

## **Penguatan Ketahanan Keluarga melalui Edukasi Nilai Sakinah di Kalangan Muslimat NU Dsn. Jogolewon Ds. Bagorwetan Kec. Sukomoro Kab. Nganjuk**

**Aiful Huda, Anisatul Badi'ah, Juni Iswanto, Vilasofia Yustikasari<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>STAI Darussalam Nganjuk

E-mail: [aviv.huda18@gmail.com](mailto:aviv.huda18@gmail.com), [anisatulbadiah72@gmail.com](mailto:anisatulbadiah72@gmail.com), [juniiswanto14@gmail.com](mailto:juniiswanto14@gmail.com), [vilasofia33@gmail.com](mailto:vilasofia33@gmail.com)

### **ABSTRACT**

Family resilience is a critical foundation for the establishment of a harmonious, prosperous, and civilized society. However, social dynamics and the complexity of roles within modern families often generate various challenges, particularly in the areas of communication and marital relationships. Recent studies indicate that the inability of families to manage conflict, along with a limited understanding of religious values, significantly contributes to the vulnerability of families in Indonesia. At the same time, the concept of *keluarga sakinah* in Islamic thought, which is grounded in the principles of *sakinah*, *mawaddah*, and *rahmah*, provides a value-based framework that can strengthen family harmony and resilience. In response to these needs, this community engagement program was conducted in collaboration with the Jam'iyah Muslimat NU of Jogolewon Hamlet, as recommended by the Religious Counselor of the Sukomoro Office of Religious Affairs (KUA), who identified the continuing need for family assistance in improving communication and parenting quality. The program aims to provide a comprehensive understanding of the concept of *keluarga sakinah*, to enhance skills in effective communication and emotional regulation, and to strengthen the role of women as key agents in family development. Through educational and participatory approaches, this initiative contributes to increasing the capacity of women to build harmonious and resilient families. For the community of Jogolewon Hamlet, the program is expected to strengthen family relationships and encourage the creation of a more conducive social environment. For the academic community, this activity enriches the collection of research-based best practices in community service related to family resilience and Islamic values.

**Keywords:** family resilience, *keluarga sakinah*, effective communication, Muslimat NU, community empowerment

### **ABSTRAK**

Ketahanan keluarga merupakan landasan penting bagi pembentukan masyarakat yang harmonis, sejahtera, dan beradab. Namun, dinamika sosial dan kompleksitas peran dalam keluarga modern seringkali menimbulkan berbagai tantangan, khususnya di bidang komunikasi dan hubungan perkawinan. Studi terkini menunjukkan bahwa ketidakmampuan keluarga dalam mengelola konflik, bersama dengan pemahaman yang terbatas tentang nilai-nilai agama, secara signifikan berkontribusi pada kerentanan keluarga di Indonesia. Pada saat yang sama, konsep keluarga sakinah dalam pemikiran Islam, yang berlandaskan prinsip-prinsip sakinah, mawaddah, dan rahmah, menyediakan kerangka kerja berbasis nilai yang dapat memperkuat keharmonisan dan ketahanan keluarga. Menanggapi kebutuhan tersebut, program keterlibatan masyarakat ini dilaksanakan bekerja sama dengan Jam'iyah Muslimat NU Dsn Jogolewon, sebagaimana direkomendasikan oleh Kantor Urusan Agama (KUA) Sukomoro, yang mengidentifikasi kebutuhan berkelanjutan akan bantuan keluarga dalam meningkatkan komunikasi dan kualitas pengasuhan anak. Program ini bertujuan untuk memberikan

pemahaman komprehensif tentang konsep keluarga sakinah, meningkatkan keterampilan dalam komunikasi yang efektif dan pengaturan emosi, serta memperkuat peran perempuan sebagai agen kunci dalam pengembangan keluarga. Melalui pendekatan pendidikan dan partisipatif, inisiatif ini berkontribusi untuk meningkatkan kapasitas perempuan dalam membangun keluarga yang harmonis dan tangguh. Bagi masyarakat Dsn Jogolewon, program ini diharapkan dapat memperkuat hubungan keluarga dan mendorong terciptanya lingkungan sosial yang lebih kondusif. Bagi komunitas akademis, kegiatan ini memperkaya koleksi praktik terbaik berbasis penelitian dalam pelayanan masyarakat yang berkaitan dengan ketahanan keluarga dan nilai-nilai Islam.

**Keywords:** *ketahanan keluarga, keluarga sakinah, komunikasi efektif, Muslimat NU, pemberdayaan masyarakat*

## PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memegang peranan fundamental dalam membangun masyarakat yang stabil dan berkeadaban. Melalui keluarga, nilai-nilai moral, sosial, dan spiritual diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya. Karena itu, ketahanan keluarga menjadi fondasi utama dalam menjaga kualitas kehidupan sosial secara berkelanjutan. Ketahanan keluarga sendiri dipahami sebagai kemampuan keluarga untuk bertahan, beradaptasi, serta menyelesaikan konflik secara konstruktif ketika menghadapi tekanan hidup. Penelitian mutakhir di Indonesia menunjukkan bahwa keluarga dengan ketahanan emosional dan spiritual yang kuat memiliki kemampuan lebih besar dalam menciptakan pola asuh positif, relasi yang sehat, serta lingkungan psikososial yang stabil bagi anak-anak.<sup>1</sup> Dalam masyarakat yang mengalami dinamika sosial-ekonomi cepat seperti Indonesia, ketahanan keluarga tidak hanya menjadi kebutuhan, tetapi turut menentukan stabilitas sosial secara makro.

Dalam khazanah pemikiran Islam, konstruksi mengenai keluarga yang ideal termaktub dalam konsep keluarga sakinah, yakni keluarga yang dibangun atas dasar sakinah (ketenangan), mawaddah (cinta), dan rahmah (kasih sayang). Konsep ini bersifat komprehensif: tidak hanya menekankan aspek spiritual, tetapi juga menyentuh dimensi psikologis dan sosial dalam hubungan suami-istri dan pengasuhan anak. Djuned dan Husna menyebut bahwa Al-Qur'an memberikan panduan sistematis tentang struktur keluarga ideal, termasuk bagaimana relasi suami-istri semestinya dibangun atas prinsip keseimbangan, keadilan, serta penghormatan timbal balik.<sup>2</sup> Studi lain menegaskan bahwa konseling pernikahan berbasis nilai sakinah-mawaddah-rahmah sangat relevan untuk keluarga modern, terutama dalam menghadapi tekanan ekonomi, perubahan pola interaksi, dan meningkatnya kompleksitas peran domestik.<sup>3</sup> Nilai-nilai ini menyediakan panduan moral sekaligus pedoman praktis dalam membangun hubungan keluarga yang damai dan berorientasi pada kasih sayang.

Salah satu persoalan utama yang kerap muncul dalam keluarga masa kini adalah komunikasi yang tidak efektif. Kesalahpahaman, penggunaan bahasa yang kurang asertif, serta

<sup>1</sup> Udji Asiyah, et al. *Ketahanan Keluarga (Multi Perspektif)*. Sidoarjo: Delta Pijar Khatulistiwa, 2022. 1-100.

<sup>2</sup> Mursyid Djuned dan Aulia Husna, "Konsep Keluarga Ideal dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tematik," *Tafse: Journal of Qur'anic Studies* 5, no. 1 (2020): 55-71, <https://doi.org/10.22373/tafse.v5i1.12507>

<sup>3</sup> Nur Ahmad, "Konseling Pernikahan Berbasis Asmara (As-Sakinah, Mawaddah, wa Rahmah)," *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 7, no. 2 (2017): 195-206.

ketidakmampuan mengelola emosi sering kali menjadi pemicu utama konflik rumah tangga. Penelitian terbaru menegaskan bahwa ketidakmampuan berkomunikasi dengan sehat merupakan salah satu penyebab meningkatnya konflik dan penurunan kualitas hubungan keluarga.<sup>4</sup> Dalam konteks pembagian peran, ketidakjelasan batas tugas dan tanggung jawab antara suami, istri, dan anak juga sering menjadi sumber disharmoni. Tantangan sosial kontemporer seperti arus informasi media sosial, perubahan pola pengasuhan, serta tekanan ekonomi semakin memperumit dinamika keluarga modern.

Kondisi serupa terlihat dalam realitas sosial Dsn Jogolewon. Berdasarkan wawancara dengan tokoh masyarakat setempat, Bapak Khoironi, sebagian besar konflik rumah tangga yang terjadi di Dsn tersebut dipicu oleh miskomunikasi dan ketidakseimbangan peran antara suami dan istri. Banyak pasangan yang belum memiliki pemahaman komprehensif mengenai cara mengelola emosi, berkomunikasi efektif, atau menjalankan peran keluarga sesuai tuntunan Islam. Minimnya ruang edukasi keluarga yang sistematis membuat persoalan-persoalan tersebut sering berkembang menjadi konflik berkepanjangan yang berpengaruh pada keharmonisan keluarga dan stabilitas sosial di tingkat Dsn.

Dalam konteks inilah Jam'iyah Muslimat Nahdlatul Ulama (NU) memainkan peran strategis. Sebagai organisasi perempuan terbesar di Indonesia, Muslimat NU berfungsi sebagai wadah pemberdayaan perempuan, penguatan kapasitas keluarga, serta pendidikan keagamaan yang membekali perempuan sebagai pendidik utama dalam rumah tangga. Penelitian menunjukkan bahwa pemberdayaan perempuan melalui organisasi keagamaan mampu meningkatkan kualitas pengasuhan, kemampuan komunikasi, serta pemahaman keagamaan yang berdampak positif pada harmonisasi keluarga.<sup>5</sup> Dengan posisi strategis tersebut, kolaborasi antara tim pengabdian dengan Muslimat NU Ranting Dsn Jogolewon menjadi sangat relevan dan tepat sasaran.

Pemilihan Dsn Jogolewon sebagai lokasi kegiatan pengabdian didasarkan pada hasil observasi awal dan komunikasi intensif dengan Penyuluh Agama KUA Sukomoro, Bapak Khofsun Sholeh. Beliau menyampaikan bahwa masyarakat Jogolewon memiliki antusiasme tinggi terhadap kegiatan keagamaan, namun masih membutuhkan pendampingan khusus dalam praktik pembinaan keluarga, terutama terkait manajemen konflik, komunikasi rumah tangga, dan pemahaman peran berdasarkan nilai-nilai Islam.<sup>6</sup> Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan yang mendesak untuk memberikan edukasi keluarga yang komprehensif dan aplikatif.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian ini disusun dengan tiga tujuan utama. Pertama, memberikan edukasi kepada anggota Muslimat NU mengenai konsep keluarga sakinah agar peserta mampu menginternalisasikan nilai sakinah, mawaddah, dan rahmah

---

<sup>4</sup> Siti Fatihin dan Husnatul Khatima, "Analisis Dampak TikTok terhadap Keharmonisan Keluarga Perspektif Hukum Keluarga Islam," *Jurnal Riset Hukum Keluarga Islam* 5, no. 1 (2025): 61-70, <https://doi.org/10.29313/jrhki.v5i1.7161>

<sup>5</sup> Rini Handayani, *Spiritualitas Keluarga Muslim dan Kekuatan Ketahanan Rumah Tangga* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2021), 73-76.

<sup>6</sup> Wawancara dengan Bapak Khofsun Sholeh, Penyuluh Agama KUA Sukomoro, Dsn. Jogolewon, 5 Agustus 2025.

dalam kehidupan sehari-hari. Kedua, meningkatkan kemampuan peserta dalam membangun komunikasi dan kerja sama di lingkungan keluarga, terutama melalui teknik komunikasi asertif dan manajemen emosi. Ketiga, memperkuat nilai-nilai moral dan keagamaan sebagai landasan spiritual dalam menjalankan peran sebagai istri, ibu, dan anggota masyarakat.

Manfaat kegiatan ini dapat dirasakan dalam tiga ranah. Bagi masyarakat, program ini berkontribusi pada peningkatan keharmonisan dan ketahanan keluarga, yang pada akhirnya memperkuat struktur sosial Dsn Jogolewon. Bagi organisasi Muslimat NU, kegiatan ini memperkuat peran strategis mereka dalam pembinaan keluarga dan pemberdayaan perempuan. Bagi dunia akademik, kegiatan ini menjadi model pengabdian masyarakat berbasis keilmuan yang mengintegrasikan konsep ketahanan keluarga, psikologi komunikasi, dan nilai-nilai Islam dalam konteks budaya lokal.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah *service learning*, yaitu suatu metode yang mengintegrasikan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan proses pembelajaran akademik melalui refleksi terstruktur.<sup>7</sup> Dalam konteks ini, tim peneliti tidak hanya berperan sebagai fasilitator kegiatan, tetapi juga sebagai agen pembinaan yang mendorong terjadinya proses *knowledge sharing* atau berbagi pengetahuan di antara para peserta. *Knowledge sharing* merupakan salah satu unsur penting dalam manajemen pengetahuan (*knowledge management*) yang memberikan ruang kepada anggota kelompok, organisasi, atau komunitas untuk saling bertukar pengalaman, keterampilan, dan informasi yang relevan guna mendukung peningkatan kapasitas individu maupun kolektif.

Kegiatan ini dilaksanakan dengan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR), yang menekankan keterlibatan aktif masyarakat dalam setiap tahapan program, mulai dari perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) merupakan pendekatan yang prosesnya bertujuan untuk pembelajaran dalam mengatasi masalah dan pemenuhan kebutuhan praktis masyarakat, serta produksi ilmu pengetahuan, dan proses perubahan sosial keagamaan.<sup>8</sup> Pendekatan ini tidak hanya mendorong partisipasi masyarakat sebagai objek, melainkan menjadikan mereka subjek aktif dalam proses transformasi sosial. Partisipasi masyarakat dalam kegiatan ini diarahkan untuk membentuk kesadaran kritis terhadap kondisi sosial yang mereka hadapi, termasuk isu-isu organisasi, kepemimpinan, dan *bullying*. Elemen dasar dari pendekatan PAR adalah partisipasi dan mobilisasi sosial, di mana keterlibatan masyarakat secara langsung menjadi landasan dalam upaya pemberdayaan yang berkelanjutan.

## **Langkah-langkah Pendampingan**

Secara deskriptif, kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam kegiatan ini dilaksanakan melalui tahapan-tahapan sebagai berikut:

### **a. Analisis / Pemetaan Sosial atau *Need Assasement***

<sup>7</sup>Endah Setyowati dan Alviani Permata, *Service Learning: Mengintegrasikan Tujuan Akademik Dan Pendidikan Karakter Peserta Didik Melalui Pengabdian Kepada Masyarakat*, *Bakti Budaya* Vol. 1 No. 2 Oktober 2018, 143-192.

<sup>8</sup>Agus Afandi dkk, *Metodologi Pengabdian Masyarakat* (Jakarta: Direktorat Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Kementerian Agama RI, 2022), 4.

Untuk menggali informasi sebagai bahan pertimbangan dan diskusi bersama untuk menentukan program yang sesuai dengan kebutuhan pihak Organisasi Muslimat NU Dsn Jogolewon, tim melaksanakan penggalan data melalui proses wawancara dan diskusi dengan beberapa pihak di antaranya bersama Ketua muslimat NU Dsn Jogolewon, Berdasarkan hasil pengamatan, wawancara dan diskusi, didapatkan kesimpulan bahwa perkembangan NU Dsn Jogolewon, diketahui bahwa masyarakat memiliki potensi besar untuk membangun keluarga yang berkualitas, namun masih membutuhkan pendampingan dalam memperdalam pemahaman agama, keterampilan pengasuhan anak, dan manajemen kehidupan rumah tangga. Warga menunjukkan antusiasme yang tinggi terhadap program-program yang dapat meningkatkan kapasitas mereka dalam mengelola rumah tangga secara islami, termasuk penguatan peran suami-istri, pendidikan anak berbasis nilai-nilai agama, serta pengelolaan waktu dan sumber daya keluarga. Temuan ini menjadi dasar bagi perumusan program seminar keluarga sakinah sebagai langkah strategis dalam membekali masyarakat dengan pengetahuan dan keterampilan yang relevan.

**b. Penyusunan Program**

Langkah pertama dalam penyusunan program adalah melakukan *need assessment* atau pemetaan kebutuhan masyarakat. Proses ini dilakukan melalui observasi langsung, wawancara, serta diskusi dengan pengurus muslimat NU Dsn Jogolewon. Dari pemetaan tersebut ditemukan beberapa hal penting yang salah satunya adalah kurangnya Pemahaan Para orang tua di Dsn Pengol tentang bagaimana cara menjadi orang tua yang baik dan benar baik secara agama maupun umum.

Penanggung jawab dari tim PkM kemudian menyusun proposal kegiatan pendampingan yang ditujukan kepada lembaga terkait, yaitu panitia PkM dan LP3M STAI Darussalam Krempyang. Setelah melalui diskusi dengan pihak terkait serta masukan dari tim reviewer, maka tersusunlah sebuah proposal pendampingan yang selanjutnya disetujui dan disahkan oleh Ketua LP3M.

Setelah proposal tersebut mendapatkan pengesahan, langkah berikutnya adalah menyampaikan rencana kegiatan kepada pihak dampingan, dalam hal ini pengurus muslimat NU Dsn Jogolewon, serta masyarakat yang akan menjadi peserta kegiatan.

**c. Pengkoordinasian**

Dalam upaya mempersiapkan implementasi program, kelompok melaksanakan koordinasi dengan Ketua muslimat NU Dsn Jogolewon. Dalam prosesnya, kelompok bersama Ketua Muslimat menemui beberapa pengurus serta tokoh masyarakat untuk menambah informasi dan menggali lebih dalam kebutuhan warga terkait pelaksanaan program. Dari hasil musyawarah tersebut, dihasilkan kesepakatan mengenai bentuk kegiatan, metode pelaksanaan, jadwal, serta kebutuhan yang harus dipenuhi untuk mendukung kelancaran kegiatan.

Sebelum program dimulai, pengurus Muslimat diberi penjelasan tentang tujuan, manfaat, serta peran penting mereka dalam program ini. Pengurus Muslimat dilibatkan dalam merencanakan metode pendampingan keluarga, seperti penguatan peran ibu dalam pengasuhan anak dan pengelolaan rumah tangga islami.

#### **d. Pengimplementasian**

Kegiatan seminar keluarga sakinah dilaksanakan pada hari Kamis, 28 Agustus 2025, pukul 19.00–21.00 WIB, bertempat di rumah Ibu Zuliasih, salah satu anggota aktif Jam'iyah Muslimat NU Ranting Dsn Jogolewon. Pemilihan lokasi di rumah warga merupakan strategi yang selaras dengan pendekatan pemberdayaan berbasis komunitas. Lingkungan yang familiar bagi peserta membuat kegiatan berlangsung dengan lebih hangat, egaliter, dan inklusif.

#### **e. Pengendalian**

Setelah program terlaksana, tim PkM bersama dengan Ketua muslimat NU Dsn Jogolewon melaksanakan pertemuan dalam rangka untuk evaluasi dan diskusi beberapa hal yang mungkin masih perlu didiskusikan. Kegiatan ini diikuti peserta PKM, sebanyak 6 orang dan dilaksanakan pada hari Sabtu, 30 Agustus 2025 pada jam 14.00 sd. Jam 16.30. Dari pertemuan tersebut disepakati antara tim PkM dan Pengurus muslimat NU Dsn Jogolewon bahwa, sewaktu-waktu pada tahap implementasi, tim PkM akan datang dan memberikan pendampingan secara langsung sesuai waktu dan tanggal yang disepakati. Disisi lain, komunikasi masih tetap berjalan, diskusi dan memberikan saran dan masukan terhadap hasil kerja yang telah dilaksanakan. Direncanakan, pada awal Nopember 2025, pada tim pengabdian akan bertemu dengan pihak muslimat NU Dsn Jogolewon untuk mengetahui tindak lanjut dari program tersebut.

#### **f. Pendanaan**

Pendanaan program ini secara umum berasal dari berbagai sumber, yaitu perguruan tinggi, peserta Pengabdian kepada Masyarakat (PkM), pihak yayasan, serta mitra pengabdian. Alokasi dana dilakukan sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan disesuaikan dengan kebutuhan pelaksanaan kegiatan yang telah dirancang. Diharapkan, seluruh dana yang tersedia dapat dimanfaatkan secara optimal guna mendukung keberhasilan program bersama mitra pengabdian.

### **HASIL**

Hasil pelaksanaan seminar cerdas berorganisasi ini dibagi menjadi 2 (dua) kelompok besar yaitu sebagai berikut:

#### **1. Hasil Kuantitatif**

Secara kuantitatif, program ini diikuti oleh peserta yang cukup banyak melebihi target dan tencana yang telah dibuat. Disisi lain, hasil program ini berdasarkan atas nilai *pre test* dan *post test* yang telah dilakukan pada para peserta, mengalami peningkatan yang cukup baik.

#### **2. Hasil Kualitatif**

Secara kualitatif hasilnya dapat dipaparkan dengan berbagai indikator berikut ini:

##### **a. Tingkat partisipasi peserta dan antusiasme anggota Muslimat NU.**

Pelaksanaan seminar keluarga sakinah di Dsn Jogolewon menunjukkan tingkat partisipasi yang sangat tinggi, ditandai dengan kehadiran lebih dari 100 peserta yang terdiri dari anggota Jam'iyah Muslimat NU, tokoh masyarakat, narasumber, serta mahasiswa KPM. Jumlah tersebut melampaui ekspektasi awal, mengingat kegiatan dilaksanakan pada malam hari dan bertempat di rumah salah satu anggota masyarakat. Tingginya kehadiran peserta menggambarkan bahwa tema keluarga sakinah memiliki daya tarik yang kuat dan relevan dengan kebutuhan warga, terutama ibu-ibu Muslimat yang berperan strategis dalam pengelolaan rumah tangga dan pembinaan karakter anak. Temuan ini sejalan dengan penelitian terbaru yang menyatakan bahwa masyarakat pedesaan menunjukkan partisipasi lebih tinggi pada kegiatan yang berkaitan dengan kehidupan keluarga dan keagamaan.



Gambar 1: Pelaksanaan Program

Antusiasme peserta terlihat jelas sejak awal kegiatan. Para anggota Muslimat NU tampak aktif mengikuti rangkaian acara, mulai dari pembacaan doa dan sholawat hingga sesi inti materi. Dalam sesi seminar, peserta memperlihatkan perhatian penuh terhadap pemaparan narasumber, terutama ketika membahas tantangan komunikasi dan peran suami-istri dalam keluarga modern. Antusiasme tersebut semakin meningkat pada sesi diskusi interaktif dan tanya jawab. Banyak peserta mengajukan pertanyaan, berbagi pengalaman, dan meminta solusi atas persoalan rumah tangga yang mereka hadapi. Respon aktif seperti ini menunjukkan bahwa kegiatan seminar tidak hanya memenuhi kebutuhan pengetahuan, tetapi juga memberikan ruang bagi peserta untuk mengekspresikan pengalaman personal yang jarang mereka dapatkan dalam forum formal lainnya.

Wawancara dengan Bapak Khoironi memperkuat temuan tersebut. Ia menyatakan bahwa warga Jogolewon, khususnya ibu-ibu Muslimat, jarang mendapatkan kesempatan berdiskusi secara terbuka mengenai persoalan keluarga, sehingga kehadiran seminar ini seperti "angin segar" yang memberi mereka ruang aman untuk belajar dan berbagi pengalaman. Sementara itu, Bapak Khofsun Sholeh menambahkan bahwa tingginya antusiasme peserta menunjukkan besarnya kebutuhan masyarakat terhadap pendidikan keluarga berbasis nilai agama yang aplikatif dan mudah dipahami. Menurutnya, perempuan di lingkungan NU memiliki komitmen tinggi untuk memperbaiki kondisi keluarga mereka, sehingga kegiatan seperti ini sangat efektif dalam membangun kesadaran dan pengetahuan kolektif.

Antusiasme peserta juga tampak pada keterlibatan mereka dalam simulasi peran (role play). Beberapa kelompok peserta tampil dengan percaya diri memerankan situasi konflik rumah tangga, seperti kesalahpahaman dalam pengelolaan keuangan atau pembagian peran domestik. Kegiatan ini tidak hanya menciptakan suasana belajar yang

menyenangkan, tetapi juga memperlihatkan kesiapan peserta untuk memahami dan menerapkan strategi penyelesaian konflik secara lebih baik.

#### **b. Peningkatan pemahaman peserta**

Kegiatan seminar keluarga sakinah memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pemahaman para peserta, terutama terkait tiga aspek utama: makna keluarga sakinah, peran suami-istri-anak, serta teknik komunikasi dan penyelesaian konflik. Peningkatan pemahaman ini terlihat dari diskusi, respon peserta, dan refleksi setelah seminar berlangsung.

##### **1) Pemahaman tentang Makna Keluarga Sakinah**

Setelah mengikuti seminar, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman yang jelas mengenai konsep keluarga sakinah. Sebelum kegiatan dimulai, sebagian besar peserta memahami keluarga sakinah sebatas rumah tangga yang rukun dan minim pertengkaran. Namun, melalui paparan narasumber, peserta mulai memahami bahwa sakinah tidak hanya terkait ketenangan fisik, tetapi juga mencakup ketenangan spiritual, rasa tenteram, dan hubungan emosional yang terbangun di atas nilai-nilai Islam.

Narasumber menjelaskan bahwa keluarga sakinah terdiri dari tiga pilar utama, yakni sakinah (ketenangan), mawaddah (cinta kasih), dan rahmah (kasih sayang). Peserta menyatakan bahwa pemahaman baru ini memberikan perspektif lebih luas tentang tujuan pernikahan dan arah pembinaan keluarga mereka. Sejumlah peserta dalam sesi diskusi mengungkapkan bahwa baru setelah seminar inilah mereka menyadari bahwa ketenangan keluarga tidak terbentuk secara otomatis, tetapi merupakan hasil usaha bersama pasangan.

##### **2) Pemahaman tentang Peran Suami, Istri, dan Anak**

Aspek kedua yang mengalami peningkatan signifikan adalah pemahaman peserta mengenai peran suami, istri, dan anak dalam mewujudkan keluarga harmonis. Peserta menyadari bahwa keharmonisan keluarga bukan hanya tanggung jawab istri, tetapi merupakan kerja kolaboratif antara semua anggota keluarga.

Melalui pemaparan narasumber dan diskusi interaktif, peserta memahami bahwa:

- a) Suami memiliki peran sebagai pemimpin keluarga, pelindung, dan pemberi nafkah.
- b) Istri memiliki peran mengelola rumah tangga, mendidik anak, serta menjadi partner emosional bagi suami.
- c) Anak memiliki kewajiban untuk menghormati dan menaati orang tua serta berperan dalam menjaga keharmonisan keluarga.

Materi ini memberikan pemahaman baru bagi sebagian peserta yang sebelumnya merasa bahwa kewajiban menjaga keharmonisan lebih banyak dibebankan kepada perempuan. Pemahaman baru tersebut mendorong mereka menyadari pentingnya kolaborasi peran dan saling mendukung dalam menjalankan tugas keluarga.

Wawancara dengan Bapak Khoironi mempertegas bahwa sebagian konflik keluarga di Jogolewon terjadi karena ketidakseimbangan peran, misalnya suami terlalu sibuk bekerja atau istri merasa kewalahan dalam pengasuhan anak. Setelah seminar, peserta mengaku lebih memahami bahwa peran suami-istri harus dijalankan secara saling melengkapi, bukan saling membebani.

### 3) Pemahaman tentang Teknik Komunikasi Efektif dan Penyelesaian Konflik

Salah satu dampak paling nyata dari seminar ini adalah peningkatan pemahaman peserta mengenai teknik komunikasi yang baik dan strategi penyelesaian konflik dalam keluarga. Peserta belajar bahwa komunikasi adalah kunci utama dalam menjaga keharmonisan rumah tangga.

Peserta juga diperkenalkan pada teknik penyelesaian konflik berbasis nilai Islam, seperti introspeksi diri, menghindari sikap saling menyalahkan, dan menggunakan pendekatan musyawarah keluarga. Salah satu simulasi konflik menunjukkan bagaimana pasangan dapat berdialog tanpa emosi berlebihan dan menemukan solusi secara bersama.

Teknik-teknik tersebut mendapatkan respons positif dari peserta. Banyak peserta yang menyatakan bahwa mereka baru memahami pentingnya komunikasi terstruktur dan teknik mengelola emosi setelah mengikuti seminar. Beberapa peserta bahkan mengungkapkan pengalaman pribadi mereka tentang miskomunikasi dengan pasangan, yang menurut narasumber dapat diatasi dengan komunikasi yang lebih terarah dan empatik.

#### c. Dampak langsung kegiatan

##### a. Peserta Mampu Mengidentifikasi Masalah dalam Keluarganya

Salah satu dampak langsung yang paling terlihat dari pelaksanaan seminar keluarga sakinah adalah meningkatnya kemampuan peserta dalam mengidentifikasi permasalahan yang terjadi di dalam keluarga mereka masing-masing. Pada awal kegiatan, sebagian besar peserta cenderung melihat permasalahan rumah tangga sebagai sesuatu yang “alami” atau “bagian dari takdir”, sehingga tidak perlu dianalisis lebih jauh. Namun, setelah seminar berlangsung, peserta mulai menyadari bahwa sebagian konflik keluarga memiliki akar penyebab yang dapat dipahami, dikaji, dan diatasi melalui pendekatan komunikasi maupun nilai-nilai Islam.



Gambar 2: Proses Tanya jawab

Dalam sesi diskusi, misalnya, beberapa peserta menyampaikan bahwa mereka baru memahami bahwa kesenjangan komunikasi, kurangnya apresiasi antar pasangan, pola asuh yang tidak konsisten, serta tekanan ekonomi dapat menjadi pemicu utama disharmoni keluarga. Peserta juga mulai mampu mengidentifikasi pola-pola komunikasi yang keliru, seperti membiarkan emosi menguasai dialog atau menghindari pembicaraan penting dalam keluarga. Kemampuan ini menunjukkan adanya peningkatan literasi emosional dan kesadaran reflektif setelah mengikuti seminar.

##### b. Peserta Memiliki Rencana Tindak Lanjut untuk Menerapkan Nilai-Nilai Sakinah

Dampak langsung kedua yang sangat signifikan adalah terbentuknya komitmen peserta untuk menerapkan nilai-nilai sakinah dalam kehidupan keluarga. Usai seminar, peserta menyampaikan secara terbuka rencana tindak lanjut yang ingin mereka lakukan di rumah.



Gambar 3: Foto Bersama Pengurus dan Anggota Muslimat NU Jogolewon

Peserta juga menyadari bahwa penerapan nilai sakinah, mawaddah, dan rahmah membutuhkan proses yang konsisten, bukan perubahan instan. Mereka merasa memiliki bekal praktis untuk memulai perbaikan tersebut. Dalam simulasi role play, peserta memperlihatkan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana bersikap selama konflik, misalnya menahan ucapan yang menyakitkan, menghindari tuduhan sepihak, dan menggunakan bahasa yang menenangkan. Banyak peserta menyatakan bahwa teknik ini akan mereka coba praktikkan di rumah. Komitmen tindak lanjut ini merupakan indikator kuat bahwa kegiatan tidak berhenti pada level pengetahuan, tetapi mendorong perubahan perilaku.

## DISKUSI KEILMUAN

Temuan kegiatan seminar keluarga sakinah di Dsn Jogolewon menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai makna keluarga harmonis, peran masing-masing anggota keluarga, serta teknik komunikasi dan penyelesaian konflik yang lebih efektif. Temuan-temuan tersebut dapat dijelaskan secara keilmuan melalui dua kerangka konsep utama yang banyak dikembangkan di Indonesia, yaitu teori ketahanan keluarga dan psikologi komunikasi keluarga.

Teori ketahanan keluarga menegaskan bahwa keluarga yang kuat bukanlah keluarga tanpa konflik, melainkan keluarga yang mampu bertahan, bangkit, dan mengelola konflik secara konstruktif. Ketahanan keluarga dibangun melalui tiga pilar besar: nilai spiritual, pola komunikasi yang sehat, dan pembagian peran yang fungsional. Temuan lapangan menunjukkan bahwa peserta mulai menyadari perlunya mengidentifikasi akar masalah keluarga mereka, terutama terkait komunikasi yang kurang terbuka dan peran domestik yang tidak seimbang. Kemampuan ini penting, karena keluarga yang resilien tidak memendam masalah tetapi mampu merefleksikan, membahas, dan menyesuaikan diri terhadap tekanan emosional maupun sosial.<sup>9</sup> Kesadaran reflektif seperti ini jarang muncul tanpa pendampingan edukatif, sehingga seminar berperan sebagai pemicu transformasi pola pikir peserta.

<sup>9</sup> Silvia Indra, "Pengembangan Modul dalam Memperkuat Resiliensi Keluarga pada Masa Pandemi Covid-19 untuk Mewujudkan Pernikahan yang Sakinah, Mawaddah, dan Rahmah," *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no. 01 (2023): 18-37, <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.4625>

Dari perspektif psikologi komunikasi keluarga, peserta seminar menunjukkan peningkatan kemampuan memahami pentingnya komunikasi empatik, terbuka, dan asertif. Dalam literatur psikologi Indonesia, komunikasi keluarga digambarkan sebagai fondasi utama dalam membangun kelekatan emosional, kepercayaan, dan stabilitas hubungan suami-istri. Konflik sering kali muncul bukan karena substansi masalah, tetapi karena cara penyampaiannya yang tidak tepat. Teknik komunikasi yang diperkenalkan dalam seminar seperti validasi emosi, penggunaan bahasa yang tidak menghakimi, serta musyawarah keluarga dapat membantu peserta mengidentifikasi ulang pola komunikasi rumah tangga mereka.<sup>10</sup> Simulasi peran yang dilakukan selama kegiatan membuat peserta mengalami secara langsung bagaimana komunikasi efektif mampu meredakan ketegangan, sehingga teori yang sebelumnya abstrak menjadi lebih konkret dan aplikatif.

Nilai-nilai ini sangat selaras dengan konsep keluarga sakinah, yang menjadi kerangka normatif sekaligus praktis dalam Islam. Keluarga sakinah dibangun atas prinsip sakinah (ketenangan), mawaddah (cinta), dan rahmah (kasih sayang). Ketiga prinsip ini beresonansi kuat dengan literatur keilmuan Indonesia mengenai relasi suami-istri yang menekankan keseimbangan peran, penghargaan mutual, serta keintiman emosional. Penelitian lima tahun terakhir menunjukkan bahwa relasi suami-istri yang sehat ditandai oleh keterbukaan, penghargaan terhadap kontribusi pasangan, serta pembagian peran yang tidak timpang.<sup>11</sup> Temuan ini tercermin dalam perubahan pemahaman peserta yang mulai menyadari pentingnya kolaborasi suami-istri dalam menciptakan keluarga harmonis. Suatu hal yang kerap menjadi akar konflik di Jogolewon sebagaimana disampaikan Bapak Khoironi dalam wawancara, bahwa ketidakseimbangan peran domestik sering memicu pertengkaran rumah tangga.

Agama juga memiliki peran signifikan dalam memperkuat ketahanan keluarga di Indonesia. Literatur kontemporer menegaskan bahwa keluarga dengan landasan spiritual kuat lebih mampu menghadapi tekanan emosional maupun sosial. Ajaran Islam menyediakan kerangka moral, arah hidup, serta ketenangan batin yang diperlukan untuk memaknai konflik sebagai ujian, bukan kebuntuan. Dalam kegiatan seminar, peserta mulai memaknai kembali pentingnya doa bersama, musyawarah keluarga, dan kesabaran sebagai bagian dari strategi memperkuat ketahanan keluarga.<sup>12</sup> Nilai spiritual tersebut berfungsi sebagai belief system yang memperkokoh ikatan emosional dan kemampuan adaptif keluarga.

Dari sudut pandang manajemen konflik, literatur Indonesia menyebutkan bahwa kualitas keluarga ditentukan oleh bagaimana konflik dikelola, bukan oleh ada tidaknya konflik. Keberhasilan keluarga dalam menyelesaikan konflik dipengaruhi oleh kemampuan mengatur

---

<sup>10</sup> Indra Gibrani dan Ade Satriani, "Komunikasi Lintas Budaya Mahasiswa Indonesia Menghadapi Culture Shock," *Bandung Conference Series Public Relations* 4, no. 2 (2024): 817-825, <https://doi.org/10.29313/bcspr.v4i2.14791>

<sup>11</sup> Nurani dan Muhsin, "Paradigma Keluarga Sakinah Mawaddah wa Rahmah...," *Legitima: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 4, no. 1 (2021): 14-31.

<sup>12</sup> Nur Hamim dan Bahrul Ridwan, "Konsep Nabi Ibrahim AS dalam Mendidik Keluarga," *JDU* 14, no. 2 (2023): 175-190.

emosi, mendengarkan tanpa menghakimi, dan menyelesaikan masalah melalui dialog.<sup>13</sup> Hal ini selaras dengan nilai rahmah dalam konsep keluarga sakinah. Temuan kegiatan juga menunjukkan bahwa peserta mulai memahami teknik penyelesaian konflik seperti menghindari kritik destruktif, klarifikasi makna, serta musyawarah keluarga sebagai bentuk kasih sayang.

Sesi simulasi peran dalam seminar memperlihatkan bagaimana konflik dapat diselesaikan secara damai tanpa eskalasi emosi. Pendekatan experiential learning ini sejalan dengan penelitian Indonesia yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman efektif dalam membentuk kemampuan komunikasi dan penyelesaian konflik pada orang dewasa.<sup>14</sup> Wawancara dengan Bapak Khofsun Sholeh menegaskan bahwa role play membuat peserta lebih mampu mempraktikkan resolusi konflik secara Islami karena mereka tidak hanya memahami teori, tetapi melihat dan mengalami prosesnya secara langsung.

Dengan demikian, temuan kegiatan seminar keluarga sakinah di Dsn Jogolewon selaras dengan literatur keilmuan Indonesia mengenai ketahanan keluarga, psikologi komunikasi, manajemen konflik, dan nilai-nilai keluarga sakinah. Integrasi antara teori-praktik serta nilai agama-keilmuan modern menjadikan kegiatan ini memiliki dampak kuat dalam memperkuat fondasi keluarga masyarakat Jogolewon.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan seminar keluarga sakinah yang dilaksanakan bersama Jam'iyah Muslimat NU Ranting Dsn Jogolewon memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kualitas pemahaman dan sikap peserta dalam membangun keluarga yang harmonis. Melalui pendekatan seminar yang komunikatif, penyuluhan yang partisipatif, serta simulasi peran yang aplikatif, peserta memperoleh pengetahuan baru mengenai makna keluarga sakinah, peran strategis masing-masing anggota keluarga, serta teknik komunikasi dan penyelesaian konflik yang konstruktif. Perubahan ini terlihat dari meningkatnya kemampuan peserta dalam mengidentifikasi masalah internal keluarga, kesadaran reflektif terhadap pola komunikasi yang kurang efektif, dan munculnya komitmen untuk menerapkan nilai sakinah, mawaddah, dan rahmah dalam kehidupan sehari-hari.

Secara keilmuan, kegiatan ini menunjukkan keterkaitan yang kuat antara temuan lapangan dengan teori ketahanan keluarga dan psikologi komunikasi. Nilai-nilai Islam terbukti sejalan dengan prinsip-prinsip ilmiah tentang relasi suami-istri yang sehat, ketahanan keluarga berbasis spiritualitas, serta manajemen konflik yang berorientasi pada dialog dan empati. Kehadiran Muslimat NU sebagai organisasi kemasyarakatan juga memainkan peran fundamental dalam memperkuat pembinaan karakter keluarga melalui ruang dakwah, pembelajaran sosial, serta penguatan jaringan komunitas.

## **Pengakuan/Acknowledgements**

Atas selesainya program ini, kami mengucapkan terima kasih sebanyak banyaknya kepada:

---

<sup>13</sup> Hasan Hudafi, "Pembentukan Keluarga Sakinah Mawaddah Warahmah menurut Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 dan Kompilasi Hukum Islam," *Al Hurriyah Jurnal Hukum Islam* 5, no. 2 (2020): 172.

<sup>14</sup> Mufidah Muallifah, Eni Sa'diyah, dan Ummi Muhayani, "Premarital Counseling: Model Konseling Pra Nikah Membentuk Keluarga Sakinah, Mawaddah, wa Rahmah," *Egalita* 18, no. 2 (2023).

1. Kepala Desa Bagorwetan dan seluruh jajaran
2. Ketua dan para Pembantu Ketua STAI Darussalam
3. Ketua LP3M STAI Darussalam
4. Muslimat NU Dsn Jogolewon Desa Bagorwetan
5. Seluruh Masyarakat Desa Bagorwetan

### Daftar Referensi

- Ahmad, Nur. "Konseling Pernikahan Berbasis Asmara (As-Sakinah, Mawaddah, wa Rahmah)." *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 7, no. 2 (2017): 195–206.
- Asiyah, Udji, Aminullah, Achmad Zaini, Ach. Fikri, dan Siti Nur Halizah. *Ketahanan Keluarga (Multi Perspektif)*. Sidoarjo: Delta Pijar Khatulistiwa, 2022.
- Djuned, Mursyid, dan Aulia Husna. "Konsep Keluarga Ideal dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tematik." *Tafse: Journal of Qur'anic Studies* 5, no. 1 (2020): 55–71. <https://doi.org/10.22373/tafse.v5i1.12507>.
- Fatihin, Siti, dan Husnatul Khatima. "Analisis Dampak TikTok terhadap Keharmonisan Keluarga Perspektif Hukum Keluarga Islam." *Jurnal Riset Hukum Keluarga Islam* 5, no. 1 (2025): 61–70. <https://doi.org/10.29313/jrhki.v5i1.7161>.
- Gibrani, Indra, dan Ade Satriani. "Komunikasi Lintas Budaya Mahasiswa Indonesia Menghadapi Culture Shock." *Bandung Conference Series Public Relations* 4, no. 2 (2024): 817–825. <https://doi.org/10.29313/bcspr.v4i2.14791>.
- Hamim, Nur, dan Bahrul Ridlwan. "Konsep Nabi Ibrahim AS dalam Mendidik Keluarga." *JDU* 14, no. 2 (2023): 175–190.
- Handayani, Rini. *Spiritualitas Keluarga Muslim dan Kekuatan Ketahanan Rumah Tangga*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2021.
- Hudafi, Hasan. "Pembentukan Keluarga Sakinah Mawaddah Warahmah menurut Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 dan Kompilasi Hukum Islam." *Al Hurriyah Jurnal Hukum Islam* 5, no. 2 (2020): 165–179.
- Indra, Silvia. "Pengembangan Modul dalam Memperkuat Resiliensi Keluarga pada Masa Pandemi Covid-19 untuk Mewujudkan Pernikahan yang Sakinah, Mawaddah, dan Rahmah." *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no. 01 (2023): 18–37. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.4625>.
- Muallifah, Mufidah, Eni Sa'diyah, dan Ummi Muhayani. "Premarital Counseling: Model Konseling Pra Nikah Membentuk Keluarga Sakinah, Mawaddah, wa Rahmah." *Egalita* 18, no. 2 (2023).
- Nurani, dan Muhsin. "Paradigma Keluarga Sakinah Mawaddah wa Rahmah...." *Legitima: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 4, no. 1 (2021): 14–31.