

KONSELING SUFISTIK SEBAGAI UPAYA PREVENTIF KDRT (KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA)

Lia Nur Khotijah, Umu Nisa Ristiana

STAI Sunan Pandanaran, STAI Nahdlatul Ulama Purworejo

liarustamaji@gmail.com, umunisaristiana26@gmail.com

Abstract

This article attempts to offer the idea of sufistik counseling as a preventive measure against acts of domestic violence. The research was conducted through library research. Hitherto, acts of domestic violence are still one of the factors causing discordant in the household even in Indonesia in 2022 there will be 4,972 cases of domestic violence which will end in divorce. This can be understood through Walker and Gelles' Cycle Of Violence theory that acts of domestic violence will continue, therefore both perpetrators and victims alike need professional assistance. As a form of prevention against the Cycle of Violence, the Sufistic counseling paradigm provides seven preventive efforts including wisdom guidance, wise advice (taushiyah), irsyadiyah (intelligence), hijrah, tazkiyah, and self-training (riyadhah).

Keywords: counseling sufistik, preventive, domestic of violence

Abstrak

Artikel ini berusaha menawarkan gagasan dari konseling sufistik sebagai upaya preventif terhadap tindak KDRT. Penelitian dilakukan melalui studi pustaka (*library research*). Sampai saat ini, tindak KDRT masih menjadi salah satu faktor penyebab ketidakharmonisan dalam rumah tangga bahkan di Indonesia pada tahun 2022 ada 4.972 kasus KDRT yang berujung pada perceraian. Hal ini dapat dipahami melalui teori Cycle of Violence milik Walker dan Gelles bahwa tindak KDRT akan terus berkelanjutan, oleh karenanya baik pelaku maupun korban sama-sama membutuhkan pendampingan profesional. Sebagai bentuk pencegahan terhadap Cycle of Violence, paradigma konseling sufistik memberikan tujuh upaya preventif meliputi bimbingan hikmah, nasehat bijak (taushiyah), irsyadiyah, (pencerdasan), hijrah, tazkiyah, dan latihan diri (riyadhah).

Kata Kunci: konseling sufistik, preventif, KDRT

Pendahuluan

KDRT adalah kekerasan yang terjadi di dalam rumah tangga. Kekerasan ini bukan hal yang biasa terjadi semacam ketegangan atau konflik sehari-hari seperti beda pendapat, perdebatan, pertengkar, saling mengejek atau memaki sesaat. KDRT lebih daripada itu dimana relasi antara pelaku dan korban tidak setara atau sekufu. Lazimnya pelaku KDRT mempunyai status dan keku-

saan lebih besar dalam keluarga. Hasil penelitian PSW UIN Suska Riau yang dihimpun dalam buku berjudul *Kekerasan Dalam Rumah Tangga: Sebuah Pengantar*¹ berpendapat bahwa umumnya korban kekerasan dalam rumah tangga adalah istri, anak dan pembantu rumah tangga (PRT).

Buku tersebut juga menegaskan bahwa tindak *domestic violence* tidak hanya terjadi dalam keluarga yang berada dalam status ekonomi lemah, namun juga terjadi dalam keluarga dengan ekonomi menengah ke atas. Setidaknya, menurut Moors², Gelles³ dan Sharma⁴ ketidakmandirian istri atau perempuan dalam hal ekonomi memicu adanya ketergantungan dengan salah satu pihak yang akan memperkuat kedudukan relasi kuasa sehingga terjadi tindak kekerasan terhadap perempuan. Meskipun tidak menutup kemungkinan jika laki-laki juga memiliki potensi sebagai korban tindak kekerasan dalam rumah tangga.

Pendapat dari ketiga peneliti di atas sejalan dengan definisi yang dirumuskan oleh Soetandyo dalam Mufidah⁵ bahwa kekerasan adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh seseorang atau sejumlah orang yang berposisi kuat (atau yang tengah merasa kuat) terhadap seseorang atau sejumlah orang yang berposisi lebih lemah bermodalkan kekuatannya, fisik maupun non fisik yang superior dengan kesengajaan untuk menimbulkan rasa derita di pihak yang tengah menjadi objek kekerasan. Galtung⁶ meringkas definisi kekerasan sebagai *any avoidable impediment to self realization* (kekerasan adalah segala sesuatu yang menyebabkan orang terhalang mengaktualisasikan potensi diri secara wajar). Melalui uraian ini, ditegaskan bahwa kekerasan yang akan dibahas dalam artikel ini menyangkut kekerasan terhadap fisik maupun integritas mental psikologis seseorang.

Bentuk-bentuk KDRT dapat dibagi menjadi dua yaitu fisik dan non fisik (psikis). Dua bentuk ini diderivasikan ke dalam empat ranah berdasarkan perspektif kekuasaan dan kontrol pelaku, sebagaimana tertuang dalam UU Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga⁷ pertama, kekerasan psikis yang mengakibatkan ketakutan, hilangnya rasa percaya diri, hilangnya kemampuan untuk bertindak, rasa tidak berdaya dan atau penderitaan psikis berat pada seseorang. Kedua, penelantaran rumah tangga yaitu mengabaikan kewajiban memberikan kehidupan (perawatan dan pemeliharaan anggota keluarga) dan menelantarkan anggota keluarga. Ketiga, kekerasan seksual berupa pemakaian hubungan seksual atau bahkan pemaksaan hubungan seksual dengan orang lain untuk tujuan komersial atau tertentu. Keempat, kekerasan fisik adalah perbuatan yang mengakibatkan rasa sakit atau luka berat seperti cubitan, tendangan, sundutan, tamparan, pemukulan dan pembunuhan.

¹ Sofia hardani dan wilaela, *Kekerasan Dalam Rumah Tangga: Sebuah Pengantar*, pusat studi Wanita UIN Sultan Syarif Kasim Riau, pekanbaru, 2010.

² Moors, *Woman, Property and Islam*. Cambridge university press: new York, 1995.

³ Gelles, *Violence In The Family: A Review Of Research In The Seventies*, journal of marriage and the family, 42 (4).

⁴ Sharma, *Protecyion To Women In Matrimonial Home, Deep And Deep Publication*. New delhi, 1994.

⁵ Mufida, *Paradigma Gender*, edisi revisi, bayu media malang, 2004.

⁶ Massdar, mas'udi, *Perempuan Dalam Wacana Keislaman Dalam Perempuan Dan Pemberdayaan*: kumpulan karangan untuk menghormati ulang tahun ke-70 saparinah sadli, Jakarta, Kerjasama program studi kajian Wanita ptogram pascasarjana universitas indonesia, harian kompas dan penerbit obor.

⁷ Undang-undang RI No 23 tahun 2004, *Tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga*.

Delapan dari sepuluh keluarga yang memiliki permasalahan KDRT didominasi pelakunya adalah laki-laki bisa berperan sebagai suami, kakek, paman atau kakak. Di Indonesia menurut data statistik yang dihimpun oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak (PPPA) sepanjang tahun 2022 ada 25.050 perempuan yang menjadi korban kekerasan, jumlah ini meningkat sekitar 15,2% dari tahun 2021. Dilihat dari rentang usia, 30,3% perempuan berusia 25-44 tahun dan 30% berusia 13-17 tahun. Dilihat dari tempat kejadian, 58,1% terjadi di lingkup rumah tangga dan 24,9% terjadi di tempat lainnya.⁸

Walker dan Gelles⁹ merumuskan tiga fase dalam *Cycle Of Violence* atau siklus KDRT yaitu (1) Fase tegang/ketegangan yang meningkat adalah saat pelaku membuat insiden kecil bisa berupa kekerasan lisan seperti memaki, mengancam dan kekerasan fisik skala kecil. Korban bertindak menenangkan pelaku dengan berbagai cara. Jika caranya tidak berhasil, korban akan merasa putus asa, takut dan menarik diri. (2) Fase akut/penganiayaan akut adalah saat ketegangan kecil meledak menjadi tindak penganiayaan. Pelaku kehilangan kendali atas perbuatannya berupa tamparan, pukulan, tendangan, dorongan, cekikan bahkan penyerangan menggunakan senjata tumpul maupun tajam. Penganiayaan akan berhenti jika korban memutuskan untuk pergi dari rumah, masuk rumah sakit atau pelaku yang menyadari kesalahannya. (3) Fase bulan madu semu adalah tahap permintaan maaf dan kembali mesra. Setelah terjadi penganiayaan, terkadang pelaku menyadari dan menyesali tindakannya. Permintaan maaf pelaku inilah yang kerap membuat korban memutuskan untuk memaafkan perbuatan pelaku dan menganggap hal tersebut tidak akan terulang kembali. Durasi panjang pendeknya fase ketiga ini tergantung kesadaran utuh dari pelaku. Frekuensi antara ketiga rantai fase di atas berhubungan dengan tingkat keparahan kekerasan dan kondisi kebal korban.

Faktanya, tindak kekerasan tidak hanya berdampak pada korban saja namun pelaku KDRT juga memperlihatkan gejala gangguan jiwa seperti frustrasi, rasa bersalah, depresi dan lainnya. Meskipun demikian, siklus kekerasan akan berulang kembali. Di satu sisi, pihak korban semakin kebal terhadap kekerasan dan di sisi lain pelaku semakin meningkatkan kualitas dan kuantitas kekerasannya.

Adapun secara ringkas ada empat kategori dampak yang akan dialami oleh korban KDRT, yaitu pertama, dampak secara medis, bukan hanya berupa memar ataupun luka terbuka. Dampak medis disini menurut penelitian milik Sonda juga dapat berupa terganggunya kesehatan reproduksi dan mengalami terlambat haid. Kedua, dampak secara emosional, biasanya korban mengalami depresi, stress, kecemasan berlebihan, percobaan bunuh diri, stress pasca trauma, rendahnya kepercayaan diri, gangguan tidur dan susah makan. Menurut Silalahi dan Meinarno¹⁰ KDRT menjadi salah satu konflik yang menimbulkan emosi negatif pada seseorang seperti menghindari pelaku

⁸ Monavia Ayu Rizaty, ada 25.050 Kasus Kekerasan Perempuan di Indonesia pada 2022, diambil dari situs dataindonesia.id diakses pada 06 Juli 2023.

⁹ Gelles, Violence In The Family: A Review Of Research In The Seventies, *journal of marriage and the family*, Vol. 42, No. 4.

¹⁰ Silalahi dan Meinarno, *Keluarga Indonesia Aspek dan Dinamika Zaman*, Jakarta: Rajawali Pers, 2010.

atau melakukan aksi balas dendam terhadap pelaku. Ketiga, dampak secara personal (keluarga), bahwa tidak menutup kemungkinan seorang korban kekerasan akan menjadi pelaku kekerasan di kemudian hari. Menurut Darajat¹¹ dan Ciciek¹² anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang mengalami KDRT berpotensi besar mengalami permasalahan kesehatan mental yaitu perilaku anti sosial, depresi dan karakter kasar. Keempat, dampak secara professional, korban KDRT akan mengalami penurunan produktivitas kerja, lebih banyak waktu digunakan untuk mengatasi persoalan, memerlukan pendampingan atau konseling dan ketakutan kehilangan pekerjaan.

Umumnya, korban KDRT memiliki beberapa cara untuk menyelesaikan KDRT yang dialaminya yaitu dengan cara bercerai ataupun bertahan dalam perkawinan. Pada tahun 2022 di Indonesia ada 4.972 kasus perceraian disebabkan akibat adanya KDRT¹³. Selain, perceraian solusi lainnya adalah melalui musyawarah dengan harapan suaminya akan berubah dan adanya keinginan korban menjaga keharmonisan keluarga. Pada tahun 2014 terdapat 73,3% istri yang mengalami KDRT lebih memilih untuk mempertahankan rumah tangganya dan memberikan maaf kepada suami.

Studi milik I Dewi Ayu Dwika Puspita Dewi dan Nurul Hartini¹⁴ merumuskan faktor yang mendorong korban KDRT bertahan dalam rumah tangganya dan memutuskan untuk memaafkan pelaku KDRT adalah karena anak dan adanya keyakinan individu terhadap agama. Dinamika *forgiveness* yang terjadi dalam diri korban KDRT adalah mengubah dorongan negatif (menghindari pelaku dan balas dendam) kepada dorongan positif melalui tetap melayani suami. Meskipun, faktanya korban KDRT tetap mengalami ruminasi yaitu ingatan berulang peristiwa KDRT yang pernah dialami yang mana ruminasi ini menghilangkan rasa empati dalam proses memaafkan pasangan.

Melalui uraian ini, dapat disimpulkan bahwa dampak psikologis dalam tindak kekerasan dalam rumah tangga sangat dominan terjadi bahkan dapat dialami oleh pelaku maupun korban KDRT. Sehingga keduanya perlu untuk mendapatkan pendampingan oleh profesional. Mengingat hal ini, sesuai dengan paradigma dalam konseling sufistik bahwa sasaran dari konseling adalah aspek emosi dan perasaan, bukan aspek intelektualnya. Maka, konseling sufistik memiliki peluang besar dalam upaya pencegahan tindak KDRT.

Metode Penelitian

Penelitian ini dapat digolongkan kedalam jenis penelitian kualitatif. Penelitian ini menunjuk pada segi alamiah, kualitas dan tidak mengadakan perhitungan. Kata kualitatif mengisyaratkan penekanan pada proses dan makna yang tidak dikaji secara ketat atau belum diukur dari sisi kuan-

¹¹ Darajat, Zakiyah, *Kesehatan Mental*. Jakarta: Bulan Bintang, 1996.

¹² Ciciek, Farcha, *Ikhtiar Mengatasi Kekerasan Dalam Rumah Tangga: Belajar dari Kehidupan Rasulullah SAW*, Jakarta: LKAJ Bekerjasama dengan Perserikatan Solidaritas Perempuan Dan The Asia Foundation, 1999.

¹³ Ridhwan Mustajab, “Persellisihan Jadi Sebab Utama Perceraian di Indonesia Tahun 2022”, datain-donesia.id diakses pada 06 Juli 2023.

¹⁴ I Dewi Ayu Dwika Puspita Dewi dan Nurul Hartini, “Dinamika Forgiveness Pada Istri Yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)”, *Insan: Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2017

titas, jumlah, intensitas, atau frekuensinya.¹⁵ Penelitian dilakukan dengan menggunakan studi pustaka (*library research*) yaitu penelitian yang objek utamanya berupa berbagai literatur baik berasal dari buku, jurnal, ensiklopedia, baik secara fisik maupun digital, dalam hal-hal yang berhubungan dengan implementasi terhadap ketenangan jiwa dan lain sebagainya. Penelitian dilakukan dengan cara menulis menganalisis, mengedit, mengklarifikasi dan menyajikan data yang diperoleh dari berbagai sumber yang tertulis.

Hasil dan Pembahasan

1. Konseling Sufistik

Konseling sufistik mendasarkan pada nilai-nilai dasar ajaran agama Islam. Konseling Islam ataupun sufistik pada dasarnya menekankan pada pertolongan dari orang yang ahli dan terlatih, dengan tujuan agar individu mampu menolong dirinya sendiri, memutuskan sendiri, dan bertanggung jawab sendiri. Sthon dan Shertzer merumuskan bimbingan sebagai *process of helping individuals to understand themselves and their world*. Bimbingan memiliki kata-kata kunci dengan artinya sebagai berikut: (a). Suatu proses, setiap fenomena yang menunjukkan kontinuitas perubahan melalui waktu atau serangkaian kegiatan dan langkah-langkah menuju ke suatu tujuan.(b). Suatu usaha bantuan, untuk menambah, mendorong, merangsang, mendukung, menyentuh, menjelaskan agar individu tumbuh dari kekuatan sendiri.(c). Konseli atau anak, individu yang normal yang membutuhkan bantuan dalam proses perkembangannya. (d). Konselor, individu yang ahli dan terlatih dan mau memberikan bantuan kepada konseli.

2. Urgensi Konseling Sufistik

Kehadiran Agama dalam kehidupan tata nilai masyarakat dapat memberikan nasihat, petunjuk bagi kehidupan umat Islam. Agama memberikan bimbingan dan nasehat dalam dua kategori besar. Pertama sistem upacara bagaimana menyatakan dan melakukan hubungan ketaatan, loyalitas dan penyembahan kepada-Nya, kemudian dilanjutkan pada tatacara melakukan membangun hubungan sedekat mungkin dengan sang pemilik hidup, Allah swt, dalam bahasa agama Islam dinamakan hubungan dengan Allah (*hablum minal Allah*). Kedua berkaitan dengan pengaturan sistem hidup yang teratur, aman, nyaman dan saling menghargai sesama manusia, lingkungan dan alam semesta, (*hablum minnas*). Konseling sufistik memandang perlunya mentargetkan kualitas kesucian jiwa manusia melalui potensi kebaikan (iman) yang telah ada dalam diri manusia. Dengan peningkatan kesucian jiwa melalui Iman, seseorang diharapkan mampu memahami persoalan-persoalan hidup yang melingkapinya sehingga dapat direspon melalui sikap dan penanganan yang tepat dan bijak. Sebaliknya, jiwa yang kotor dan tercemar dinilai tidak mampu untuk memahami persoalan hidup manusia secara proporsional. Sehingga dari urian diatas dapat disimpulkan bagaimana pentingnya konseling sufistik sebagai Upaya pencegahan KDRT.

¹⁵ Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Surakarta: 2014) hal. 40.

3. Dasar-Dasar Konseling Sufistik

Konseling sufistik secara mendasar berpijak pada pandangan Islam mengenai hakekat manusia. Dalam QS. al-Hijr [15]: 28-29 yang berisi:

Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu berfirman kepada Para Malaikat: "Sesungguhnya aku akan menciptakan seorang manusia dari tanah liat kering (yang berasal) dari lumpur hitam yang diberi bentuk, Maka apabila aku telah menyempurnakan kejadiannya, dan telah meniupkan kedalamnya ruh (ciptaan)-Ku, Maka tunduklah kamu kepadanya dengan bersujud.

Adapun dasar-dasar konseling sufistik menjadikan Islam sebagai bimbingan nasehat dalam bertindak, berucap baik dan tenang. Menjadikan Al-Qur'an sebagai nash agama yang mengharuskan adanya bimbingan dan konseling melalui:

a. Bimbingan Hikmah

Mengajak, membimbing, dan menasehati dengan melalui jalan hikmah, pengajaran yang baik serta berdialog secara cerdas adalah wujud nyata dari keyakinan bahwa Allah Maha tahu hamba-Nya yang mendapatkan hidayah. Artinya tersirat bahwa hidayah atau jalan kebenaran hak adalah hak mutlak Allah SWT, namun hamba harus menyediakan diri dan kesempatan untuk menemukan dan menekuni jalan hidayah itu melalui dakwah bijaksana.

b. Nasehat Bijak (*Taushiyah*)

Menasehati dituntut dengan cara yang baik dan benar. Sehingga ditegaskan bahwa metode dan pendekatan bimbingan dan nasehat juga harus dilakukan dengan sabar dan santun.

c. Pencerdasan (*Irsyadiyah*)

Mencerdaskan dengan membuka kebaikan dan nilai-nilai keutamaan adalah bimbingan yang disuruh Allah swt. Kebenaran adalah relias yang pastikan akan diikuti dan dipilih ketika awan kegelapan, yakni kebodohan dan ketertutupan, sudah terbuka. Pencerdasan adalah cara terbaik yang hendaknya dilakukan dalam bimbingan dan konseling.

d. Hijrah

Metode sabar yang disertai dengan hijrah (menghindarkan diri) terhadap kondisi yang merusak tatanan nilai adalah bentuk atau cara bimbingan yang berakar dari perintah ayat. Memberikan bimbingan dan nasehat hakikatnya adalah menjadikan orang dibimbing terbebas dari masalah yang menimpanya. Dalam hal ini dapat dilakukan tindakan pengisolasian diri.

e. Tazkiyah

Metode bimbingan dan nasehat dalam bentuk *tazkiyah* (penyucian diri) adalah cara yang dilakukan oleh Rasul Muhammad SAW. Individu menyadari kesalahan-kesalahan yang dibuatnya di masa lalu sehingga lebih berhati-hati dalam bertidak dikemudian hari. *Tazkiyah al-Nafs* adalah salah satu metode dalam pembinaan jiwa dan pendidikan akhlak manusia. *Tazkiyah*

al-Nafs secara etimologis mempunyai dua makna yaitu penyucian dan penyembuhan. Menurut istilah berarti penyucian jiwa dari segala penyakit dengan menjadikan asma dan sifat Allah sebagai akhlaknya (*takhalluq*) yang pada akhirnya *tazkiyah* adalah *tathahhur*, *tahaqquq* dan *takhalluq*.¹⁶

f. Latihan Diri (*Riyadhah*)

Riyadhah artinya melatih diri dengan amalan tertentu dan terus melakukan menerapkan perilaku terpuji. *Riyadah* artinya latihan nafs artinya diri. *Riyadatun* adalah melatih diri agar terus berada di jalan Ilahi. Membiasakan diri dengan akhlak mulia, menanamkan sifat terpuji setiap nafas kehidupan adalah wujud nyata dari latihan diri. Latihan diri adalah mengerahkan segala kemampuan (mujahadah) untuk menerapkan sifat batin yang baik dan menjauhi sifat batin yang buruk. Riyadah itu pembentukan karakter keilahian sehingga melahirkan manusia yang dijamin diredhai Allah dan benar loyal pada-Nya.¹⁷

4. Manfaat Konseling Sufistik

Manfaat dari penerapan konseling sufistik diantaranya, yaitu:

a. Menjernihkan hati

Dengan diberikannya bimbingan, nasihat, dan pembinaan oleh konselor kepada klien atau konseli, agar klien atau konseli senantiasa membersihkan hatinya dari berbagai perasaan yang buruk, dan menjaga hatinya supaya tidak terjatuh dalam kesesatan, serta tidak rusak dan menjadi hati yang munafik.

b. Internalisasi nilai dan sikap sufistik

Nilai dan sikap sufistik dapat dipelajari dan diinternalisasikan melalui ilmu tasawuf. Sebagai inti ajaran dari Islam, tasawuf muncul memberikan solusi dan terapi bagi masalah manusia dengan cara mendekatkan diri kepada Allah yang Maha Pencipta. Membiasakan dan mengaktualisasikan diri melalui nilai-nilai ilmu tasawuf dalam berperilaku di kehidupan sehari-hari.

c. Memperkuat keikhlasan

Konseling sufistik dilakukan semata-mata hanya karena Allah. Konsekuensinya konselor melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan tanpa rasa pamrih. Sementara yang dibimbang atau klien juga demikian, menerima dan meminta bantuan dengan suka rela.

¹⁶ Masyhuri, “Prinsip-Prinsip Tazkiyah Al-Nafs dalam Islam dan Hubungannya dengan Kesehatan Mental”, *Jurnal Pemikiran Islam*, Vol. 37, No. 2, Juli-Desember 2012, hlm. 1.

¹⁷ Duski Samad, *Konseling Sufistik Tasawuf Wawasan dan Pendekatan Konseling Islam*, Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan IAIN Imam Bonjol Padang, hlm. 9

d. Meluruskan tujuan hidup

Pada dasarnya konseling sufistik adalah membantu klien atau konseli untuk memelihara, mengembangkan dan mengkonsistensikan tujuan hidupnya dengan baik. Sehingga klien dapat mencapai tujuan hidup yang telah ditetapkannya.

e. Mengembangkan fitrah manusia

Selain meluruskan tujuan hidup, konseling sufistik juga dapat membantu klien untuk menengenal, memahami dan menghayati fitrahnya sebagai manusia. Di mana segala tingkah laku dan tindakannya manusia dapat berkembang sesuai dengan apa yang dihadapi, dan dengan konseling sufistik klien belajar mengembangkan kesadarannya fitrahnya.¹⁸

Berdasarkan manfaat dari konseling sufistik di atas dapat dipahami bahwa konseling sufistik mampu menjernihkan hati dari hal-hal yang negatif seseorang dengan menerapkan ilmu tasawuf untuk mendekatkan dirinya kepada Allah agar bisa beraktifitas apapun ikhlas hanya karena Allah sehingga seseorang tersebut mampu mengembangkan dirinya menjadi lebih baik lagi dan mampu mengenal dirinya akan fitrahnya sebagai manusia. Dengan adanya Konseling sufistik dapat mencegah KDRT dengan cara menjernihkan hati, pikiran dan perilaku sehingga terhindar dari perilaku negatif dan menimbulkan korban baik kekerasan secara verbal maupun kekerasan fisik.

5. Upaya Pencegahan KDRT melalui Konseling Sufistik

Konseling merupakan suatu aktifitas penasihat dan pendampingan, sehingga konseling sufistik dapat memberikan nasihat sebagai upaya pencegahan KDRT. Upaya pencegahan konseling sufistik terhadap KDRT melalui mensucikan diri secara lahir dan batin sehingga membangun akhlak yang baik, memperbaiki hatinya dengan jalan bertaqwah kepada Allah SWT, menjernihkan hati pada konseli agar senantiasa membersihkan hatinya dari perasaan buruk, prasangka dan hatinya tidak rusak dan tidak munafik. Pada dasarnya konseling sufistik digunakan untuk mengembangkan klien atau konseli menjadi orang yang dapat hidup mengenal dirinya sendiri (*arif*) dan juga mampu mengenal tuhannya (*ma'rifat*).¹⁹

Bentuk -bentuk KDRT serta Upaya pencegahannya adalah (1) kekerasan Fisik, (2) Kekerasan psikologis, (3) Kekekrasan seksual, (4) Kekerasan ekonomi. Untuk menghindari terjadinya bentuk-bentuk KDRT maka perlu dilakukan pencegahan dengan menggunakan konseling sufistik yaitu dengan cara:

- a. Menciptakan komunikasi yang baik dalam berumah tangga sehingga komunikasi yang terjalin lebih mampu dipahami oleh kedua belah pihak
- b. Mensucikan diri lahir dan batin sehingga tercipta akhlak yang baik. Akhlak yang baik melahirkan perkataan dan perilaku yang baik untuk menghindari KDRT secara psikologis, verbal, maupun fisik.

¹⁸ Mifti Anjani, "Pengaruh Konseling Sufistik dalam Peningkatan *Self Esteem* Remaja Pondok Pesantren Daarunnajah Jerakah, Tugu, Semarang, Skripsi UIN Walisongo Semarang, 2019, hlm. 31.

¹⁹ Duski Samad, *Konseling Sufistik: Tasawuf Wawasan dan Pendekatan Konseling Islam*, hlm. 33.

- c. Perlunya keimanan yang kuat dan akhlak yang baik dan berpegang teguh pada agamanya sehingga Kekerasan dalam rumah tangga tidak terjadi dan dapat diatasi dengan baik dan penuh kesabaran.
- d. Harus tercipta kerukunan dan kedamaian di dalam sebuah keluarga, karena didalam agama itu mengajarkan tentang kasih sayang terhadap ibu, bapak, saudara, dan orang lain. Sehingga antara anggota keluarga dapat saling menghargai setiap pendapat yang ada.²⁰

6. Teknik-teknik Konseling Sufistik untuk Upaya Pencegahan KDRT

a. Muhasabah dan Tazkirah

Muhasabah adalah mengajak konseli membuat kalkulasi sendiri. Konseling sufistik dapat dilakukan dengan cara muhasabah diri yang disertai dengan motivasi ayat dan hadis nilai manfaat saat orang dapat menyadari makna diri sebagai makhluk mulia dengan tugas dan mandat sebagai khalifah. Konseling sufistik secara teknis dilakukan oleh kaum tarekat melalui suluk, dzikir dan praktek ibadah khusus (wirid) yang dibimbing oleh guru khusus (*mursyid*). Teknik nasehat sufistik dapat dilakukan dengan menerapkan panduan Al-Qur'an dan hadis, bahwa agama Islam itu adalah nasehat, ad dinun nasehat, la dina liman nasehatu lahu, agama Islam itu berisikan nasehat, siapa saja yang tidak mau dinasehati maka ia tidak dapat dikatakan sebagai orang beragama. Tata cara dan etika memberi nasehat disebutkan Al-Qur'an *tawashwil haq*, *watawashabil shabri*, *tawashaibil marhamah*, berilah nasehat dengan kebenaran, kesabaran dan penuh kasih sayang.

b. Melakukan Pencerdasan (*Irsyad*)

Bimbingan dan konseling sebagaimana telah diuraikan, dalam Islam dikenal dengan istilah *Irsyad*, yaitu sebagai salah satu bentuk kegiatan dakwah yang lebih spesifik dipahami sebagai bimbingan agama, yakni kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan rohaniah dalam hidupnya, agar ia bisa mengatasi permasalahannya sendiri, karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan. Sehingga pada pribadinya timbul sesuatu harapan kebahagiaan hidup saat ini dan di masa depan.

c. Pengobatan Jiwa (*Syifa'*)

Selain *irsyad* dalam istilah Islam dikenal dengan istilah lain yang kedudukannya tidak berbeda dengan konseling. Misalnya istilah *al-syifa'* dan *al-dawa'* (proses pengobatan penyakit rohani atau jasmani) yang merupakan salah satu dari bentuk metode dakwah. Secara *manthuq* (implisit) kata-kata *syifa'* berarti: (1) bahwa Allah yang menyembuhkan segala penyakit yang ada di dalam dada manusia khususnya manusia beriman, (2) bahwa makanan dan minuman serta perbuatan, dapat menjadi obat penyakit yang di derita manusia, dan (3) bahwa Al-Qur'an menjadi obat bagi orang-orang yang beriman.

²⁰ Jaja Suteja, "Pencegahan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Kdrt) Melalui Kegiatan Konseling Keluarga", *Jurnal Equalita*, Vol. 2, No. 1, Juni 2020, hlm. 8.

Upaya pencegahan tidak hanya pencegahan perilaku KDRT sebelum terjadi, namun juga sebagai upaya pencegahan pengulangan tidak kekerasan. KDRT menjadi bagian dari kekerasan berbasis gender, ketika perempuan sebagai korban mengalami diskriminasi, subordinasi, dan kekerasan. Hal tersebut menjelaskan mengapa sebagian besar pelaku KDRT adalah laki-laki. Hukuman berupa penjara atau denda hanya akan berfungsi dalam membatasi kemerdekaan pelaku namun belum mampu menyentuh pada aspek perubahan perspektif/perilaku secara personal dan psikologis. Dalam hal itulah maka program konseling sebagai sarana perubahan perilaku dan perspektif penting dilakukan agar tidak terjadi pengulangan KDRT.

Adapun proses konseling sufistik dilakukan sesuai kontrak konseling. Kontrak konseling harus disepakati bersama agar tercapai tujuan konseling (dibutuhkan komitmen konseli agar proses terlampaui dengan baik). Pada fase pencegahan konseling sufistik beberapa strategi yang dilakukan konselor pertama, mengkomunikasikan nilai-nilai inti agar konseli selalu jujur dan terbuka. Kedua, menciptakan kondisi yang nyaman dan kodusif.

Kesimpulan

KDRT adalah kekerasan yang terjadi di dalam rumah tangga. Kekerasan ini bukan hal yang biasa terjadi semacam ketegangan atau konflik sehari-hari seperti beda pendapat, perdebatan, pertengkarannya, saling mengejek atau memaki sesaat. Bentuk-bentuk KDRT dapat dibagi menjadi dua yaitu fisik dan non fisik (psikis). Adapun siklus KDRT yaitu: Fase tegang/ketegangan yang meningkat, Fase akut/penganiayaan akut, dan Fase bulan madu semu. Konseling Islam ataupun sufistik pada dasarnya menekankan pada pertolongan dari orang yang ahli dan terlatih, dengan tujuan agar individu mampu menolong dirinya sendiri, memutuskan sendiri, dan bertanggung jawab sendiri. Adapun dasar-dasar konseling sufistik sebagai Upaya pencegahan KDRT meliputi: bimbingan hikmah, nasehat bijak (*taushiyah*), *irsyadiyah*, hijrah, *tazkiyah*, dan latihan diri (*riyadhhah*).

Daftar Pustaka

- Anwar Sutoyo, *Model Bimbingan Dan Konseling Sufistik Untuk Mengembangkan Pribadi Yang ‘Alim Dan Saleh*, jurnal Bimbingan dan Konseling Islan Universitas Semarang, Vol. 8, No. 1, Juni 2017
- Ciciek, Farcha, *Ikhtiar mengatasi kekerasan dalam rumah tangga: belajar dari kehidupan Rasulullah SAW*, Jakarta: LKAJ bekerjasama dengan perserikatan solidaritas perempuan dan the asia founfation, 1999.
- Darajat, Zakiyah, *Kesehatan Mental*. Jakarta: Bulan Bintang, 1996.
- Duski Samad, *Konseling Sufistik Tasawuf Wawasan Dan Pendekatan Konseling Islam*, Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Iain Imam Bonjol Padang.
- Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Surakarta: 2014)
- Gelles, *Violence In The Family: A Review Of Research In The Seventies*, journal of marriage and the family, 42 (4)
- I Dewi Ayu Dwika Puspita Dewi dan Nurul Hartini, *Dinamika Forgiveness Pada Istri Yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)*, Insan jurnal psikologi dan kesehatan mental, 2017

Jaja Suteja, *Pencegahan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Kdrt) Melalui Kegiatan Konseling Keluarga*, Equalita, Vol. 2 Issue 1, Juni 2020

La Jamaa, *Kekerasan Dalam Rumah Tangga: Pengaruhnya Terhadap Pendidikan Karakter Anak Dan Solusinya Perspektif Islam*, Jurnal Jurusan Jinayah Siyasah Fakultas Syariah dan Ekonomi Islam IAIN Ambon. Vol. IX No. 1, Juni 2013.

Massdar, mas'udi, *Perempuan Dalam Wacana Keislaman Dalam Perempuan Dan Pemberdayaan: kumpulan karangan untuk menghormati ulang tahun ke-70 saparinah sadli*, Jakarta, Kerjasama program studi kajian Wanita ptogram pascasarjana universitas indonesia, harian kompas dan penerbit obor.

Masyhuri, *Prinsip-Prinsip Tazkiyah Al-Nafs Dalam Islam Dan Hubungannya Dengan Kesehatan Mental*, Jurnal Pemikiran Islam; Vol. 37, No. 2 Juli-Desember 2012.

Mifti Anjani, Pengaruh Konseling Sufistik Dalam Peningkatan Self Esteem Remaja Pondok Pesantren Daarunnajaah Jerakah, Tugu, Semarang (skripsi, UIN Walisongo, Semarang, 2019).

Monavia ayu rizaty, ada 25.050 *Kasus Kekerasan Perempuan Di Indonesia* pada 2022, diambil dari situs Dataindonesia.id diakses pada 06 Juli 2023

Moors, *Woman, Property and Islam*. Cambridge university press: new York, 1995.

Mufida, *Paradigma Gender*, edisi revisi, bayu media malang, 2004.

Ridhwan mustajab, persellisihan jadi sebab utama perceraian di Indonesia tahun 2022, dataindonesia.id diakses pada 06 juli 2023.

Sharma, *Protecyion To Women In Matrimonial Home, Deep And Deep Publication*. New delhi, 1994.

Silalahi dan meinarno, *Keluarga Indonesia Aspek Dan Dinamika Zaman*, Jakarta: rajawali pers, 2010

Sofia hardani dan wilaela, *Kekerasan Dalam Rumah Tangga: Sebuah Pengantar*, pusat studi Wanita UIN Sultan Syarif Kasim Riau, pekanbaru, 2010

Undang-undang RI No 23 tahun 2004, tentang penghapusan kekerasan dalam rumah tangga, citra umbara, bandung.