikan dalam bentuk edukasi pranikah bagi calon pengantin dan konseling perkawinan sebaya untuk membantu pasangan suami isteri dalam mengatasi konflik dalam perkawinan.*

**Kata kunci : perkawinan, konseling perkawinan, komunitas**

### 1. Pendahuluan

Olson dan Defrain (2003) mendefinisikan perkawinan sebagai komitmen emosional dan legal antara dua orang untuk berbagi kedekatan emosional, fisik, beragam tugas dan sumber ekonomi. UU No I tahun 1974 tentang Perkawinan menyebutkan definisi perkawinan sebagai ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Melalui perkawinan, individu berharap dapat memenuhi berbagai kebutuhannya; baik fisik, psikologis, maupun spiritualitasnya. Namun mewujudkan tujuan tersebut ternyata merupakan proses yang panjang dan membutuhkan penyesuaian dan pengorbanan dari semua individu yang terlibat dalam perkawinan tersebut. Hal ini disebabkan karena perkawinan pada dasarnya merupakan penyatuan dua pribadi yang berbeda dengan segala latar belakang keluarganya. Bagaimanapun, kenyataan menunjukkan bahwa perkawinan tidak selalu berjalan

dengan lancar. Berbagai masalah bisa muncul dan mempengaruhi kehidupan perkawinan.

Menurut Widyastuti (Lestari, 2007) setelah menikah apa yang merupakan sifat asli dari pasangan sudah mulai terlihat satu persatu. Hal ini menimbulkan perasaan bahwa ternyata pasangannya tidak sempurna, bukan lagi figur yang dijumpainya dulu. Latar belakang pengalaman, kebutuhan dan nilai-nilai yang dianut oleh pasangan suami isteri sebelum memutuskan untuk menjalin ikatan perkawinan mempengaruhi terjadinya konflik dalam perkawinan (Sadarjoen, 2005). Perkawinan juga menuntut adanya perubahan gaya hidup, penyesuaian diri terhadap tuntutan peran dan tanggung jawab baru baik dari suami maupun isteri. Ketidakmampuan melakukan tuntutan-tuntutan tersebut tidak jarang menimbulkan pertentangan, perselisihan bahkan berakhir dengan perceraian (Dewi dan Basti, 2008).

Sadarjoen (2005) menyebutkan terdapat beberapa ragam penyebab terjadinya konflik perkawinan : (1) keuangan (perolehan dan penggunaannya); (2) pendidikan anak; (3) hubungan pertemanan; (4) hubungan dengan keluarga besar; (5) aktivitas yang tidak disetujui pasangan; (6) pembagian kerja dalam rumah tangga; (7) berbagai macam masalah (agama, politik, seks, komunikasi dalam perkawinan dan berbagai macam masalah sepele seperti selera makan, gaya hidup). Sebetulnya konflik dalam perkawinan merupakan hal yang wajar terjadi dalam suatu perkawinan. Bahkan menurut Gurin dkk (Sears dkk, 1994) sekitar 45 % orang yang sudah menikah mengatakan bahwa kehidupan bersama akan selalu memunculkan berbagai masalah dan 23 % pasangan yang menilai pernikahan mereka sangat membahagiakan melaporkan bahwa mereka juga pernah mengalami konflik. Pada setiap pasangan, penyebab munculnya konflik tersebut berbeda, demikian juga bagaimana mereka menghadapi dan menyelesaikan konflik tersebut.

Konflik dalam perkawinan yang terjadi perlu dikelola dengan baik agar tidak berlarut-larut dan menimbulkan dampak bagi semua orang yang berada dalam perkawinan tersebut, suami, isteri, anak. Konflik dalam perkawinan yang tidak dikelola dengan baik akan berdampak pada keutuhan perkawinan. Meningkatnya angka perceraian yang terjadi menunjukkan kegagalan pasangan suami isteri menyelesaikan permasalahan yang mereka hadapi dalam perkawinan. Banyak pasangan suami istri yang menganggap perceraian sebagai jalan keluar temudah dalam menyelesaikan permasalahan yang mereka hadapi. Padahal perceraian memberikan dampak yang besar. Pasangan suami isteri yang sedang menghadapi masalah dalam perkawinan membutuhkan bantuan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Salah satu bantuan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dalam perkawinan adalah melakukan konseling perkawinan

### **1.1 Konseling Perkawinan**

Patterson (dalam Adz-dzaky, 2004) mengemukakan konseling adalah proses yang melibatkan hubungan antar pribadi, antar seorang terapis dengan satu atau lebih klien dimana terapis menggunakan metode-metode psikologis atas dasar pengetahuan

sistematik tentang kepribadian manusia dalam upaya meningkat kesehatan mental klien. Konseling perkawinan adalah upaya membantu pasangan (calon suami-isteri dan suami-isteri) oleh konselor profesional sehingga pasangan suami isteri bisa berkembang dan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya melalui cara-cara yang saling menghargai, toleransi dan dengan komunikasi penuh pengertian sehingga tercapai motivasi berkeluarga, perkembangan, kemandirian dan kesejahteraan seluruh anggota keluarga (Willis, 2008).

Menurut Klemmer (dalam Latipun, 2011) konseling perkawinan sebagai konseling yang diselenggarakan sebagai metode pendidikan, metode penurunan ketegangan emosional, metode membantu pasangan yang menikah untuk memecahkan masalah dan cara menentukan pola pemecahan masalah yang lebih baik.

Dikatakan sebagai metode pendidikan karena konseling perkawinan memberikan pemahaman kepada pasangan yang berkonsultasi tentang diri pasangannya dan masalah-masalah dalam hubungan perkawinan yang dihadapi serta cara-cara yang dapat dilakukan dalam mengatasi permasalahan perkawinan. Penurunan ketegangan emosional dimaksudkan sebagai konseling perkawinan dilaksanakan biasanya saat kedua belah pihak berada pada situasi emosional yang sangat berat. Dengan konseling pasangan dapat membuka emosionalnya sebagai katarsis terhadap tekanan-tekanan emosional yang dihadapi selama ini.

## **1.2 Tujuan Konseling Perkawinan**

Tujuan konseling perkawinan adalah agar klien dapat menjalani kehidupan berumah tangga secara benar, bahagia dan mampu mengatasi problem-problem yang timbul dalam kehidupan perkawinan. Dalam konseling perkawinan, konselor membantu klien (pasangan) untuk melihat realitas yang dihadapi dan mencoba menyusun keputusan yang tepat bagi keduanya. Keputusannya dapat berbentuk menyatu kembali, berpisah, atau cerai dengan tujuan untuk mencari kehidupan yang lebih harmonis dan menimbulkan rasa aman bagi keduanya. Secara lebih rinci tujuan jangka panjang konseling perkawinan menurut Huff (dalam Latipun, 2011) adalah sebagai berikut :

1. Meningkatkan kesadaran terhadap dirinya dan dapat saling berempati di antar partner.
2. Meningkatkan kesadaran tentang kekuatan dan potensi masing-masing
3. Meningkatkan saling saling membuka diri
4. Meningkatkan hubungan yang intim
5. Mengembangkan ketrampilan komunikasi, pemecahan masalah dan mengelola konflik.

## **1.3 Konseling Perkawinan Berbasis Komunitas**

Di kota-kota besar peran konselor perkawinan profesional sudah dikenal. Namun di kota-kota kecil dan di desa meminta nasehat pada ahli seperti konselor perkawinan belum dikenal. Sebetulnya di setiap kecamatan sudah ada lembaga resmi yang bertugas memberikan nasehat dan bimbingan tentang perkawinan pada pasangan suami isteri yang sedang mengalami masalah dalam perkawinan, yaitu BP4 (Badan Penasehat Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan) yang berada di Kantor Urusan Agama (KUA) di Kecamatan. Namun peran BP4 (Badan Penasehat Pembinaan Pelestarian Perkawinan)

tampaknya belum maksimal. Beberapa alasan yang dikemukakan mengapa tidak meminta nasehat ke BP4 (Badan Penasehat, Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan) adalah karena malu, merasa bahwa masalah dalam perkawinan adalah urusan pribadi, dan ketidaktahuan kalau ada lembaga BP4 tersebut. Layanan di BP4 sendiri juga belum maksimal antara lain karena keterbatasan personil dimana hanya ada seorang petugas yang melayani dan kurangnya kompetensi dalam melaksanakan konseling.

Kegiatan ini dirancang dengan tujuan mengembangkan model konseling perkawinan berbasis komunitas. Model konseling perkawinan yang ada saat ini adalah konseling perkawinan yang dilakukan oleh konselor profesional (psikolog, psikiater) yang bersifat individual, artinya individu yang mengalami masalah dalam perkawinan datang secara sukarela untuk berkonsultasi bersama pasangannya dan biasanya memerlukan dana yang besar.

Model konseling perkawinan berbasis komunitas ini melibatkan partisipasi aktif komunitas dalam memberikan dukungan sosial kepada calon pengantin dalam bentuk edukasi dan bimbingan pranikah bagi calon pengantin dan bagi pasangan suami isteri yang sedang mengalami konflik dalam perkawinan dalam bentuk pemberian nasehat dan bimbingan serta dukungan informasi dan dukungan psikologis agar pasangan suami isteri mampu menyelesaikan permasalahan dalam perkawinan dan menghindari perceraian sebagai jalan untuk menyelesaikan masalah dalam perkawinan. Keberadaan konselor perkawinan sebaya dalam komunitas ini diharapkan dalam jangka panjang mampu menurunkan angka perceraian.

## **2. Metode**

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan dalam enam tahap : 1) pelatihan, 2) praktek konseling, 3) adalah pengembangan model konseling berbasis komunitas, 4) simulasi model, 5) evaluasi dan 6) publikasi. Peserta adalah 25 orang kader PKK di Kabupaten Purbalingga dan 25 orang Pengurus Daerah Salimah Purbalingga.

## **3. Hasil**

Pelatihan dilaksanakan dengan metode ceramah, simulasi dan praktek. Materi yang diberikan dalam pelatihan adalah perkawinan dan konflik perkawinan, pengantar konseling dan teknik konseling. Pada materi pertama, peserta diajak untuk mereview berbagai penyebab konflik dalam perkawinan dan manajemen konflik dalam perkawinan. Materi kedua tentang pengantar konseling. Pada materi ini peserta diberikan pengetahuan tentang definisi, proses konseling dan sikap dan perilaku konselor. Materi ketiga membahas tentang teknik-teknik konseling dan praktek konseling. Setiap pemberian materi diikuti dengan diskusi dan tanya jawab dengan peserta.

Tahap kedua adalah praktek konseling. Pada tahap ini peserta diminta untuk mempraktekkan latihan yang sudah diperoleh di komunitas tempat tinggal mereka. Tahap ketiga adalah perumusan model konseling perkawinan berbasis komunitas. Berdasarkan dari hasil diskusi kemudian dirumuskan sebuah model konseling perkawinan berbasis komunitas sebagai berikut :

1. Kader PKK dan Salimah di setiap kecamatan dan kelurahan di Kabupaten Purbalingga memberikan sosialisasi kepada masyarakat tentang keberadaan konselor perkawinan sebaya yang siap memberikan layanan dan dukungan sosial bagi masyarakat.
2. Bentuk layanan yang diberikan ada dua macam, pertama konseling perkawinan sebaya pada pasangan suami isteri yang mengalami masalah dalam perkawinan dan kedua, edukasi dan bimbingan pranikah bagi calon pengantin.
3. Dalam memberikan layanan, bekerja sama dengan dinas terkait (Kantor Urusan Agama di tiap kecamatan).

Tahap keempat adalah simulasi model konseling perkawinan berbasis komunitas. Dalam tahap ini peserta menerapkan model konseling perkawinan berbasis komunitas ini di lingkungan masing-masing. Layanan yang sudah diberikan adalah sosialisasi adanya konselor perkawinan sebaya, edukasi dan konseling pranikah pada calon pengantin dan konseling perkawinan pada pasangan suami isteri yang sedang mengalami konflik perkawinan. Tahap kelima adalah evaluasi dari model konseling perkawinan berbasis komunitas. Berdasarkan hasil evaluasi ditemukan beberapa hal : (1) model konseling perkawinan berbasis komunitas dianggap cukup membantu calon pengantin untuk mempersiapkan diri menjalani kehidupan berumah tangga, (2) masih perlu sosialisasi bagi pasangan suami isteri yang sedang bermasalah untuk menggunakan layanan konseling perkawinan, (3) keberadaan konseling perkawinan berbasis komunitas ini membantu BP4, (4) masih perlu latihan bagi konselor sebaya untuk meningkatkan ketrampilannya sebagai konselor

#### **4. Pembahasan**

Perselisihan, pertentangan dan konflik dalam suatu rumah tangga merupakan sesuatu yang tidak bisa dihindari. Sadarjoen (2005) menyebutkan terdapat beberapa ragam penyebab terjadinya konflik perkawinan : (1) keuangan (perolehan dan penggunaannya); (2) pendidikan anak; (3) hubungan pertemanan; (4) hubungan dengan keluarga besar; (5) aktivitas yang tidak disetujui pasangan; (6) pembagian kerja dalam rumah tangga; (7) berbagai macam masalah (agama, politik, seks, komunikasi dalam perkawinan dan berbagai macam masalah sepele seperti selera makan, gaya hidup). Lebih lanjut Sadarjoen (2005) menyatakan bahwa latar belakang pengalaman, kebutuhan dan nilai-nilai yang dianut oleh pasangan suami isteri sebelum memutuskan untuk menjalin ikatan perkawinan mempengaruhi terjadinya konflik dalam perkawinan. Pada umumnya tujuan-tujuan yang tidak serasi antara kedua pasangan merupakan dasar dari munculnya konflik dalam perkawinan.

Sebetulnya konflik dalam perkawinan merupakan hal yang wajar terjadi dalam suatu perkawinan. Bahkan menurut Gurin dkk (Sears dkk, 1994) sekitar 45 % orang

yang sudah menikah mengatakan bahwa kehidupan bersama akan selalu memunculkan berbagai masalah dan 23 % pasangan yang menilai pernikahan mereka sangat membahagiakan melaporkan bahwa mereka juga pernah mengalami konflik. Namun konflik yang terjadi dalam perkawinan perlu dikelola dengan baik agar tidak berlarut-larut dan menimbulkan dampak bagi semua orang yang berada dalam perkawinan tersebut, suami, isteri, anak. Konflik dalam perkawinan yang tidak dikelola dengan baik akan berdampak pada keutuhan perkawinan. Pasangan suami isteri yang sedang menghadapi masalah dalam perkawinan membutuhkan bantuan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Salah satu bantuan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dalam perkawinan adalah melakukan konseling perkawinan.

Di kota-kota besar peran konselor perkawinan profesional sudah dikenal. Namun di kota-kota kecil dan di desa meminta nasehat pada ahli seperti konselor perkawinan belum dikenal. Peran BP4 (Badan Penasehat Pembinaan Pelestarian Perkawinan) sebagai lembaga resmi yang bertugas memberikan nasehat perkawinan juga belum maksimal. Beberapa alasan yang dikemukakan mengapa tidak meminta nasehat ke BP4 (Badan Penasehat, Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan) adalah karena malu, merasa bahwa masalah dalam perkawinan adalah urusan pribadi, dan ketidaktahuan kalau ada lembaga BP 4 tersebut.

Model konseling perkawinan berbasis komunitas ini melibatkan partisipasi aktif komunitas misalnya PKK maupun pengurus dan kader organisasi wanita lainnya yang berperan sebagai konselor perkawinan non professional dalam memberikan dukungan sosial kepada calon pengantin dalam bentuk edukasi dan bimbingan pranikah bagi calon pengantin dan bagi pasangan suami isteri yang sedang mengalami konflik dalam perkawinan dalam bentuk pemberian nasehat dan bimbingan serta dukungan informasi dan dukungan psikologis agar pasangan suami isteri mampu menyelesaikan permasalahan dalam perkawinan dan mengambil keputusan yang tepat dalam menyelesaikan permasalahan dalam perkawinan mereka. Keberadaan konselor perkawinan sebaya dalam komunitas ini diharapkan dalam jangka panjang mampu menurunkan angka perceraian.

Pada pelaksanaannya model konseling perkawinan berbasis komunitas ini dimulai dengan peserta yang sudah mendapatkan pelatihan memberikan sosialisasi kepada masyarakat tentang adanya konselor perkawinan di wilayah masing-masing. Konselor sebaya yang sudah dilatih memberikan layanan berupa edukasi dan bimbingan pranikah bagi calon pengantin sebagai bekal menjalani kehidupan berumah tangga dan konseling serta dukungan sosial bagi pasangan suami isteri yang sedang mengalami masalah dalam perkawinan agar mampu menemukan solusi yang tepat. Hasil evaluasi dari model konseling perkawinan berbasis komunitas ini adalah : (1) model konseling perkawinan berbasis komunitas ini dianggap cukup membantu calon pengantin untuk mempersiapkan diri menjalani kehidupan berumah tangga, (2) masih perlu sosialisasi bagi masyarakat terutama pasangan suami isteri yang sedang bermasalah untuk menggunakan layanan konseling perkawinan, (3) keberadaan konseling perkawinan

berbasis komunitas ini membantu BP4, (4) masih perlu latihan bagi konselor sebaya untuk meningkatkan ketrampilannya sebagai konselor.

## 5. Kesimpulan

Model konseling perkawinan berbasis komunitas ini bisa menjadi alternatif solusi untuk mengurangi angka perceraian yang terus meningkat di masyarakat karena dua bentuk layanan yang diberikan yaitu edukasi dan bimbingan pranikah bagi calon pengantin sebagai bekal menjalani kehidupan berumah tangga dan memberikan konseling dan dukungan sosial bagi pasangan suami isteri yang sedang mempunyai masalah dalam perkawinan untuk menemukan solusi terbaik bagi masalah perkawinan yang dihadapi. Oleh karenanya kepada pemerintah diharapkan dapat memberikan dukungan pada penerapan model konseling perkawinan berbasis komunitas ini dengan bekerja sama dengan lembaga yang sudah ada di komunitas misalnya PKK dan organisasi wanita di daerah tersebut, mengkaji kemungkinan model ini dijadikan sebagai model yang lebih baku dalam mengatasi perceraian misal dengan menerbitkan regulasi agar pasangan suami isteri yang akan bercerai harus mengikuti konseling perkawinan dan bagi calon penagntin wajib mengikuti kursus pranikah.

## Daftar pustaka

- Adz-dzaky, M.H.B. 2004. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta : Fajar Pustaka.
- Dewi, E.M.P., dan Basti. 2008. Konflik Perkawinan dan Model Penyelesaian Konflik Perkawinan pada Pasangan Suami Isteri. *Jurnal Psikologi* Volume 2 No. 1, Desember 2008.
- Latipun. 2011. *Psikologi Konseling*. Malang : UMM Press.
- Lestari, W. 2007. Strategi Coping Suami Isteri dalam Menghadapi Konflik Perkawinan. *Skripsi*. Tidak Diterbitkan. Purwokerto : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Olson, D.H. & DeFrain, J. 2003. *Marriage and Families*. Boston : McGraw-Hill.
- Sadarjoen. J.W. 2005. *Konflik Marital : Pemahaman konseptual, Aktual dan Alternatif Solusinya*. Bandung : Refika Aditama.
- Sears, D.O., Freedman, J.L. dan Pepalau, L.A. 1994. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Erlangga
- Willis, S.S. 2008. *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung : Alfabeta.