

DR. Elok Halimatus Sakdiyah, M. Si.
Dr. Muallifah, S. Psi., M.A.



..... *Best Practice*

KONSELING PRA-NIKAH

==== Berbasis Integrasi ====

Psikologi & Islam

———— Menuju ————

Keluarga Sakinah, Mawaddah, Warahmah



UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang



SFD
الصندوق السعودي للتنمية
Saudi Fund for Development

Best Practice Konseling Pra Nikah Berbasis Integrasi Psikologi & Islam
Menuju Keluarga Sakinah, Mawaddah, Warahmah
Elok Halimatus Sakdiyah, Muallifah
Copyright @UIN Maliki Press, 2020

Penulis : Elok Halimatus Sakdiyah dan Muallifah
Desain Isi : RGB Desain
Desain cover : RGB Desain
Ukuran : 15.5 cm x 23.5 cm.
ISBN : 978-623-232-729-0
Cetakan I : 2021

All rights reserved

Hak Cipta dilindungi oleh Undang-undang.

Dilarang memperbanyak sebagian atau keseluruhan isi buku ini dalam bentuk apa pun, baik secara elektronik maupun mekanik termasuk memfotocopy, merekam atau dengan sistem penyimpanan lainnya tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Diterbitkan pertama kali oleh:

UIN Maliki Press (Anggota IKAPI)

Unit Penerbitan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Jl. Gajayana 50 Malang 65144

Telp/Faksimile : (0341) 573225

E-mail : uinmalikipressredaksi@uin-malang.ac.id

Website : <http://malikipress.uin.malang.ac.id>

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami haturkan kehadiran Allah SWT atas Rahman, Rahim dan hidayahNya, sehingga kami bisa menyelesaikan buku dengan judul “Best Practice Konseling Pra nikah Berbasis Integrasi Psikologi & Islam Menuju Keluarga Sakinah, Mawaddah, Warahmah”. Tanpa hidayahNya kami sulit menyelesaikan buku ini sampai naik cetak. Shalawat dan salam tetap terhaturkan kepada Nabi dan panutan kita Nabi Muhammad SAW yang sudah memberikan *suri tauladan* kepada kita semua untuk meningkatkan kualitas ibadah dan berbagi kebaikan, termasuk berbagi ilmu melalui menulis buku.

Buku “Best Practice Konseling Pra nikah Berbasis Integrasi Psikologi & Islam Menuju Keluarga Sakinah, Mawaddah, Warahmah” ini disusun berdasarkan *need assessment* yang dilakukan oleh tim penulis melalui penelitian di lapangan sebagai panduan dan pedoman yang bisa diberikan kepada calon pasangan pengantin. Melalui buku ini diharapkan calon pengantin mampu memahami persiapan baik dalam konteks KeIslaman maupun Psikologi dalam membangun kehidupan berumah tangga. Selain itu, buku ini bukan hanya diperuntukkan kepada calon pasangan yang akan menikah, namun juga bisa menjadi sumber informasi dan menambah wawasan bagi pasangan pengantin yang sudah berumah tangga dalam kurun waktu yang sudah lama.

Beberapa subtansi yang dibahas dalam buku ini sebagai berikut:
(a) pentingnya melaksanakan konseling pra nikah, (b) membangun

pernikahan yang kokoh menuju keluarga sakinah, mawaddah warahmah, (c) mengembangkan kapasitas psikologis menuju keluarga sakinah, mawaddah, warahmah, (d) membangun komunikasi efektif pasangan dalam berumah tangga, (e) meningkatkan kemampuan pengasuhan pada orangtua atau pasangan suami istri.

Melalui berbagai subansi pembahasan dalam buku tersebut, diharapkan buku ini dapat memberikan manfaat kepada calon pasangan, maupun kepada pasangan suami istri dalam membangun rumah tangga dan melakukan pengasuhan kepada anak-anak. Hal ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mencapai kualitas keluarga sakinah, mawaddah warahmah.

Hanya mengharapkan ridha Allah SWT Tentu buku ini jauh dari kesempurnaan, sehingga perlu mendapat masukan yang membangun dari berbagai pihak. Akhirnya tim penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan sumbangsih, dukungan sehingga buku ini bisa selesai. kami selaku tim penulis tidak lepas dari kekurangan yang masih belajar untuk terus berkarya semoga memberikan rmanfaat. Amiiin.

Malang, Oktober 2020

Tim Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	vii
BAB I MEMAHAMI KONSEP KELUARGA SAKINAH, MAWADDAH, WA RAHMAH	1
A. Konsep Pernikahan Dalam Islam	1
B. Konsep Keluarga <i>Sakinah, Mawaddah, Warahmah</i>	4
1. Makna Keluarga Sakinah	4
2. Makna Keluarga Mawaddah	5
3. Makna Keluarga Warahmah	6
4. Ciri Keluarga Sakinah, Mawaddah, Warahmah.....	7
5. Peran Dan Fungsi Keluarga	9
1. Peran Keluarga	9
2. Fungsi Keluarga.....	10
6. Konsep Peranan dalam Rumah Tangga	11
C. Konsep Peran Suami dan Istri Dalam Rumah Tangga	12
1. Konflik Peran dan Solusinya.....	13
BAB II MEMBANGUN PERNIKAHAN MENUJU KELUARGA SAKINAH, MAWADDAH WA RAHMAH.....	15
A. Memilih Jodoh atau Pasangan Hidup	15
1. Memilih Calon Suami	16
a. Memiliki Agama dan Berakhlak Baik	16
b. Memiliki Kesehatan Jasmani dan Rohani	18
c. Bertanggung Jawab.....	18
2. Memilih Calon Istri	20

a.	Memilih perempuan karena agamanya.....	21
b.	Memilih perempuan karena keturunannya.....	22
c.	Memilih perempuan karena kesehatan rohani dan jasmani	22
d.	Menghindari pernikahan dengan kerabat atau saudara terdekat.....	23
B.	Meminang atau Lamaran	23
1.	Konsep Peminangan atau Melamar.....	23
2.	Hukum Meminang Atau Melamar	24
3.	Syarat-syarat meminang atau melamar.....	25
a.	Syarat <i>mustahsinah</i>	25
b.	Syarat <i>lazimah</i>	25
4.	Wali dalam Perkawinan	26
1.	Pengertian	26
2.	Syarat-syarat Wali	26
3.	Urutan Wali	28
5.	Akad perkawinan	28

BAB III MEMAHAMI KONSEP DAN PENTINGNYA KONSELING PRA NIKAH (PREMARITAL COUNSELING) 31

A.	Konsep Konseling Pra nikah.....	31
B.	Tujuan dilaksanakan Konseling Pra nikah	34
C.	Tahapan Melaksanakan Konseling Pra nikah.....	35
D.	Peran Konselor dan Kompetensi Konselor	37
E.	Konseling Pra nikah Prespektif Islam	39

BAB IV MENGEMBANGKAN KAPASITAS PSIKOLOGIS MENUJU KELUARGA SAKINAH, MAWADDAH WA RAHMAH.....43

A.	Meningkatkan Kesiapan Mental Calon Pasangan Menuju Pernikahan.....	43
----	--	----

B. Penguatan Komitmen Calon Pengantin Dalam Berumah Tangga	44
C. Strategi Memahami dan Menerima Perbedaan Pasangan.....	46
D. Strategi Manajemen Konflik dan <i>Problem Solving</i> dalam Berumah Tangga	48

BAB V MEMBANGUN KOMUNIKASI EFEKTIF PASANGAN DALAM BERUMAH TANGGA..... 53

A. Perbedaan Gaya Komunikasi Laki-laki dan Perempuan	54
1. <i>Single dan Multi Tasking</i>	54
2. Berorientasi Solusi dan Proses.....	54
3. Respon saat Dihadapkan Masalah atau Pilihan Sulit....	55
4. Menghitung dan Menimbang dalam Hubungan.....	56
5. Memerlukan Jeda Mandiri dalam Hubungan	56
6. Alasan Laki-laki dan Perempuan Bicara	56
7. Berkomunikasi dengan Kalimat Langsung.....	57
8. Dipercaya dan Diperhatikan.....	58
B. Kenali Bahasa Cinta Pasangan.....	60
C. Bahasa Cinta	60
D. Tips Memahami Bahasa Cinta Pasangan <i>Physical Touch</i>	64
E. Cara Menyampaikan Pesan Kepada Pasangan.....	64

BAB VI MENINGKATKAN KOMPETENSI PENGASUHAN PADA CALON PENGANTIN..... 67

A. Definisi dan Fungsi Pola Asuh Orangtua.....	68
B. Model dan Teori Pola Asuh dalam Perspektif Psikologi dan Islam	70
1) Model dan Teori Pengasuhan Baumrind	70
1) Authoritative Parenting.	72
2) Authoritarian Parenting.....	73
3) Neglectful Parenting.....	74

4) Indulgent Parenting.....	73
2. Pola Asuh Anak Dalam Perspektif Islam	78
3. Faktor Pendukung Dalam Terlaksanya Pola Asuh	83
a. Karakteristik Struktur Keluarga	83
b. Karakteristik Struktur Anak.....	84
c. Karakteristik Situasi Keluarga	84
C. Mengembangkan Berbagai <i>Soft Skill</i> Anak	85
1. Cara Mendorong Anak Anda.....	85
a) Bangun Hubungan Kepercayaan yang Kuat dengan Anak.....	87
b) Hilangkan Kata-Kata Yang Bisa Mematahkan Semangat Anak Anda.....	88
c) Menunjukkan Harapan-Harapan Yang Besar.....	91
d) Mendorong Anak Bukan “Menekan”	93
2. Cara Mengembangkan Berfikir Positif pada Anak	94
a. Definisi Berpikir Positif.....	94
b. Aspek-aspek berpikir Positif.....	95
c. Efek Berpikir Positif	98
d. Pembiasaan Berpikir Positif	100
D. Meningkatkan Rasa Percaya Diri Anak	101
a. Bangunlah Rasa Percaya Diri Pada Anak.....	104
1. Menghilangkan pengaruh negatif.	107
2. Pengakuan dan Penghargaan	108
3. Memanjakan diri.....	109
4. Memiliki Cara Pandang Diri dengan Baik.....	109
5. Biasakan bersikap positif	110
b. Tanamkan Pesan-Pesan Positif.....	112
c. Tunjukkan dan Katakan Kepada Anak Bahwa Mereka Penting	113
d. Hormati Pilihan Anak Anda.....	114

e.	Hilangkan Hal-Hal yang Akan Menjatuhkan Dan Membuat Mental Anak Anda Jatuh.....	116
E.	Menanamkan Sifat Optimis Pada Anak.....	118
1.	Konsep Optimis?	119
a.	Menunjukkan Kondisi Bahagia Dan Gembira.....	123
b.	Antusias	124
2.	Pentingkah Optimis bagi Anak untuk Mencapai Sukses?	125
3.	Cara Menanamkan Optimis pada Anak Anda	126
1.	Presentasi imajiner	127
2.	Tugas dalam situasi sebenarnya <i>(in vivo assignment)</i>	128
3.	Peniruan (<i>modelling</i>).....	129
4.	Situasi kelompok pendukung (<i>groups support setting</i>) ...	129
	DAFTAR PUSTAKA	131