



MEMBANGUN RUMAH TANGGA SAKINAH PANDUAN PRAKTIS DARI AL-QUR'AN DAN SUNNAH

**Meli Iranti^{*1}, Muthi'ah², Rezi Zahara³, Binasti⁴, Eka Zahra Septiani⁵,
Yeni Kartika⁶, Rahma Yesi⁷, Dwi Noviani⁸**

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

Corresponding Author: melyiranti16@gmail.com

<p>Info Article</p> <p>Received : 01 Maret 2025</p> <p>Revised : 04 April 2025</p> <p>Accepted : 02 Mei 2025</p> <p>Publication : 30 Mei 2025</p> <hr/> <p>Keywords: Sakinah Household, Qur'an, Sunnah</p> <p>Kata Kunci: Rumah Tangga Sakinah, Al Qur'an, Sunnah</p> <hr/> <p>Licensed Under a Creative Commons Attribution 4.0 International License</p> 	<p>Abstract: <i>This article explores the importance of building a sakinah (tranquil) household based on the values of the Qur'an and Sunnah as the foundational pillars of Muslim family life. A household is not merely a biological or administrative union, but a spiritual institution aimed at achieving tranquility (sakinah), love (mawaddah), and compassion (rahmah). Using a qualitative method with a literature-based approach, the authors analyze classical and contemporary Islamic sources to offer practical guidance for establishing a harmonious family. The findings reveal that many challenges in modern Muslim families stem from a lack of understanding and application of Islamic values in daily life. Therefore, value education, effective communication, and spiritual awareness are crucial in building a strong family unit emotionally, socially, and religiously. This article aims to make a meaningful contribution to the development of Muslim families and foster a morally upright society guided by divine principles.</i></p> <hr/> <p>Abstrak: Artikel ini membahas pentingnya membangun rumah tangga sakinah berdasarkan nilai-nilai Al-Qur'an dan Sunnah sebagai fondasi utama kehidupan keluarga Muslim. Rumah tangga tidak hanya dipandang sebagai ikatan biologis dan administratif, tetapi sebagai wadah spiritual untuk mencapai ketenangan (sakinah), kasih sayang (mawaddah), dan belas kasih (rahmah). Dengan metode kualitatif berbasis studi pustaka, penulis mengkaji sumber-sumber Islam klasik dan kontemporer untuk menawarkan panduan praktis dalam membangun rumah tangga yang harmonis. Hasil kajian menunjukkan bahwa krisis dalam keluarga Muslim modern banyak disebabkan oleh kurangnya pemahaman dan pengamalan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, dibutuhkan edukasi nilai, komunikasi yang baik, serta kesadaran spiritual dalam mewujudkan keluarga yang kokoh secara emosional, sosial, dan religius. Artikel ini diharapkan dapat menjadi kontribusi nyata dalam pembinaan keluarga Muslim menuju masyarakat yang berakhlak dan diridhai Allah SWT.</p>
--	--

PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan salah satu institusi paling fundamental dalam kehidupan manusia. Dalam Islam, pernikahan tidak hanya dipandang sebagai ikatan sosial dan biologis, tetapi juga sebagai bentuk ibadah yang memiliki dimensi spiritual dan peradaban. (Kementerian Agama RI). (2023). Al-Qur'an menegaskan bahwa tujuan utama dari pernikahan adalah untuk mencapai *sakinah*, yaitu ketenangan jiwa, yang dihiasi oleh *mawaddah* (kasih sayang) dan *rahmah* (belas kasih), sebagaimana termaktub dalam firman Allah:

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقُرُونَ
“Dan diantara tanda-tanda (kebesaran)-nya ialah dia menciptakan untukmu pasangan-pasangan dari jenismu sendiri agar kamu cendrung dan merasa tentram kepadanya dan dijadikannya diantaramu rasa kasih dan sayang” (Q.S Ar-rum:21) (RI, 2010)

Namun, dalam praktiknya, membangun rumah tangga yang ideal yang selaras dengan nilai-nilai Al-Qur'an dan Sunnah tidaklah mudah. Tingginya angka perceraian di Indonesia, baik di kota besar maupun pedesaan, menjadi indikator lemahnya kesiapan pasangan dalam membina kehidupan rumah tangga yang harmonis. Data dari Direktorat Jenderal Badan Peradilan Agama Mahkamah Agung RI (2023) mencatat lebih dari 447.743 kasus perceraian, dengan alasan tertinggi adalah pertengkaran terus-menerus dan masalah ekonomi. Hal ini menunjukkan adanya urgensi untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif dan praktis tentang bagaimana membangun rumah tangga berdasarkan prinsip-prinsip Al-Qur'an dan Sunnah. Sayangnya, sebagian besar pasangan hanya mempersiapkan pernikahan secara seremonial, namun belum cukup dari sisi keilmuan dan spiritual. Padahal, Nabi Muhammad telah memberikan banyak teladan dalam kehidupan rumah tangga, mulai dari memperlakukan istri dengan lembut, bermusyawarah dalam urusan keluarga, hingga mendidik anak dengan kasih sayang.

Penulis melihat bahwa dalam masyarakat modern, tantangan terbesar dalam pernikahan bukan hanya dari faktor ekonomi atau komunikasi, tetapi dari krisis pemahaman nilai. Banyak pasangan muda belum menjadikan Al-Qur'an dan Sunnah sebagai pedoman utama dalam membina rumah tangga. Padahal, Islam telah menyediakan konsep lengkap dan aplikatif untuk membangun keluarga yang sakinah: mulai dari pemilihan pasangan, adab dalam rumah tangga, hingga cara menyelesaikan konflik. Melalui artikel ini, penulis ingin menawarkan panduan praktis bukan hanya

teoretis yang diambil langsung dari sumber primer Islam (Al-Qur'an dan hadis-hadis shahih), dipadukan dengan wawasan kontemporer dari para ulama dan pakar keluarga Muslim. Harapannya, pembaca dapat menerapkan nilai-nilai ini secara nyata dalam kehidupan rumah tangga mereka, sehingga tercipta keluarga yang kokoh secara spiritual, emosional, dan sosial.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan kepustakaan (*Library Research*). Fokus utamanya adalah menelaah konsep rumah tangga sakinah berdasarkan sumber-sumber primer Islam, yaitu Al-Qur'an dan hadis, serta diperkuat dengan literatur sekunder dari kitab-kitab klasik dan kontemporer. Pendekatan yang digunakan adalah normatif-teologis, karena kajian ini berupaya menggali nilai-nilai keislaman dalam membangun rumah tangga ideal menurut ajaran agama.

Data yang digunakan terdiri dari sumber primer seperti ayat-ayat Al-Qur'an (misalnya QS. Ar-Rum: 21) dan hadis-hadis shahih tentang pernikahan, serta sumber sekunder seperti buku karya ulama klasik (Al-Ghazali, Al-Albani) dan buku modern tentang fiqh keluarga dan psikologi pernikahan Islami. Pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi, dengan cara mengumpulkan, membaca, dan menganalisis teks-teks tersebut berdasarkan tema-tema seperti sakinah, mawaddah, rahmah, dan peran suami-istri.

Dalam proses analisis, penulis menggunakan metode analisis isi (*content analysis*) untuk mengidentifikasi makna dan nilai dalam teks yang dikaji serta menafsirkannya secara kontekstual dalam kehidupan keluarga Muslim saat ini. Dengan metode ini, artikel diharapkan mampu memberikan panduan yang tidak hanya bersifat normatif, tetapi juga praktis dan relevan dengan kebutuhan pasangan Muslim di era modern. Penelitian ini didukung oleh referensi-referensi terpercaya seperti karya Lexy J. Moleong, Krippendorff, dan buku resmi dari Kementerian Agama RI.

Sunnah telah memberikan panduan yang lengkap dan mendalam tentang bagaimana pasangan suami istri dapat membina hubungan yang harmonis, penuh kasih sayang, dan saling menghargai. Nilai-nilai seperti *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah* bukan hanya ajaran normatif, melainkan fondasi yang terbukti relevan untuk menjawab tantangan rumah tangga modern.

Analisis terhadap literatur klasik dan kontemporer menunjukkan bahwa banyak persoalan rumah tangga dewasa ini terjadi karena kurangnya pemahaman dan

pengamalan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, membangun rumah tangga sakinah harus dimulai sejak sebelum pernikahan, melalui edukasi nilai dan pembinaan spiritual. Peran suami dan istri sebagai mitra ibadah menjadi kunci utama dalam menciptakan lingkungan keluarga yang sehat secara emosional, sosial, dan religius.

Penulis meyakini bahwa pendekatan kualitatif berbasis teks-teks Islam klasik dan kontemporer mampu memberikan kontribusi nyata dalam memperkuat kesadaran pasangan Muslim akan pentingnya membina rumah tangga sesuai petunjuk wahyu. Dengan demikian, artikel ini diharapkan tidak hanya memperkaya wawasan keislaman, tetapi juga menjadi panduan praktis dalam mengimplementasikan prinsip-prinsip rumah tangga sakinah dalam kehidupan nyata.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Rumah Tangga

Rumah tangga, menurut Badan Pusat Statistik (BPS), di bedakan menjadi dua, yaitu Rumah Tangga Biasa, atau disebut Ordinary Household, yang terdiri dari seorang atau sekelompok orang yang mendiami sebagian atau seluruh bangunan fisik/sensus, dan biasanya tinggal bersama dan makan dari satu dapur. Sedangkan satunya lagi adalah Rumah Tangga Khusus, atau disebut Special Household, adalah orang-orang yang tinggal di asrama, tangsi, panti asuhan, lembaga pemasyarakatan, atau rumah tahanan yang pengurusan sehari-harinya dikelola oleh suatu yayasan atau lembaga serta sekelompok orang yang mondok dengan makan (indekos) dan berjumlah 10 orang atau lebih. (Hartoni, 1990)

Secara sosiologis arti kata rumah tangga adalah suatu kesatuan sosial yang didasarkan atas hubungan perkawinan atau ikatan darah. (Subhan, 2004) Rumah tangga juga dapat didefinisikan dari sudut pandang psikologis sebagai dua orang yang berjanji untuk hidup bersama, yang berkomitmen atas dasar cinta, yang melaksanakan tugas dan fungsi yang dihubungkan oleh ikatan batin atau hubungan perkawinan yang kemudian menghasilkan ikatan darah. juga nilai pengertian, sifat-sifat kepribadian yang satu dengan yang lain, yang lain saling mempengaruhi, meskipun ada keragaman, mematuhi ketentuan norma, adat istiadat. (Mufidah, 2008) Sedangkan dalam penelitian ini, yang dimaksudkan rumah tangga adalah dua orang yang terdiri dari laki-laki dan perempuan yang terikat sebuah perkawinan, baik mereka telah mempunyai keturunan atau belum.

Secara umum, rumah tangga dapat didefinisikan sebagai unit sosial terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari pasangan suami istri, dengan atau tanpa anak, yang tinggal bersama dalam satu tempat tinggal dan saling terikat oleh hubungan hukum, emosional, dan tanggung jawab. Dalam konteks sosiologis, rumah tangga tidak hanya berfungsi sebagai tempat tinggal, tetapi juga sebagai pusat pendidikan nilai, ekonomi, dan pembinaan karakter.

Dalam perspektif Islam, rumah tangga bukan sekadar lembaga sosial, melainkan juga merupakan lembaga spiritual yang berfungsi sebagai *madrasah pertama* bagi generasi penerus. Rumah tangga memiliki kedudukan mulia karena menjadi tempat berlangsungnya ibadah yang kontinyu, yakni pernikahan. Al-Qur'an menggambarkan rumah tangga sebagai tempat yang ideal untuk mencapai *sakinah* (ketenangan), *mawaddah* (kasih sayang), dan *rahmah* (belas kasih), sebagaimana dalam QS. Ar-Rum ayat 21. (RI, 2010) Maka, rumah tangga bukan hanya tentang kebersamaan fisik, tetapi juga ikatan batin yang dilandasi keimanan.

Penulis melihat bahwa banyak kesalahpahaman terjadi karena rumah tangga sering dimaknai sebatas hubungan biologis dan administratif. Padahal, inti dari rumah tangga dalam Islam adalah kerja sama dalam mencapai tujuan akhirat, bukan sekadar kenikmatan dunia. Oleh karena itu, penting bagi pasangan suami istri untuk memahami rumah tangga secara utuh, bukan hanya sebagai tempat tinggal bersama, tetapi sebagai wadah pembinaan akhlak, tempat berjuang bersama, dan sarana meraih ridha Allah SWT.

Konsep Sakinah, Mawaddah, dan Rahmah dalam Al-Qur'an dan Sunnah

Konsep Sakinah

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata Sakinah berarti kedamaian, ketenangan, ketenteraman, dan kebahagiaan. Secara etimologis, kata Sakinah berasal dari bahasa Arab “sakana, yaskunu, sakinatan”, yang berarti rasa damai, aman, tentram, merdeka, keheningan, dan tinggal. (Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, 1988). Menurut M. Quraish Shihab, kata Sakinah berasal dari bahasa Arab yang terdiri dari huruf sin, kaf dan nun, yang berarti tenang atau antonim goncangan. Dalam setiap rumah tangga ada saat-saat timbul gejolak, tetapi diatasi dengan lahirnya Sakinah.

Sakinah memiliki arti khusus dalam Islam yaitu kedamaian dan ketenteraman hati yang bersumber dari Allah SWT. Sakinah bersifat dinamis di setiap rumah tangga. Sakinah terlihat tidak hanya dalam keadaan lahir, tetapi juga dalam benak setiap anggota

dalam rumah tangga. Setiap rumah tangga pasti memiliki masalah sehingga akan terjadi gejala yang besar dalam rumah tangganya, namun hal ini dapat diatasi oleh setiap anggota keluarga sehingga akan timbul sakinah. Sakinah dapat dicapai dengan riadlah yang kuat, yaitu kesabaran dan ketakwaan yang kuat.(Shihab, 2007).

Penggunaan kata Sakinah disebutkan enam kali dalam al-Qur'an seperti yang tertulis dalam Ensiklopedia Islam. Ungkapan dalam al-Qur'an secara jelas mengatakan bahwa Sakinah berarti damai, tenang, rahmat dan Tuma'ninah, yang diberikan oleh Allah SWT. Sebagaimana dijelaskan dalam al-Qur'an, Surat al Baqarah ayat 248, Surat at-Taubah ayat 26 dan 40 dan Surat al-Fath ayat 4, 18 dan 26.yang berbunyi;

وَقَالَ لَهُمْ نَبِيُّهُمْ إِنَّ آيَةَ مُلْكِهِ أَنْ يَأْتِيَكُمُ التَّابُوتُ فِيهِ سَكِينَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَبَقِيَّةٌ مِّمَّا تَرَكَ آلُ مُوسَىٰ وَآلُ هَارُونَ تَحْمِلُهُ الْمَلَائِكَةُ
إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّكُم إِنْ كُنْتُمْ مُّؤْمِنِينَ

“Dan Nabi mengatakan kepada mereka: "Sesungguhnya tanda ia akan menjadi Raja, ialah kembalinya tabut kepadamu, di dalamnya terdapat ketenangan dari Tuhanmu dan sisa dari peninggalan keluarga Musa dan keluarga Harun; tabut itu dibawa malaikat. Sesungguhnya pada yang demikian itu terdapat tanda bagimu, jika kamu orang yang beriman”. (RI, 2010)

ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَنْزَلَ حُبُودًا لَّمْ تَرَوْهَا وَعَذَّبَ الَّذِينَ كَفَرُوا وَذَلِكَ جَزَاءُ الْكٰفِرِينَ
“Kemudian Allah menurunkan ketenangan kepada RasulNya dan kepada orang-orang yang beriman, dan Allah menurunkan bala tentara yang kamu tiada melihatnya, dan Allah menimpakan bencana kepada orang-orang yang kafir, dan itulah pembalasan kepada orang-orang yang kafir”(RI, 2010)

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa, Sakinah ditempatkan dalam hati para nabi dan orang-orang beriman oleh Allah SWT agar mereka selalu tabah dan tak gentar dalam menghadapi tantangan, rintangan, cobaan dan bencana. Sehingga Sakinah dapat dipahami sebagai sesuatu yang memuaskan hati. Selain ayat di atas, ada beberapa ayat lain yang menjelaskan sesuatu tentang Sakinah. seperti:

إِلَّا تَنْصُرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ إِذْ أَخْرَجَهُ الَّذِينَ كَفَرُوا ثَانِيًا إِذْ هُمَا فِي الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا
فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ بِجُنُودٍ لَّمْ تَرَوْهَا وَجَعَلَ كَلِمَةَ الَّذِينَ كَفَرُوا السُّفْلَىٰ وَكَلِمَةُ اللَّهِ هِيَ الْعُلْيَا وَاللَّهُ عَزِيزٌ
حَكِيمٌ

“Jika kamu tidak menolongnya (Muhammad) Maka Sesungguhnya Allah telah menolongnya (yaitu) ketika orang-orang kafir (musyrikin Mekah) mengeluarkannya

(dari Mekah) sedang Dia salah seorang dari dua orang ketika keduanya berada dalam gua, di waktu Dia berkata kepada temannya: "Janganlah kamu berduka cita, Sesungguhnya Allah beserta kita." Maka Allah menurunkan keterangan-Nya kepada (Muhammad) dan membantunya dengan bala tentara yang kamu tidak melihatnya, dan Al-Quran menjadikan orang-orang kafir Itulah yang rendah. dan kalimat Allah Itulah yang tinggi. Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana".(RI, 2010)

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَرُدُّوْا إِيمَانًا مَّعَ إِيمَانِهِمْ ۗ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ ۗ وَكَانَ اللهُ عَلِيْمًا
حَكِيْمًا

“Dia-lah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin supaya keimanan mereka bertambah di samping keimanan mereka (yang telah ada). dan kepunyaan Allah-lah tentara langit dan bumi dan adalah Allah Maha mengetahui lagi Maha Bijaksana”.

لَقَدْ رَضِيَ اللهُ عَنِ الْمُؤْمِنِينَ إِذْ يُبَايِعُونَكَ تَحْتَ الشَّجَرَةِ فَعَلِمَ مَا فِي قُلُوبِهِمْ فَأَنْزَلَ السَّكِينَةَ عَلَيْهِمْ وَأَثَابَهُمْ فَتْحًا قَرِيْبًا
“Sesungguhnya Allah telah ridha terhadap orang-orang mukmin ketika mereka berjanji setia kepadamu di bawah pohon, Maka Allah mengetahui apa yang ada dalam hati mereka lalu menurunkan ketenangan atas mereka dan memberi Balasan kepada mereka dengan kemenangan yang dekat (waktunya)".(RI, 2010)

إِذْ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَمِيَةَ الْجَاهِلِيَّةَ فَأَنْزَلَ اللهُ سَكِيْنَةً عَلَى رَسُوْلِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِيْنَ وَالزَّمَهُمْ كَلِمَةَ
التَّقْوٰى وَكَانُوْا أَحَقَّ بِهَا وَأَهْلَهَا ۗ وَكَانَ اللهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيْمًا

“Ketika orang-orang kafir menanamkan dalam hati mereka kesombongan (yaitu) kesombongan Jahiliyah lalu Allah menurunkan ketenangan kepada Rasul-Nya, dan kepada orang-orang mukmin dan Allah mewajibkan kepada mereka kalimat takwa dan adalah mereka berhak dengan kalimat takwa itu dan patut memilikinya. dan adalah Allah Maha mengetahui segala sesuatu".(RI, 2010). Secara terminologi kata sakinah dalam Al-Qur'an muncul beberapa pengertian. Ali bin Muhammad al Jurjani (w.816 H /1413 M) Seorang ahli kamus ilmiah menyebutkan bahwa sakinah adalah hadirnya ketenangan di hati ketika sesuatu yang tak terduga datang, disertai dengan nur (cahaya) di hati, membawa kedamaian dan ketentraman di hati orang-orang yang menyaksikan dan menjadi subjek dari ain' al-yaqin (keyakinan berdasarkan penglihatan).(Dewan Penyusun Esiklopedi, 1993)

Sedangkan pendapat lain tentang Sakinah adalah pandangan para sufi. Menurut Ibnu Qayim al-Jauziyah, yang dimaksud dengan sakinah adalah ketenangan dan tuma'ninah, yang diturunkan Allah kepada hati hamba-hamba Nya ketika sedang mengalami goncangan dan ketakutan. Ia menyebutkan bahwa segala sesuatu yang diturunkan Allah kepada hati Rasul dan hamba-hamba-Nya yang beriman memiliki tiga makna, yaitu: cahaya, kekuatan dan semangat, membawa ketenangan bagi yang takut, kegembiraan bagi yang sedih, dan ketenangan bagi yang sedih. (Jauziyah, n.d.) 1993)

Dari sejumlah ungkapan yang diabadikan dalam al-Qur'an tentang sakinah, beberapa ahli memngutarakan pemahamannya yaitu sebagai berikut:

- a. Menurut al Isfahan (ahli fiqh & tafsir) ia menafsirkan kata sakinah tanpa rasa gentar dalam menghadapi apapun.
- b. Menurut al-Jurjani (ahli bahasa), sakinah adalah ketenangan di hati ketika sesuatu yang tidak terduga datang, disertai dengan nur (cahaya) di hati, yang memberikan ketenangan dan ketentraman bagi yang menyaksikannya dan pandangan keyakinan (ain al-yaqin).
- c. Menurut Nasution (2012), Sakinah juga dapat diartikan sebagai "seutuhnya" atau kebahagiaan sejati, yaitu perpaduan dari tiga unsur:
 1. Kegembiraan dan kesejahteraan yang dapat dicapai melalui pemenuhan kebutuhan jasmani/materi
 2. Kedamaian yang dapat dicapai melalui pemenuhan
 3. Keamanan, yang dapat dipenuhi melalui ketaatan pada norma dan etika agama, termasuk norma dan etika sosial dan hukum alam.

Konsep Mawaddah

Di samping Sakinah, Al Qur'an menyebut dua kata lain dalam konteks kehidupan rumah tangga, yaitu mawaddah dan rahmah. Dalam Al Qur'an dan tafsirnya Departemen Agama diterjemahkan dengan "rasa kasih dan sayang". Dalam penjelasan dan kosa katanya, mawaddah berasal dari *fi'il wadda-yawaddu waddan wa mawaddatan* yang artinya cinta, kasih, dan suka. Sedangkan Rahmah berasal dari *fi'il rahima-yarhamu-wa marhamatan* yang berarti sayang menaruh kasihan. Dalam penjelasan tafsirnya, al Qur'an dan tafsirnya Departemen Agama menguraikan penjelasan tentang mawaddah dan rahmah dengan mengutip dari berbagai pendapat. Diantaranya, pendapat Mujahid dan Ikrimah yang berpendapat bahwa kata mawaddah adalah sebagai ganti dari kata "nikah" (bersetubuh), sedangkan kata rahmah sebagai kata ganti "anak." Menurutnya, maksud

ayat "bahwa Dia menjadikan antara suami dan istri rasa kasih sayang" ialah adanya perkawinan sebagai yang disyari'atkan Tuhan antara seorang laki-laki dengan seorang perempuan dari jenisnya sendiri, yaitu jenis manusia, akan terjadi 'persenggamaan' yang menyebabkan adanya 'anak-anak' dan keturunan. 'persenggamaan' merupakan suatu yang wajar dalam kehidupan manusia, sebagaimana adanya anak-anak yang merupakan suatu yang umum pula. (Ismatulloh, 2015)

Berbeda dengan Qurais Shihab, yang menafsirkan mawaddah dengan "jalan menuju terbaikannya kepentingan dan kenikmatan pribadi demi orang yang tertuju kepada Mawaddah itu." Mawaddah mengandung pengertian cinta plus. Menurut Quraish Shihab, pengertian Mawaddah mirip dengan kata rahmat, hanya saja rahmat tertuju kepada yang dirahmati, sedang yang dirahmati itu dalam keadaan butuh dan lemah. Sedang Mawaddah dapat tertuju juga kepada yang kuat. Ada yang berpendapat bahwa Mawaddah tertuju bagi anak muda, dan rahmah bagi orang tua. Adapula yang menafsirkan bahwa mawaddah ialah rasa kasih sayang yang makin lama terasa makin kuat antara suami istri. Terkait dengan Mawaddah dalam pengertian bersetubuh, al Qur'an dan tafsirnya Departemen Departemen Agama mencontohkan bagaimana Allah mengutuk kaum Lut yang melampiaskan nafsunya dengan melakukan homoseks, dan meninggalkan istri-istri mereka yang seharusnya menjadi tempat mereka melampiaskan rasa kasih sayang dan melakukan persenggamaan (Dahwadin et al., 2018), terkait hal ini, Allah berfirman :

تَذُرُونَ مَا خَلَقَ لَكُمْ رَبُّكُمْ مِنْ أَرْوَاحِكُمْ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ عَادُونَ

"dan kamu tinggalkan isteri-isteri yang dijadikan oleh Tuhanmu untukmu, bahkan kamu adalah orang-orang yang melampaui batas" (RI, 2010)

Dalam QS. Al Rum ayat 21, Allah menetapkan ketentuan-ketentuan hidup suami istri untuk mencapai kebahagiaan hidup, ketentraman jiwa, dan kerukunan hidup berumah tangga. Apabila hal itu belum tercapai, mereka semestinya mengadakan introspeksi terhadap diri mereka sendiri, meneliti apa yang belum dapat mereka lakukan serta kesalahan-kesalahan yang telah mereka perbuat. Kemudian mereka menetapkan cara yang paling baik untuk berdamai dan memenuhi kekurangan tersebut sesuai dengan ketentuan-ketentuan Allah, sehingga tujuan perkawinan yang diharapkan itu tercapai, yaitu ketenangan, saling mencintai, dan kasih sayang.

Mawadah bukan sekedar cinta terhadap lawan jenis dengan keinginan untuk selalu berdekatan tetapi lebih dari itu. Mawadah adalah cinta plus, karena cinta yang disertai

dengan keikhlasan dalam menerima keburukan dan kekurangan orang yang dicintai. Dengan mawadah seseorang akan menerima kelebihan dan kekurangan pasangannya sebagai bagian dari dirinya dan kehidupannya. Mawadah dicapai dengan proses adaptasi, negosiasi, belajar menahan diri, saling memahami, mengurangi egoisme untuk sampai pada kematangan. (Marsidi et al., 2022)

Konsep Rahmah

Secara kata, Wa Rahmah artinya: Wa itu maksudnya "dan" dalam bahasa Arab, sedangkan Rahmah sendiri artinya kasih sayang. Secara makna: pernikahan akan menjadi rahmah ketika pernikahan itu diliputi (banyak) belas kasih dan rasa sayang. (Alviana Cahyanti, 2020). *Rahmah* memiliki arti sebagai rezeki dan rahmat yang datang dari Allah SWT. Dalam konteks keluarga, *rahmah* bukan sekadar rasa cinta, tetapi juga mencakup kasih sayang, ketulusan, dan kebersamaan yang penuh keberkahan. Ketika Allah menganugerahkan rahmah kepada suatu keluarga, itu merupakan tanda bahwa rumah tangga tersebut telah diberi karunia yang luar biasa sebuah ikatan yang dibangun bukan hanya atas dasar perasaan, tetapi juga atas dasar keimanan dan tanggung jawab. (Wiludjeng, 2020)

Dalam kehidupan berumah tangga, setiap pasangan pasti memiliki kelebihan dan kekurangan. Di sinilah letak ujian sejati dari rahmah itu sendiri. Kelebihan yang ada pada pasangan adalah anugerah yang patut disyukuri, sementara kekurangannya adalah ladang pahala jika disikapi dengan sabar dan penuh kasih. Rasulullah SAW bersabda, *"Janganlah seorang mukmin membenci seorang mukminah. Jika ia membenci salah satu akhlakunya, maka hendaknya ia ridha terhadap akhlakunya yang lain."* (HR. Muslim).

Karena itu, sudah seharusnya kekurangan pasangan tidak diumbar ke publik. Menjadikannya sebagai bahan pembicaraan di hadapan orang lain, baik itu teman, saudara, maupun media sosial, tidak hanya mencederai kehormatan pasangan, tetapi juga merusak keutuhan rumah tangga itu sendiri. Kekurangan pasangan bukan untuk diumbar, tetapi untuk ditutupi dan diperbaiki dengan penuh cinta. Di sinilah pentingnya sikap saling melindungi dan menjaga kehormatan satu sama lain.

Fungsi dan Tujuan Pernikahan dalam Islam

Dalam rangka mewujudkan tujuan perkawinan, maka keluarga memiliki beberapa fungsi², di antaranya: (Ja'far, 2021)

1. Fungsi biologis, yaitu untuk menghasilkan keturunan (regenerasi) secara sah

2. Fungsi afektif, yaitu untuk saling memberikan rasa cinta dan kasih sayang di antara anggota keluarga
3. Fungsi ekonomi, yaitu untuk menghasilkan dan membelanjakan harta dalam rangka memenuhi kebutuhan hidupnya
4. Fungsi Protektif, yaitu untuk melindungi anggotanya dari berbagai ancaman, baik ancaman fisik, ekonomis, maupun psikologis
5. Fungsi rekreatif, yaitu sebagai pusat rekreasi bagi para anggotanya
6. Fungsi edukatif, yaitu untuk memberikan pendidikan kepada anggota keluarga agar mempunyai budi pekerti yang luhur, sehingga keluarga menjadi tempat pendidikan yang paling utama.

Al-Qur'an secara eksplisit menyebutkan tujuan pernikahan dalam Surah Ar-Rum ayat 21:

"Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan untukmu istri-istri dari jenismu sendiri, supaya kamu merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya di antaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berpikir." Ayat ini mengandung tiga tujuan utama dalam pernikahan, yaitu sakinah, mawaddah, dan rahmah. Ketiga konsep ini membentuk fondasi bagi terciptanya rumah tangga yang harmonis dan diridhai Allah SWT. (Fikriya, 2023)

Imam Ibnu Qoyyim rahimahullah mengulas tujuan pernikahan, yang pada hakikatnya mencakup tiga hal, yaitu:

1. Menjaga keturunan, nasab, dan kemuliaan Islam;
2. Mengeluarkan air sperma (mani) yang jika tertahan akan membahayakan tubuh;
3. Memenuhi hajat jima' (bersetubuh).

Apa yang disampaikan Imam Ibnu Qoyyim di atas sejatinya sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam. (Hidayat, 2019)

Prinsip-prinsip Pergaulan Suami Istri dalam Islam

Dalam hukum Islam, ada prinsip-prinsip pergaulan suami dan istri, yang mencakup: (Fikriya, 2023)

1. Suami kepala keluarga dan istri ibu rumah tangga;
2. Pergaulan yang makruf atau pergaulan yang baik serta saling menjaga rahasia masing-masing;
3. Pergaulan yang sakinah atau pergaulan yang tenteram;

4. Pergaulan yang diliputi rasa mawaddah atau cinta-mencintai, terutama di masa muda;
5. Pergaulan yang disertai rahmah, yaitu santun-menyantuni, terutama pada waktu tua telah mendatang.

Rasulullah dalam hadisnya yang diriwayatkan oleh Ahmad Tirmidzi dan Abu Dawud, bersabda, yang artinya: "Sifat kasih sayang tidak dicabut, kecuali dari hati yang celaka". Berdasarkan hadis ini, dapat dipahami bahwa selama suami dan istri hidup dalam suasana saling mengasihi dan menyayangi satu dengan lainnya, maka Allah akan menurunkan rahmat-Nya dalam rumah tangga mereka. Sebaliknya, suami dan istri yang bersikap saling benci dan kasar, maka rahmat Allah dijauhkan dari kehidupan rumah tangga mereka.

Interaksi saat berumah tangga dalam Islam selain hubungan fisik antara suami dengan istri, juga meliputi aspek emosional, spiritual, serta sosial. Islam menuntun agar pergaulan antara suami dan istri haruslah berdasarkan atas kasih sayang, penghormatan, serta sikap saling memahami. Hal ini dijelaskan dalam Al-Qur'an bahwa hubungan suami istri bagaikan pakaian satu sama lain, yang melambangkan perlindungan dan kenyamanan. (Bakry et al., 2025)

Membangun Rumah Tangga Sakinah

Dalam kehidupan setiap insan, pernikahan adalah sebuah fase penting yang tidak hanya menyatukan dua individu, tetapi juga menjadi fondasi terbentuknya masyarakat yang kuat dan harmonis. Dalam pandangan Islam, pernikahan bukan sekadar kontrak sosial, tetapi merupakan sebuah ikatan spiritual yang sangat agung, dikenal sebagai mitsaqan ghalizhan sebuah perjanjian yang berat dan penuh tanggung jawab di hadapan Allah SWT. Melalui pernikahan, seseorang tidak hanya membangun relasi dengan pasangannya, tetapi juga membentuk lingkungan yang kondusif untuk tumbuhnya generasi yang berakhlak mulia.

Salah satu tujuan utama dari pernikahan menurut ajaran Islam adalah terwujudnya rumah tangga sakinah, sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an Surah Ar-Rum ayat 21: "Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan untukmu pasangan-pasangan dari jenismu sendiri, supaya kamu merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya di antaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berpikir."

Konsep sakinah merujuk pada ketenangan batin, ketentraman jiwa, dan rasa damai yang lahir dari hubungan yang sehat, saling mendukung, serta berlandaskan keimanan.

Rumah tangga yang Sakinah memberikan suasana nyaman, tempat kembali setelah lelah menghadapi hiruk pikuk dunia luar. Namun, sakinah tidak hadir secara otomatis. Ia merupakan buah dari proses panjang yang penuh tantangan—melibatkan pengorbanan, komunikasi yang jujur, saling menghargai, dan niat untuk terus memperbaiki diri bersama.

Pasangan yang menginginkan rumah tangganya sakinah harus membangun hubungan berdasarkan kepercayaan yang kokoh dan saling menghormati. Tidak ada pihak yang merasa lebih tinggi atau lebih dominan. Keduanya saling menyadari peran masing-masing, saling melengkapi, dan menjadikan pernikahan sebagai ladang pahala, bukan sekadar pemenuhan kebutuhan duniawi.

Untuk membangun sakinah, dibutuhkan dua pilar penting yang disebut dalam ayat tersebut, yaitu mawaddah dan rahmah. Mawaddah adalah cinta yang aktif, bukan hanya perasaan yang hadir di awal pernikahan, tetapi cinta yang terus dipelihara dan dikembangkan. Cinta ini mendorong pasangan untuk senantiasa ingin bersama, berbagi kebahagiaan, dan merajut kebersamaan yang menyenangkan. Mawaddah terejawantah dalam bentuk perhatian kecil sehari-hari: senyuman, pelukan, ucapan sayang, serta kepedulian terhadap kebutuhan emosional dan fisik pasangan. Cinta yang sejati tidak hanya terlihat di saat bahagia, tetapi justru diuji dan diperkuat saat menghadapi kesulitan.

Sementara itu, rahmah adalah bentuk kasih sayang yang lebih dalam dan menyentuh sisi kemanusiaan. Rahmah melahirkan sikap saling memaafkan, membantu dengan tulus, dan membangun empati yang mendalam satu sama lain. Dalam rumah tangga yang dipenuhi rahmah, tidak ada ruang bagi egoisme dan sikap menang sendiri. Ketika satu pihak berbuat salah, yang lain siap mengingatkan dengan lembut, bukan menghakimi. Ketika satu pihak jatuh, yang lain sigap menopang dan menyemangati. Rahmah menjadikan rumah tangga sebagai tempat perlindungan, bukan sumber luka.

Di tengah dinamika kehidupan rumah tangga, setiap pasangan tentu memiliki kekurangan. Namun, dalam rumah tangga yang dibangun atas dasar rahmah, kekurangan pasangan bukanlah aib yang harus diungkit-ungkit, apalagi diumbar kepada orang lain. Sebaliknya, kekurangan itu ditutupi dan dilengkapi oleh kelebihan yang dimiliki, sebagaimana dua potongan puzzle yang saling menyempurnakan.

Dengan demikian, membangun rumah tangga sakinah memerlukan kesungguhan hati, kematangan emosional, dan ketulusan niat. Ketika sakinah, mawaddah, dan rahmah menjadi pijakan dalam menjalani kehidupan rumah tangga, maka pernikahan tidak hanya

menjadi penyatu dua insan, tetapi juga menjadi jalan menuju ridha Allah dan surga-Nya yang abadi.

Praktik Nilai Sakinah Dalam Kehidupan Sehari-Hari

Praktik nilai sakinah dalam kehidupan sehari-hari mencakup berbagai aspek, termasuk saling memahami, menghargai, dan mendukung satu sama lain dalam keluarga. Dengan menerapkan nilai-nilai sakinah dalam kehidupan sehari-hari, keluarga dapat mencapai keharmonisan, kebahagiaan, dan ketenangan batin.

1. Menumbuhkan Cinta dan Kasih Sayang Setelah Akad

Menumbuhkan cinta dan kasih sayang setelah akad bukan hanya soal perasaan, tapi juga usaha nyata dalam komunikasi, perhatian, penghargaan, dan komitmen. Dengan niat yang tulus dan kerja sama, cinta yang dibangun akan terus bertumbuh dan membawa kebahagiaan dalam rumah tangga. Akad nikah adalah awal dari sebuah perjalanan hidup bersama antara suami dan istri. Namun, akad bukanlah akhir dari proses membangun hubungan, melainkan sebuah pintu awal yang menandai dimulainya kehidupan rumah tangga. Oleh karena itu, menumbuhkan cinta dan kasih sayang setelah akad sangat penting agar hubungan tetap harmonis, bahagia, dan langgeng.

- d. **Membangun Komunikasi yang Baik.** Komunikasi adalah pondasi utama dalam hubungan suami istri. Setelah akad, komunikasi yang terbuka dan jujur harus terus dipupuk. Saling mendengarkan dan memahami perasaan pasangan dapat memperkuat ikatan emosional.
- e. **Menunjukkan Perhatian dan Kepedulian.** Cinta dan kasih sayang tumbuh dari perhatian kecil sehari-hari, seperti menanyakan kabar, membantu pekerjaan rumah, atau memberikan kejutan kecil yang membuat pasangan merasa dihargai dan dicintai
- f. **Saling Memahami dan Memaafkan.** Dalam rumah tangga, tidak jarang muncul perbedaan pendapat atau kesalahan. Sikap saling memahami dan memaafkan sangat penting agar cinta tidak terkikis oleh masalah kecil.
- g. **Menjaga Komitmen dan Janji.** Akad adalah janji suci yang harus dijaga. Menepati janji dan menjalankan tanggung jawab sebagai suami dan istri adalah bentuk nyata cinta dan kasih sayang.

2. Membangun Ketahanan Keluarga di Era Modern

Membangun ketahanan keluarga di era modern membutuhkan usaha bersama untuk menjaga komunikasi, nilai, dan dukungan antar anggota keluarga. Dengan komitmen dan adaptasi yang tepat, keluarga dapat menghadapi berbagai tantangan zaman dan tetap menjadi sumber kebahagiaan serta kekuatan bagi setiap anggotanya. Ketahanan keluarga adalah kemampuan keluarga untuk bertahan dan berkembang di tengah berbagai tantangan dan perubahan zaman. Di era modern, keluarga menghadapi banyak tekanan seperti perkembangan teknologi, perubahan sosial, dan dinamika ekonomi yang cepat. Oleh karena itu, membangun ketahanan keluarga sangat penting agar hubungan keluarga tetap kuat, harmonis, dan adaptif.

Membangun Komunikasi yang Efektif, Komunikasi yang terbuka dan jujur sangat penting untuk mengatasi perbedaan dan masalah dalam keluarga. Dengan komunikasi yang baik, setiap anggota keluarga bisa saling memahami, mengungkapkan perasaan, dan mencari solusi bersama. Walaupun zaman terus berubah, menjaga nilai-nilai positif dan tradisi keluarga membantu membentuk identitas dan ikatan emosional yang kuat antar anggota keluarga. Tradisi juga bisa menjadi momen untuk mempererat kebersamaan. keluarga perlu meluangkan waktu untuk berkumpul dan melakukan aktivitas bersama. Ini memperkuat hubungan dan membangun kenangan positif yang memperkokoh ikatan keluarga.

Setiap anggota keluarga, terutama anak-anak, perlu diajarkan kemandirian dan rasa tanggung jawab. Hal ini akan membuat mereka siap menghadapi tantangan hidup dan berkontribusi dalam keluarga, Memperkuat Komitmen Spiritual dalam Kehidupan spiritual dapat menjadi sumber kekuatan dan ketenangan dalam keluarga. Beribadah bersama dan mengajarkan nilai-nilai spiritual membantu keluarga menghadapi tantangan dengan optimisme dan kesabaran.

3. Mengedepankan Sabar dan Syukur

Dalam setiap hubungan, pasti ada masa-masa sulit yang harus dihadapi bersama. Oleh karena itu, sabar dan syukur adalah dua sifat yang harus selalu ada dalam diri suami istri. Dengan bersabar, pasangan akan mampu mengatasi setiap tantangan. Sedangkan dengan bersyukur, mereka akan selalu merasa cukup dan bahagia dengan apa yang dimiliki. membangun keluarga sakinah, mawaddah, dan rahmah adalah proses yang membutuhkan komitmen, pengorbanan, dan ketulusan dari setiap anggota keluarga. Dengan menjadikan iman sebagai dasar, komunikasi yang baik, saling menghargai, dan mengedepankan sabar serta syukur, insya Allah keluarga yang harmonis dan penuh berkah akan terwujud. keluarga samara tidak hanya membawa

kebahagiaan bagi setiap anggotanya, tetapi juga berkontribusi dalam membentuk masyarakat yang sejahtera dan berakhlak mulia, sesuai dengan ajaran Islam yang mengedepankan cinta, kasih sayang, dan kedamaian.

KESIMPULAN

Membangun rumah tangga sakinah memerlukan kesadaran akan peran spiritual pernikahan dalam Islam, yang tidak sekadar ikatan lahiriah, tetapi juga perjanjian suci (*mitsaqan ghalizhan*). Nilai-nilai sakinah, mawaddah, dan rahmah harus dijadikan dasar dalam kehidupan sehari-hari melalui komunikasi yang sehat, saling menghargai, memaafkan, dan penguatan nilai keimanan. Tantangan modern seperti krisis komunikasi, ekonomi, dan nilai sosial menuntut keluarga Muslim untuk lebih sadar dan aktif mengimplementasikan ajaran Al-Qur'an dan Sunnah dalam praktik kehidupan berumah tangga. Edukasi pra-nikah, pembinaan spiritual, serta komitmen bersama menjadi kunci penting dalam menciptakan ketahanan keluarga yang mampu menghadapi perubahan zaman. Dengan demikian, rumah tangga tidak hanya menjadi tempat tinggal, tetapi juga menjadi pusat pendidikan nilai, perlindungan, dan ibadah yang menuntun menuju ridha Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Alviana Cahyanti. (2020). *NIKAH TANPA PANIK*. anak indonesia hebat .
- Bakry, K., Sukmawan, A. Y., Arifuddin, Q., & Judijanto, L. (2025). *HUKUM PERKAWINAN ISLAM*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia .
- Dahwadin, Somantri, D. M., Syaripudin, lip, E., & Sunarsa, S. (2018). *PERCERAIAN DALAM SISTEM HUKUM DI INDONESIA* . Penerbit Mangku Bumi.
- Dewan Penyusun Esiklopedi. (1993). *SIKLOPEDI ISLAM, cet.1, Jilid 1, 1993, h. 202*. cetakan 1 jilid 1.
- Fikriya, K. N. (2023). *TUJUAN PERNIKAHAN DALAM AL-QURAN DAN RELEVANSINYA DENGAN FENOMENA CHILDFREE (PERSPEKTIF TAFSIR MAQASIDI)*. Institut Agama Islam Neger Ponorogo.
- Hartoni. (1990). *ILMU SOSIAL DASAR*. Bumi Aksara.
- Hidayat, Y. (2019). *PANDUAN PERNIKAHAN ISLAM (BERDASARKAN AL-QUR'AN, AL-HADITS, DAN MEDIS)*. Guepedia .
- Ismatulloh, A. M. (2015). *KONSEP SAKINAH, MAWADDAH DAN RAHMAH DALAM AL-QUR'AN (PRESPEKTIF PENAFSIRAN KITAB*

- AL-QUR'AN DAN TAFSIRNYA). *MAZAHIB Jurnal Pemikiran Hukum Islam*, 14(01), 61.
- Ja'far, K. (2021). *HUKUM PERNIKAHAN ISLAM DI INDONESIA* . Arjasa Pratama .
- Jauziyah, I. Q. al. (2021). *IBNU QAYIM AL JAUZIYAH MADARIJUS SALIKIN, PENDAKIAN MENUJU ALLAH, TERJ: KATHUR SUHARDI*. Pustaka Al Kautsar.
- Marsidi, Deradjat, M., & Amin, M. (2022). *RESTU ORANG TUA MENUJU KELUARGA SAKINAH*. Guepedia .
- Mufidah. (2008). *PSIKOLOGI KELUARGA ISLAM BERWAWASAN GENDER*. UIN MALANG.
- RI, D. A. (2010). *ALQURAN & TERJEMAHANNYA*. Al-Hikmah.
- Shihab, M. Q. (2007). *PENGANTIN AL-QUR'AN: KALUNG PERTAMA BUAT ANAK-ANAKKU*. Lentera.
- Subhan, Z. (2004). *MEMBINA KELUARGA SAKINAH*. Pustaka pesantren.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. (1988). *KAMUS BESAR BAHASA INDONESIA*. Balai Pustaka.
- Wiludjeng, H. J. M. (2020). *HUKUM PERNIKAHAN DALAM AGAMA - AGAMA* . Penerbit universitas katolik Indonesia Atma Jaya.