

Dr. H. Khoiruddin Bashori



Psikologi
Keluarga
Sakinah

MUHAMMADIYAH 7
RTA

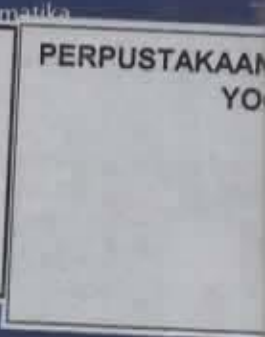
Suara Muhammadiyah

Keluarga sakinah, keluarga yang bahagia penuh cinta dan kasih sayang, adalah dambaan setiap keluarga muslim di manapun. Namun sayangnya, tidak setiap kita mampu mewujudkannya. Ada berbagai masalah, besar maupun kecil, yang seringkali menghadang laju biduk rumah tangga. Baik karena kurangnya pengetahuan, kurangnya komunikasi antara suami dan isteri, atau berbagai masalah sehari-hari lainnya yang sering dihadapi karena kekurangan masing-masing pribadi maupun gangguan atau campur tangan dari pihak luar.

Sejumlah pertanyaan yang disampaikan, menunjukkan bahwa persoalan pribadi dan keluarga yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari, banyak bermunculan di tengah masyarakat kita. Walaupun -mungkin- sebenarnya persoalan-persoalan tersebut merupakan persoalan kecil atau persoalan biasa, yang mungkin dijumpai dan dialami oleh setiap orang. Namun karena dirasakan sedemikian rupa, sehingga menjadi persoalan berat yang seolah-olah sulit dipecahkan.

Sikap demikian sesungguhnya sangat bisa dimaklumi. Saat ini kita hidup di tengah-tengah zaman yang mengalami perubahan demikian cepat. Sehingga secara psikologis berpengaruh terhadap perilaku hidup kita. Sepertinya semuanya menjadi berat. Berbagai persoalan sehari-hari seperti tak pernah berhenti dan seakan menumpuk bagaikan bola salju yang siap menghancurkan segalanya. Padahal, kalau kita mau merenung sejenak, sambil berusaha mencari masukan dari orang lain yang lebih paham, dan berniat menyelesaikan setiap persoalan dengan hati yang tulus, pikiran yang jernih, dan niat yang dilandasi rasa cinta, berbagai persoalan itu mungkin akan menjadi lebih ringan dan akan ditemukan jalan keluar seperti yang diharapkan.

Buku ini merupakan kumpulan tulisan tentang berbagai problematika keluarga yang pernah dimuat di majalah *Insya Allah* pada rubrik *Keluarga Sakinah*. Penulis menulis selama lebih kurang empat tahun. Semoga membantu kita memahami berbagai persoalan atau setidaknya belajar dari ibrah yang berharga. Cita-cita kita membangun keluarga sakinah tercapai. *Insha Allah*.





Psikologi

Keluarga Sakinah

© DR. H. Khoiruddin Bashori

ISBN: 979 - 3708 - 31 - X

Cetakan I, Januari 2006

Desain Cover : Wahid Ar.
Lay-out Isi : Teguh Wiyono
Editor : Drs. Imron Nasri

Jl. KHA Dahlan No. 43, Yogyakarta 55122
Telp. (0274) 376955, Fax. 411306

Homepage: <http://www.suara-muhammadiyah.or.id>
E-mail: redaksi@suara-muhammadiyah.or.id

PENGANTAR PENERBIT

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

ALHAMDULILLAH Suara Muhammadiyah menerbitkan kembali buku tentang Psikologi. Kali ini, buku berjudul "Psikologi Keluarga Sakinah" yang disusun oleh DR. H. Khoiruddin Bashori, seorang psikolog Muhammadiyah yang telah kenyang dengan berbagai permasalahan psikologi dalam praktek-praktek keseharian menghadapi pasien yang memerlukan bantuan pemecahan permasalahannya.

Buku ini sendiri, sebetulnya merupakan kumpulan tulisan yang pernah dimuat dalam Majalah Suara Muhammadiyah, tatkala DR. H. Khoiruddin Bashori, menjadi pengasuh Rubrik Konsultasi "Keluarga Sakinah". Berbagai permasalahan telah dijawab dengan gamblang. Sepertinya mubadzir jika tulisan yang berserak dan dapat membantu pembaca untuk menuju keluarga sakinah dibiarkan begitu saja. Karenanya ide dari editor untuk menerbitkan buku ini, kami sambut dengan baik.

semoga buku ini bermanfaat bagi pembaca dan betul-betul mampu mengantarkan menjadi keluarga sakinah yang memang menjadi dambaan keluarga muslim. Namun demikian kami tetap membuka kritik dan saran pembaca bagi penerbitan buku ini agar lebih baik di masa-masa yang akan datang.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

teman-teman yang telah membantu mempersiapkan buku ini, terutama kepada saudara Imron Nasri yang telah bersusah payah — tentu saja bukan sesuatu pekerjaan yang ringan— mengumpulkan dan mengedit ulang naskah-naskah yang tersebar di majalah Suara Muhammadiyah, sehingga menjadi sebuah buku yang layak untuk dibaca. Mudah-mudahan segala jerih payah dan usaha yang telah dilakukan mendapat imbalan dan balasan yang sebanding dari Allah SWT.

Akhirnya, mudah-mudahan buku ini bermanfaat bagi kita semua. Amien.

Yogyakarta, Januari 2006

DR. H. Khoiruddin Bashori

DAFTAR ISI

PENGANTAR PENERBIT	i
KATA PENGANTAR PENULIS	iii
DAFTAR ISI	v

BAB I

MAHASISWI DAN MASALAH PENDAMPING HIDUP

1. Bingung Pilih Pendamping	3
2. Mahasiswi Takut Pacaran	5
3. Gadis Ingin Dimadu	7
4. Masa Depan Suram	9
5. Minder, Emosional Dan Sulit Berkomunikasi	12
6. Marah, Benci Dan Sakit Hati	15
7. Sulit Menentukan Pilihan	18

BAB II

SUAMI-ISTERI DAN MASALAH RUMAH TANGGA

1. Suami Jatuh Cinta Lagi	23
2. Isteri di Larang Bekerja	27
3. Problem Hubungan Suami-Isteri	30
4. Cara Suami-Isteri Berkomunikasi	33
5. Menambah Keintiman Suami-Isteri	36
6. Agar Tetap Romantis	39
7. Tidak Mencintai Isteri	42
8. Sulit Mempengaruhi Isteri	45
9. Isteri Kurang Agresif	48
10. Pasangan Sebagai Sahabat	51
11. Ingin Selamatkan Hubungan	54
12. Menghadapi Kritik Tajam	57
13. Dihantui Rasa Bersalah	60

14. Belajar Bersikap Asertif	63
15. Takut Memulai Hubungan	66
16. Selesai Terlalu Cepat	69
17. Konflik Pengantin Baru	71
18. Tidak Sampai ke Puncak	73
19. Kejujuran Dalam Perkawinan	75
20. Formula Penyubur Cinta	78
21. Tanda Bahaya Perkawinan	80
22. Cinta Pelarian Seorang Kakek	82

BAB III

PERNIK-PERNIK RUMAH TANGGA MENUJU KELUARGA SAKINAH

1. Langkah-langkah Menuju Sakinah	87
2. Tahapan Menuju Sakinah	90
3. Ciri Hubungan Keluarga Yang Sehat	93
4. Fungsi-Fungsi Dalam Keluarga	96
5. Pantangan Dalam Berkeluarga	98
6. Membran Komunikasi Untuk Penyelesaian Masalah Keluarga	101
7. Pendidikan Seks Dalam Keluarga	104
8. Pendidikan Afektif Dalam Keluarga	107
9. Sulit Memilih Rumah Tinggal	110
10. Ingin Jadi Mediator Konflik Ortu	113
11. Kalah Dengan Pembantu	116
12. Bingung Tangisan Bayi	118
13. Ingin Belajar dan Terus Berkembang	121
14. Kesulitan Mengajari Remaja	123
15. Ihwai Kepekaan Orang Tua	125
16. Bingung Bapak-Anak Pendiam	128
17. Perbedaan Pola Asuh	131

BAB IV

RUMAH TANGGA DAN PERKEMBANGAN KEPERIBADIAN ANAK

1. Rajin Belajar Malas Bermain	137
2. Anak Malas Belajar	140
3. Anak Belajar Tidak Serius	143
4. Anak Mogok Sekolah	145
5. Membantu Anak Semangat Belajar	148
6. Resiko Pesantren Anak-Anak	150
7. Masuk SD Terlalu Dini	153
8. Mempersiapkan Anak Selepas SLTA	156
9. Mengembangkan Kemandirian Anak	159
10. Pengembangan Konsep Diri Anak	162
11. Perkembangan Anak Sulit	165
12. Perkembangan Kepribadian Anak	167
13. Cara Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak	169
14. Bahaya Dalam Perkembangan Moral Anak	172
15. Meningkatkan Minat Baca Anak	175
16. Mengontrol Prestasi Belajar Santri	178
17. Anak Kurang Kreatif	181
18. Anak Suka Memukul	184
19. Daya Tahan Mental Anak	187
20. Keluarga Anak Shaleh	189
21. Anak Lelaki Kurang Macho	191
22. Anak Suka Menelungkupkan Badan Menggoyangkan Pantatnya	194
23. Bela Diri Bagi Anak Putri	197
24. Anak Suka Internet	200
25. Disiplin Tanpa Tekanan	203
26. Kurang Motivasi Berprestasi	206
27. Ragu ke Pesantren	209

BAB V

PENGELOLAAN KEUANGAN DALAM RUMAH TANGGA

1. Mengelola Keuangan Keluarga	215
2. Mengatasi Konflik Keuangan	218
3. Kiat Sukses di Era Krismon	220
4. Takut Berwirausaha	223
5. Mental Pepaya dan Durian Runtuh	225

BAB VI

STRESS DAN GELISAH: PERSOALAN DALAM RUMAH TANGGA

1. Stress Banyak Masalah	229
2. Stress Setelah Sibuk	232
3. Tips Mengurangi Stress	233
4. Sering Gelisah dan Mudah Panik	237
5. Sedih Kehilangan Anak	240
6. Bosan Jadi Guru	243
7. Urgensi Kecerdasan Emosi	246
8. Cara Efektif Mengasuh Bayi	248

DAFTAR RIWAYAT HIDUP	251
-----------------------------------	------------

BAB I

MAHASISWI DAN MASALAH PENDAMPING HIDUP

