

## PENGUATAN KAPASITAS PSIKOLOGIS PENDAMPING PASANGAN MUDA DALAM MEMBENTUK KAMPUNG SAKINAH DI KELURAHAN TUNJUNGSEKAR, LOWOKWARU, KOTA MALANG

<sup>1</sup>Istiadah, <sup>2</sup>Muallifah, dan <sup>3</sup>Fina Hidayati

<sup>1,2,3</sup> UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

<sup>1</sup>istihalim123@gmail.com

<sup>2</sup>aliefaha@gmail.com

<sup>3</sup>f.guidance@yahoo.com

### Abstract

*This community service aimed to increase the psychological capacity of a young couple's volunteer in forming a Sakinah family and how its implementation in Tunjungsekar Village of Malang. Through this community service, psychological capacity building training was also able to reduce the divorce rate in the village. The subject in this community service was the counselors / assistants of young couples, villager stakeholders who were able to assist and guide the community directly. Community service activities were conducted in four stages, preparation, implementation, evaluation and follow-up. Preparation was done by conducting need assessment through the IGD (Intensive Group Discussion) and observation to asses the condition of family in the village. Implementation was the training of counselors to understand psychological capacity and then followed by discussions, theoretical practices, and the formation of counselor management structure. While the evaluation activities and follow-up plan activities conducted to evaluate the understanding level of the participants in the material and to measure the success of mentoring program that was conducted by the counselors. The results of the training indicated that there is an improvement of psychological capacity of the village counselors and the assisting program to young couple families.*

**Keywords:** *Psychological Capacity, Sakinah Family, Counselor*

### Abstrak

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas psikologis pendamping/konselor pasangan muda dalam membentuk keluarga Sakinah di Kelurahan Tunjungsekar. Melalui pengabdian ini pelatihan peningkatan kapasitas psikologis juga mampu menurunkan angka perceraian di kelurahan Tunjungsekar. Subjek pendampingan dalam pengabdian ini para konselor/pendamping pasangan muda, stakeholder kelurahan yang mampu medampingi dan membimbing masyarakat secara langsung. Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui empat tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi serta *follow up* lanjutan. Persiapan dilakukan dengan *need assessment* melalui IGD (*Intensive Group Discussion*) dan observasi untuk mengetahui kondisi keluarga di Kelurahan Tunjungsekar. Pelaksanaan dilakukan dengan pelatihan kepada para pendamping/konselor tentang kapasitas psikologis yang harus dimiliki dilanjutkan dengan diskusi, praktik teori, pembentukan struktur pengurus pendamping/konselor. Sementara kegiatan evaluasi dan rencana

tindak lanjut kegiatan dilakukan untuk melihat tingkat pemahaman peserta pada materi dan melihat keberhasilan program pendampingan yang dilakukan oleh para pendamping/konselor. Hasil kegiatan pelatihan menunjukkan adanya peningkatan kemampuan kapasitas psikologis yang dimiliki oleh para pendamping dan terlaksananya proses pendampingan kepada keluarga pasangan muda di kelurahan Tunjungsekar dengan optimal.

**Kata Kunci:** Kapasitas Psikologis, Keluarga Sakinah, Konselor

## PENDAHULUAN

Keluarga merupakan bagian terkecil yang ada di dalam masyarakat. Kesejahteraan, baik dan buruknya masyarakat tercermin dari kondisi keluarga. Keluarga yang baik dan harmonis mewujudkan kondisi masyarakat yang aman dan sejahtera. Oleh karena itu, perhatian terhadap keluarga yang bahagia, harmonis dan sejahtera menjadi penting. Islam menyebut keluarga harmonis sebagai keluarga sakinah. Chadijah, (2018) menyebutkan indikator keluarga sakinah adalah sebagai berikut: (1) hubungan dekat dengan Allah SWT, (2) kasih sayang (*mawadah wa rahmah*), (3) komunikasi dan musyawarah, (4) toleran (*tasâmuh*) dan pemaaf, (6) adil dan persamaan, (7) sabar dan syukur. Melalui karakteristik demikian, pasangan bisa mencapai kebahagiaan dan keharmonisan dalam keluarga

Namun sebaliknya, keluarga yang tidak bisa mencapai *sakinah*, maka berdampak pada ketidakharmonisan, pertikaian bahkan pada akhirnya berujung pada perceraian. Tingkat perceraian di Indonesia ditengarai terus meningkat. Dewan Nasional untuk Kesejahteraan Keluarga Indonesia menyatakan secara resmi bahwa Indonesia telah mencapai tingkat perceraian tertinggi di antara negara-negara Asia Pasifik (Rahman, 2012) dan berdasarkan data dari Kementerian Agama tahun 2013, jumlah pernikahan sebanyak 2.218.130 di seluruh Indonesia, sementara tingkat perceraian dalam tahun yang sama mencapai 14,6 persen, atau 324 527 (Sasongko, 2014). Perceraian terjadi dalam berbagai latar belakang baik ekonomi atas dan bawah, pendidikan tinggi dan rendah serta masyarakat pedesaan dan perkotaan.

Pengadilan Agama Kota Malang mencatat selama tahun 2018 ada sebanyak 2.109 perkara perceraian. Angka perceraian di Malang Raya yang setiap tahun mengalami kenaikan. Hal ini menunjukkan tingkat kerentanan keluarga dalam interaksi antar pasangan bertambah. Berdasarkan data yang sudah dihimpun oleh IDN TIMES, diantara beberapa faktor yang menyebabkan perceraian, yakni: (1) faktor ekonomi sebanyak 394, (2) terjadi perselisihan secara terus-menerus antar pasangan sebanyak 401. Adapun yang paling banyak selama tahun 2018 ialah perceraian karena faktor ketidakcocokan,

kurang sependapat, jarang komunikasi dan percekocokan terus menerus dengan total 1.218 (jatim.idntimes.com, 17 Januari 2019).

Studi terdahulu menunjukkan bahwa pendidikan untuk berkeluarga baik sebelum pernikahan maupun setelah pernikahan terbukti efektif untuk mencegah perceraian, mengurangi percekocokan dan menambah kepuasan dalam perkawinan. Ada beberapa model pendidikan berkeluarga antara lain yang dinamakan PAIRS (*Practical Application of Intimate Relationship Skills*). Keyhandoost, M. A., & Namani, E. (2017) menemukan bahwa pelatihan pengayaan pernikahan melalui metode PAIRS dapat mengurangi konflik pernikahan pada siswa wanita yang sudah menikah. Selanjutnya model PREP (*Prevention and Relationship Education Program*) juga terbukti efektif (Reza Fallahchai, Maryam Fallahi & Lane L. Ritchie (2017). Ketiga, model MRE atau *Marriage and Relationship Education* juga efektif bukan hanya bagi masyarakat dengan ekonomi kelas atas tetapi juga bagi kelas bawah (Hawkins & Erickson, 2015; Hawkins, Blanchard, Baldwin, & Fawcett, 2008). Keempat, model RE atau *Relationship Education* umumnya efektif dalam menghasilkan keterampilan interpersonal dan kualitas hubungan (Halford WK, 2011; Carroll & Doherty (2003).

Studi terdahulu tersebut di atas menunjukkan perlunya upaya penguatan lembaga perkawinan melalui intervensi pendidikan. Dari observasi dan wawancara dengan pihak kelurahan diketahui bahwa Tunjungsekar mempunyai permasalahan perkawinan yang cukup kompleks dengan maraknya nikah sirri dan perceraian. Studi awal juga menunjukkan kelurahan ini mempunyai sumber daya manusia (SDM) berupa kader kelurahan yang sangat aktif dan antusias. Hal ini menjadi alasan utama untuk melakukan pendampingan peningkatan kapasitas psikologi bagi konselor keluarga pasangan muda untuk mewujudkan keluarga *sakinah*.

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan kompetensi psikologi yang dimiliki oleh pendamping keluarga pasangan muda dalam membentuk keluarga Sakinah.
2. Untuk Mengembangkan kemampuan komunikasi efektif pendamping/konselor keluarga pasangan muda.
3. Untuk mengetahui cara pendampingan dalam mengarahkan dan membuat perencanaan.
4. Untuk mengetahui cara mendampingi keluarga pasangan muda dalam mewujudkan keluarga *sakinah*.

Setelah program pengabdian ini dilakukan, maka diharapkan masyarakat yang didampingi mampu meningkatkan kapasitas psikologis untuk mencapai

keluarga *sakinah*. Adapun indikator yang diharapkan selama proses pendampingan dalam program *action research* ini adalah:

1. Meningkatkan kesadaran bahwa keluarga *sakinah* merupakan tujuan utama dalam rumah tangga yang harus diusahakan pencapaiannya.
2. Masyarakat mampu menyadari perlu menguasai dan meningkatkan kapasitas psikologis yang dibutuhkan dalam mencapai keluarga *sakinah*.
3. Masyarakat mampu merumuskan dan mengaplikasikan berbagai kapasitas psikologis yang diketahui dan dikuasai dalam mewujudkan keluarga *sakinah*.
4. Masyarakat mampu menganalisa dan menyelesaikan problematika keluarga yang dialami dalam rumah tangga.
5. Masyarakat memiliki strategi penyelesaian masalah dari setiap masalah yang dialami dalam rumah tangganya
6. Kampung Sakinah mampu menjadi *role model* bagi kelurahan lainnya dalam mewujudkan keluarga *sakinah*, *mawaddah warahmah* dan mengurangi angka perceraian.

### **Konsep Keluarga Sakinah**

Secara psikologis, keluarga difahami sebagai dua orang yang berjanji hidup bersama untuk berkomitmen untuk menjalani hidup bersama, menjalankan tugas dan kewajiban bersama-sama, terdapat ikatan dan kedekatan antara keduanya. Pernikahan merupakan langkah awal untuk membentuk keluarga dan mengikat sebagai suami dan istri. Secara sistem sosial keluarga dimaknai sebagai kelompok paling kecil dalam masyarakat, minimal terdiri dari suami dan istri atau ibu, bapak dan anak-anak. Kebahagiaan dan kesejahteraan masyarakat dipengaruhi oleh kondisi kebahagiaan yang dirasakan dalam setiap keluarga kecil. Seorang ahli sosial William J. Goode (2007) menjelaskan keluarga sebagai suatu unit sosial yang ekspresif atau emosional, ia bertugas sebagai struktur sosial yang lebih besar, kesemua institusi dan agensi lain bergantung kepada sumbangannya. Misalnya, peran yang dilakukan oleh setiap anggota keluarga menjadi cermin peran yang ditunjukkan dalam segmen masyarakat.

Keluarga *sakinah* dapat berarti keluarga yang tangguh dan di dalamnya setiap anggota menemukan ketenangan dan ketenteraman jiwa. Keluarga *Sakinah* tidak lain adalah keluarga yang bahagia lahir batin, diliputi cinta kasih *mawaddah dan rahmah* (Subhan, 2004:6). Merujuk dari definisi keluarga tersebut, keluarga *sakinah* dipahami sebagai satu kesatuan dengan istilah keluarga *sakinah*, *mawaddah wa rahmah*. Ketiganya memiliki makna yang berbeda, tetapi menjadi tujuan yang sama. *Sakinah* dalam bahasa arab sering dimaknai sebagai ketenangan diri, ketentraman hati dan kenyamanan yang

dirasakan oleh pasangan dalam rumah tangga. Kemudian *mawaddah* diartikan sebagai rasa cinta, senang, gairah yang ada dalam diri laki-laki sebagai suami terhadap istrinya atau sebaliknya. Selanjutnya *warahmah* di maknai sebagai rasa kasih sayang, belas kasihan yang dirasakan oleh pasangan suami istri dalam membangun rumah tangga (Chadijah, 2018; Musthofa, 2001). Dengan demikian, keluarga *sakinah* ialah kondisi sebuah keluarga yang sangat ideal yang terbentuk berlandaskan Al-Quran dan Sunnah untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

### **Aspek-aspek untuk mewujudkan Keluarga Sakinah**

Beberapa pakar memetakan aspek-aspek untuk menuju keluarga sakinah. Musthofa (2001) berpendapat ada lima aspek dalam mewujudkan keluarga *sakinah* yaitu: (1) Mewujudkan kehidupan keberagamaan dalam keluarga, (2) Peningkatan pengetahuan agama, dengan memiliki semangat untuk mempelajari, memahami dan memperdalam ajaran Islam, (3) perhatian terhadap masalah kesehatan keluarga, pentingnya saling menjaga kesehatan dalam keluarga (4) ekonomi keluarga tercukupi, suami dan istri mempunyai penghasilan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan di dalam keluarga. Artinya keluarga mampu melakukan manajemen untuk mengatur keuangan, (5) hubungan keluarga yang harmonis, ditandai dengan terciptanya hubungan suami-istri yang saling mencintai, menyayangi, saling membantu, menghormati, saling terbuka dan bermusyawarah bila mempunyai masalah (Musthofa, 2001).

Sedangkan Syahrin Harahap (1996:164) merumuskan aspek-aspek keluarga bahagia (*sakinah*) sebagai berikut: a). Saling menghormati dan saling menghargai antara suami isteri, sehingga terbina kehidupan yang rukun dan damai. b). Setia dan saling mencintai sehingga dapat dicapai ketenangan dan keamanan lahir batin yang menjadi pokok kekalnya hubungan. c). Mampu menghadapi segala persoalan dan segala kesukaran dengan arif dan bijaksana, tidak terburu-buru, tidak saling menyalahkan dan mencari jalan keluar dengan kepala dingin. d). Saling mempercayai, tidak melakukan hal yang menimbulkan kecurigaan dan kegelisahan. e). Saling memahami kelebihan dan kekurangan. f). Konsultatif dan musyawarah, tidak segan minta maaf jika bersalah. g). Tidak menyulitkan dan menyiksa pikiran tetapi secara lapangdada dan Dapat mengusahakan sumber penghasilan yang layak bagi seluruh keluarga. i). Semua anggota keluarga memenuhi kebahagiaannya. j). Menikmati hiburan yang layak.

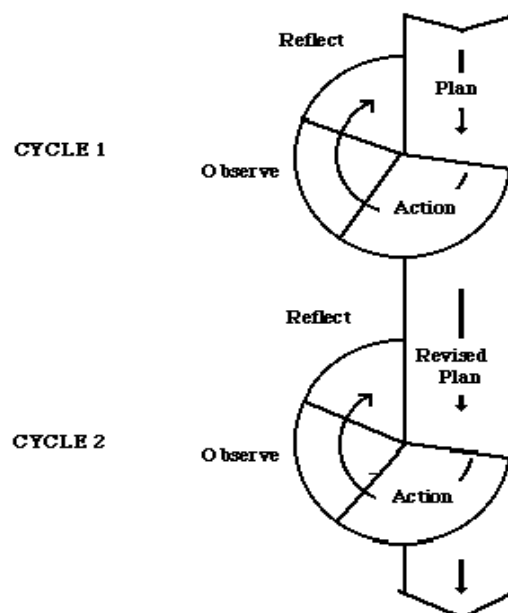
Dari aspek-aspek keluarga sakinah tersebut di atas bisa didintisarikan berapa materi penting yaitu keagamaan, kesehatan ekonomi dan psikologi. Oleh karena itu, perlu adanya pendampingan secara intensif untuk menanamkan dan memperkuat agar tercapai keluarga yang sakinah, mawaddah, warahmah. Selain itu, pendampingan oleh tokoh masyarakat atau

konselor keluarga di kelurahan bukan hanya bertugas untuk mendampingi menjadi keluarga *sakinah, mawaddah warahmah*, melainkan membantu mendampingi meningkatkan kemampuan pasangan suami istri untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah di dalam rumah tangga.

## METODE PENELITIAN

Untuk mencapai kondisi masyarakat dampingan menjadi lebih baik, maka model pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode PAR (*Participatory Action Research*). Berdasarkan Metode *action research* ini proses pendampingan dilakukan untuk membantu masyarakat agar bisa berubah sesuai dengan keinginan, harapan dan tujuan yang mereka harapkan. Artinya masyarakat bukan hanya dijadikan sebagai objek dampingan yang pasif dan tidak memiliki inisiatif. Justru melalui pendampingan PAR ini mengajak masyarakat bersama-sama untuk menentukan tujuan dan mengidentifikasi masalah di lapangan, dilanjutkan dengan merumuskan harapan yang ingin dicapai selama kegiatan pendampingan yang dilakukan oleh UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terhadap masyarakat.

Adapun strategi yang digunakan dalam melakukan *action research* ini adalah menggunakan metode yang dikemukakan oleh O'Brien (2001) yang dapat digambarkan sebagai berikut:



**Skema 1: Simple Action Research Model**

*Participatory Action Research* (PAR) ini bermanfaat untuk memfasilitasi dan memotivasi agar masyarakat dampingan mampu:



1. Memahami bahwa mereka memiliki potensi dan pengetahuan untuk dikembangkan mendampingi pasangan keluarga menjadi keluarga *sakinah mawaddah, warahmah*.
2. Memahami kelemahan mereka dalam melakukan pendampingan kepada masyarakat atau keluarga pasangan muda.
3. Melakukan perencanaan untuk mengatasi masalah selama melakukan proses pengabdian kepada masyarakat

Pada hakikatnya prinsip pendampingan dalam metode PAR ini adalah pendampingan yang menjadikan subjek pendampingan bukan menjadi subjek yang pasif mendapatkan perlakuan perubahan, melainkan mereka dilibatkan secara aktif untuk melakukan perubahan sesuai dengan yang mereka miliki. Dalam hal ini peneliti sebagai fasilitator yang membantu mendampingi, merumuskan, namun berkaitan dengan merencanakan langkah sampai pada pembuatan program melibatkan masyarakat produktif. Hal ini tentunya berkaitan dengan kemampuan menyelesaikan masalah berdasarkan potensi yang dimiliki masyarakat dalam melakukan pendampingan pada pasangan muda untuk mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*.

Oleh karena itu, untuk mewujudkan masalah demikian maka dilakukan beberapa langkah berikut:

Pertama, perencanaan (*plan*). Pada tahap ini tim dari perguruan tinggi bersama masyarakat subjek dampingan merencanakan dan menentukan langkah untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dalam hal ini masyarakat ingin mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah warahmah*, mengurangi angka perceraian dan menjadikan kelurahan Tunjungsekar sebagai kampung Sakinah. Pada tahap perencanaan ini para subjek dilibatkan untuk mengidentifikasi potensi yang dimiliki masyarakat, baik berupa pengetahuan maupun hubungan kedekatan antar masyarakat. Demikian juga kekurangan yang dimiliki masyarakat.

Kedua, Pelaksanaan (*act*). Pelaksanaan tindakan merupakan implementasi dari rencana yang sudah disusun. Dalam rangka untuk mewujudkan keluarga ASMARA, beberapa strategi dilakukan dalam pelaksanaan ini, diantaranya, melakukan IGD (*intensive group discussion*) yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat ke beberapa stakeholder di kelurahan dan masyarakat pendamping di lapangan. Kegiatan perencanaan ini untuk merumuskan kegiatan apa saja yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat di kelurahan Tunjungsekar. Melalui tahap perencanaan yang dilakukan bersama masyarakat ini disusunlah kegiatan pelatihan, pendampingan pembentukan tim konselor keluarga pasangan muda. Dalam tahap ini masyarakat terlibat secara aktif dan langsung untuk mengimplementasikan perencanaan yang sudah dilakukan bersama.

Ketiga, observasi (*observation*). observasi dilakukan bersama masyarakat secara partisipatoris. Pengamatan dilakukan dalam rangka untuk mengevaluasi dan mengukur progres yang dilakukan oleh masyarakat. Artinya pengamatan ini dimaksudkan untuk melihat dan mengevaluasi bersama apakah proses yang dilakukan sudah mencapai keberhasilan dalam melakukan pendampingan kepada keluarga muda untuk mencapai keluarga sakinah, mawaddah warahmah. Sehingga dalam tahapan ini kita sebagai tim pengabdian memahami bahwa program yang kita lakukan berhasil atau gagal serta mengetahui kelemahan dan strategi pendampingan para konselor yang diterapkan di lapangan.

Keempat, Refleksi (*reflection*). Tahapan ini dilakukan untuk mengukur keberhasilan dan merevisi tindakan. Tindakan ini dilakukan sebagai pijakan untuk melakukan tindakan berikutnya melalui siklus berikutnya. Refleksi dan evaluasi ini akan kembali pada perencanaan (*plan*) seperti pada poin pertama untuk menyelesaikan masalah atau halangan masyarakat dalam memberikan pendampingan untuk mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah warahmah* dan mewujudkan kampung sakinah sebagai *role model* bagi kelurahan lainnya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui melalui metode PAR (*Participatory Action Research*) dengan berbagai teknik yang menghasilkan beberapa hasil temuan sebagai berikut:

Pertama, *Intensive Group Discussion* (IGD) untuk memahami dan mengakomodir kebutuhan dan permasalahan yang dialami oleh pihak *stakeholder* kelurahan Tunjungsekar dan masyarakat dampingan. Kegiatan IGD ini dilakukan untuk menformulasikan bersama model pendampingan keluarga menuju keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*. Kegiatan IGD (*Intensive Group Discussion*) tersebut menghasilkan informasi lebih lanjut berkaitan dengan problematika yang ada di masyarakat sampai pada tujuan *stakeholder* untuk mewujudkan kelurahan Tunjungsekar sebagai kampung *sakinah* yang bisa menjadi percontohan dari kelurahan lainnya. Sehingga melalui kegiatan IGD ini selanjutnya menghasilkan usulan kegiatan pelatihan yang diasumsikan mampu mewujudkan keluarga *sakinah*.

Kedua, pelatihan penguatan kapasitas psikologis bagi pendamping pasangan muda dalam membentuk kampung ASMARA (*As-Sakinah, Mawaddah, Warahmah*). Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan secara integratif antara keilmuan psikologi dan keagamaan. Dari bidang keagamaan jelas untuk mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah* pasangan suami istri harus memahami dasar keilmuan agama yang berumber dari Al-Quran dan Hadits agar semua yang dilakukan dalam rumah tangga, hak dan



kewajiban antara suami dan istri bisa dilaksanakan sesuai dengan tuntunan agama. Diantaranya analisis dan tuntunan kegamaan yang perlu diperhatikan dalam rumah tangga ketika menginginkan rumah tangga dan keluarga bahagia serta mencapai *sakinah, mawaddah warahmah* diantaranya:

- (1) Pasangan adalah berfungsi sebagai *Libas* yang sudah ditentukan oleh Allah. Maksudnya *libas* mengacu pada definisi pakaian. Artinya pasangan suami istri berfungsi sebagai pakaian antara satu dengan yang lainnya. Diantara fungsinya yakni sebagai: penghias antara suami istri, melindungi dari dingin dan panas serta yang lebih penting lagi pakaian berfungsi sebagai penutup aib antara suami dan istri yang saling menjaga dan menutupi kekurangan pasangan masing-masing.
- (2) Dalam berumah tangga komunikasi dan interaksi menjadi kunci mencapai kebahagiaan. Oleh karena itu lakukan interaksi dengan: (1) berkata yang baik atau diam, (2) jangan memperolok, (3) jangan ada syak wasangka. Ketika 3 hal tersebut dilakukan dengan baik, maka interaksi dan komunikasi di dalam rumah tangga menjadi hal penting untuk mencapai keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*.
- (3) Pasangan yang mengikuti petunjuk Allah, maka tidak pernah merasa sedih. Hal ini sesuai dengan penjelasan dalam Al-Qur'an, yakni "maka barang siapa mengikuti petunjukKu, tidak ada rasa takut pada mereka dan mereka tidak bersedih hati". Artinya siapapun yang mengikuti petunjuk dan mematuhi semuanya pasti Allah akan memudahkan langkah orang tersebut. Hal ini juga berkaitan dengan perintah Taqwa. Barang siapa yang bertaqwa kepada Allah, maka Allah akan memberikan jalan keluar (56 : 2-3-4).
- (4) Membiasakan dalam keluarga untuk selalu bersyukur dan bersabar. Apapun atau berapapun yang dihasilkan dan diberikan suami, maka istri juga harus mensyukurinya, demikian juga sebaliknya. Karena semakin pasangan merasa bersyukur, maka semakin menambah ketenangan dan Allah juga berjanji untuk memberikan nikmat yang berlimpah dan bertambah.

Melalui berbagai panduan yang berprinsip dalam Islam seperti di atas, diharapkan setiap pasangan mampu menemukan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*. Melalui prinsip agama tersebut, pasangan juga tidak mudah bertindak dengan emosional, saling menghargai, melakukan kewajiban dan memperoleh hak dalam rumah tangga secara seimbang.

Selanjutnya analisis pendampingan yang lain adalah menggunakan perspektif psikologi. Dalam hal ini lebih mengarah pada pemberian peningkatan kapasitas psikologi kepada para pendamping/konselor keluarga

pasangan muda dalam mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*. Adapun beberapa kapasitas psikologi tersebut sebagai berikut:

- (1) *Building Good Rapport*. Kapasitas pertama yang harus dimiliki oleh seorang pendamping atau konselor adalah kemampuan dalam membangun hubungan baik atau *good rapport*. Ketika pendamping/konselor mampu berinteraksi dan berhubungan dengan baik dengan masyarakat atau keluarga ditinggal, maka konselor lebih mudah dalam melakukan pendampingan dalam membantu merumuskan keluarga *sakinah* maupun mendampingi dalam menyelesaikan masalah. Untuk membangun hubungan baik tersebut, maka ciptakan kenyamanan dan hubungan positif di awal serta perhatikan apa yang dikeluhkan serta dirasakan oleh masyarakat ditinggal.
- (2) *Trust Building* Dalam Pendampingan Keluarga *sakinah*. Selama melakukan pendampingan diharapkan para pendamping/konselor mampu membangun rasa percaya antara konselor dengan keluarga yang ditinggal. Dengan adanya rasa percaya terhadap pendamping dan keluarga yang ditinggal, maka berdampak pada kenyamanan saat proses melakukan konseling. Selain itu, masalah yang akan diceritakan kepada pendamping bisa dengan lebih terbuka terarah.
- (3) Menjadi *Active Listener*. Kemampuan menjadi pendengar aktif (*active listener*) merupakan salah satu modal yang harus dimiliki oleh pendamping atau konselor untuk mendengarkan sepenuhnya keluhan atau apapun yang dirasakan oleh keluarga muda yang ditinggal. Karena menjadi pendengar aktif juga memiliki kemampuan merespon kepada orang yang ditinggal. Melalui kemampuan mendengarkan secara aktif, pendamping mampu berperan sebagai konselor yang baik dan dapat dipercaya, karena setelah mendengarkan, merespon sampai pada merumuskan solusi dari persoalan rumah tangga yang dikeluhkan oleh pasangan muda sebagai masyarakat yang ditinggal. Oleh karena itu, kemampuan menjadi pendengar aktif menjadi salah satu kemampuan yang penting dimiliki oleh setiap konselor keluarga muda menuju keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*.
- (4) *Empathy and Understanding*. Kemampuan berempati dan memahami adalah sebuah kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, sehingga melalui kemampuan memahami dan merasakan tersebut selanjutnya memunculkan tindakan atau usaha untuk membantu orang tersebut. Oleh karena itu, berempati merupakan salah satu kemampuan yang harus dimiliki oleh seorang konselor. Karena ketika pendamping/konselor memiliki sifat demikian berdampak pada kemampuan membantu dan mendampingi masyarakat lebih maksimal

dan tanpa pamrih. Pendamping memiliki empati yang tinggi, juga berdampak pada sikap cepat respon dalam mendampingi terhadap masalah yang didampingi dari kasus pada keluarga muda menuju keluarga ASMARAH.

Komunikasi. Kemampuan melakukan komunikasi menjadi syarat penting yang juga dimiliki oleh seorang pendamping atau konselor keluarga muda. Komunikasi berpengaruh pada tingkat kualitas layanan pendampingan yang dilakukan konselor terhadap pasangan muda untuk mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah warahmah*. Melalui komunikasi yang interaktif, maka proses pendampingan berjalan secara efektif.

Ketiga, diskusi. Diskusi merupakan salah satu kegiatan yang dilakukan setelah pemberian materi peningkatan kapasitas psikologi kepada para pendamping/konselor keluarga pasangan muda. Dalam diskusi tersebut beberapa pendamping menanyakan dan mengungkapkan beberapa masalah keluarga yang mereka dampingi. Diantara masalah tersebut berkaitan dengan perselingkuhan, KDRT dan adanya masalah kurang menghargai antara suami dan istri. Diskusi tersebut memberikan informasi beberapa alternatif solusi yang bisa dilakukan oleh para pendamping. Melalui tukar pengalaman mereka bisa saling mendapatkan pengetahuan untuk menguatkan keluarga.

Keempat, sesi praktik. Materi merupakan salah satu kegiatan yang mendukung tingkat pemahaman kapasitas psikologi yang sudah disampaikan oleh para pemateri. Kegiatan praktik ini berdasarkan dari usulan atau permintaan pendamping sebagai peserta pelatihan yang bertujuan untuk memberikan simulasi dan praktik secara langsung dari teori yang sudah diberikan oleh para nara sumber. Selain itu, melalui kegiatan praktik ini juga sekaligus memilih pendamping yang vokal untuk dijadikan sebagai ketua tim pendamping atau konselor keluarga *sakinah*. Berdasarkan dari kegiatan diskusi, pendamping selaku peserta mengungkapkan bahwa mereka lebih mudah memahami teori dan terwujudkan gambaran berkaitan dengan praktik konseling dalam mendampingi keluarga muda. Pendamping merasa memiliki *skill* baru yang bisa dipraktikkan ketika mendampingi keluarga untuk mewujudkan keluarga *sakinah, mawaddah warahmah*. Melalui praktik, masyarakat juga sambil *sharing* beberapa masalah yang sudah didampingi dari keluarga di masyarakat, sehingga langsung bisa dijadikan sebagai media untuk saling *sharing* solusi antar pendamping.

Kelima, Pembentukan Komunitas dan Struktur Para Konselor Keluarga Sakinah. Tujuan kegiatan ini adalah sebagai tindak lanjut dari proses pendampingan dan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh tim dari UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Bentuk tindak lanjut yakni

memperkuat struktur pengurus pendamping atau konselor keluarga muda dalam mewujudkan keluarga *sakinah*. Melalui komunitas pendamping atau konselor tersebut, maka pendampingan dan konseling yang dilakukan juga teratur dengan baik. Selanjutnya melalui komunitas tersebut juga diharapkan pendamping atau konselor bisa mendampingi lebih optimal dan terkoordinir dengan baik. Bahkan untuk meningkatkan efektifitas komunikasi maka komunitas konselor *sakinah* dengan membentuk *WA group*. Melalui *WA group* ini komunikasi antar pendamping/konselor keluarga menjadi lebih efektif dan mudah dalam melakukan *sharing* solusi

Keenam, Pendampingan Konselor Keluarga Muda Menuju Kampung *Sakinah*. Setelah dibentuk struktur komunitas para pendamping/konselor, maka tindak lanjut berikutnya yang dilakukan adalah dengan melakukan pendampingan oleh tim pengabdian UIN Maulana Malik Ibrahim Malang kepada konselor keluarga muda. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah melalui adanya komunitas para konselor berdampak pada pengurangan angka perceraian dan terbentuknya keluarga *sakinah*, *mawaddah*, *warahmah*. Pendampingan yang dilakukan oleh tim pengabdian UIN Maulana Malik Ibrahim Malang melalui komunikasi dan koordinasi bersama tim konselor terutama bersama dengan koordinator dan pihak kelurahan. Selain itu, melalui pendampingan ini juga dimaksudkan agar para konselor jika mengalami kendala di lapangan bisa saling *sharing* solusi dengan tim pengabdian. Hal ini demi keberhasilan tujuan yang diinginkan untuk mewujudkan keluarga *sakinah*, *mawaddah*, *warahmah*, karena memang tim pendamping/konselor tidak memiliki latar belakang pendidikan sebagai konselor.

Kegiatan yang terakhir adalah observasi, monitoring dan evaluasi. Tim pengabdian masyarakat UIN Maulana Malik Ibrahim Malang bersama *stakeholder* kelurahan dan tim konselor melakukan observasi, monitoring dan evaluasi secara bersama-sama. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah rencana pengabdian sampai pada pelaksanaan menemukan kendala dan masalah untuk mencapai hasil yang diinginkan. Selain itu, melalui kegiatan evaluasi dan monitoring ini juga dilihat seberapa banyak keberhasilan yang dicapai oleh masyarakat dalam mewujudkan keluarga *sakinah*, *mawaddah*, *warahmah* dan menjadi kampung percontohan. Sehingga melalui kegiatan ini meskipun kegiatan berlaku *sustainability* nya, namun tetap dilakukan monitoring untuk mengetahui keberhasilan dan kendala yang dialami oleh para konselor dalam mendampingi masyarakat. Salah satu bentuk kegiatan evaluasi dan monitoring dilakukan melalui *WhatsApp group* Konselor Keluarga *Sakinah*.

## KESIMPULAN

Selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan diketahui oleh tim pengabdian UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sebenarnya kelurahan Tunjungsekar merupakan salah satu kelurahan yang strategis. Hal ini menjadi modal penting jika memang keinginan *stakeholder* menjadikan Tunjungsekar sebagai kelurahan *role model* dalam mengembangkan kampung Sakinah. Secara potensial SDM (Sumber Daya Manusia) kader kelurahan yang bersemangat tinggi dan memiliki empati dan mau siap dilatih, sehingga berpotensi menjadi pendamping yang baik. Tunjungsekar dengan penduduk asli termasuk kategori pendidikan menengah ke bawah, sehingga didapatkan data, masih banyak kasus masyarakat yang menikah usia muda, menikah siri karena kurangnya wawasan, dan banyaknya kasus perceraian dengan penyebab faktor internal dalam rumah tangga.

Oleh karena itu pelatihan dan pendampingan kepada para konselor berfokus pada: (1) cara bagaimana mewujudkan dan meningkatkan kualitas keluarga *sakinah, mawaddah, warahmah*. (2) pelatihan peningkatan kapasitas psikologi konselor/pendamping keluarga muda untuk mewujudkan keluarga Sakinah, (3) Praktik dan pendampingan para konselor untuk mendapatkan hasil pendampingan kepada masyarakat lebih optimal, (4) Pembentukan struktur pengurus pendamping/konselor keluarga muda secara struktural di Kelurahan, (5) dan pembentukan komunitas *WhatsApp* konselor keluarga sakinah. Dari temuan ini direkomendasikan adanya tindak lanjut kegiatan agar struktur organisasi kampung *sakinah* bisa berjalan secara efektif. Perlu juga pengkaderan *counselor* muda untuk mempersiapkan tongkat estafet kepemimpinan dalam struktur kampung *sakinah*. Materi penting yang perlu diberikan dalam *capacity building* berikutnya adalah kesehatan reproduksi dan literasi keuangan keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aldridge, S., & Rigby, S. (2001). *Counselling Skills in Context*, 25–28.
- Bor, R., & Watts, M. (1993). *Counselling in general practice. BMJ (Clinical research ed.)* (Vol. 306). <https://doi.org/10.1136/bmj.306.6874.391>
- Carroll, J., & Doherty, W. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations*, 52, 105-118.
- Chadijah, S. (2018). Karakteristik Keluarga Sakinah dalam Islam, *14*(1), 113–129.



- Goode . William J. (2007). *Sosiologi Keluarga*. Yogyakarta : Bumi Aksara
- Halford, WK. (2011) *Marriage and Relationship Education: What Works and How to Provide It*.
- Harahap, Shahrin. 1996. Islam Dinamis Menegakkan Nilai-Nilai Ajaran al-Qur'an dalam Kehidupan Modern di Indonesia. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Hawkins, A. J., Blanchard, V. L., Baldwin, S. A., & Fawcett, E. B. (2008). Does marriage and relationship education work? A meta-analytic study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(5), 723–734
- Hawkins,A.J.,&Erickson,S.E.(2015). Is couple and relationship education effective for lower income participants? A meta-analytic study. *Journal of Family Psychology*, 29(1), 59–68. <https://doi.org/10.1037/fam0000045>
- Jones, N. (2012). *Pengantar Keterampilan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Keyhandoost, M. A., & Namani, E. (2017). A Psychological Study on the Effectiveness of Marriage En-richment Training through PAIRS Method in Marital Conflicts. *Advances in Applied Sociology*, 7, 172-180.
- Lubis, L. N., 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana
- Musthofa, A. (2001). *Untaian Mutiara Buat Keluarga*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Reza Fallahchai, Maryam Fallahi & Lane L. Ritchie (2017) The Impact of PREP Training on Marital Conflicts Reduction: A Randomized Controlled Trial With Iranian Distressed Couples, *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 16:1, 61-76,
- Subhan, Zaitunah. 2005. *Membina Keluarga Sakinah*. Yogyakarta: LKiS.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rajawali Press.