

**MENEROKA KONFLIK PERKAHWINAN SERTA INTERVENSI TERAPI KOGNITIF
TINGKAH LAKU ISLAM (TKTLI)**

Halijah Binti Ibrahim¹

Pejabat Tanah & Galian, Pulau Pinang
Emel: *halijah.ibrahim2403@gmail.com*

Nurhikmah Binti Mubarak Ali²

Pusat Pengajian dan Perkhidmatan Kaunseling & Psikologi
Universiti Islam Antarabangsa Sultan Abdul Halim Mu'adzam Shah (UniSHAMS)

Abstrak

Perkahwinan tidak dapat lari dari konflik. Faktor-faktor utama yang menyebabkan konflik perkahwinan di antara pasangan suami isteriseeprti pemikiran, emosi dan tingkah laku. Kajian ini juga bertujuan mengenal pasti perubahan emosi dan tingkah laku pasangan ketika berhadapan dengan konflik. Kajian ini turut mengenalpasti perubahan yang berlaku selepas responden menjalani intervensi Terapi Kognitif Tingkah Laku Islam (TKTLI). Bagi tujuan itu, beberapa teknik telah diaplikasikan dalam intervensi Terapi Kognitif Tingkah Laku Islam (TKTLI) berdasarkan Teori Kognitif Tingkah Laku (CBT) oleh Aaron Beck. Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan teknik persampelan bertujuan (*Purposive Sampling*) dengan menumpukan kepada aduan suami atau isteri melalui Borang Permohonan Runding Cara. Sesi temubual telah dijalankan terhadap empat pasangan dan data kajian menunjukkan terdapat faktor-faktor berlakunya konflik dan kesannya terhadap emosi dan tingkah laku pasangan. Hasil daripada beberapa sesi temubual dan intervensi yang dijalankan, terdapat beberapa perubahan telah dikenalpasti berlaku dalam kalangan pasangan berkonflik. Perubahan yang berlaku seperti aspek pemikiran, emosi dan tingkah laku secara positif membantu responden kembali menjalani kehidupan yang lebih baik. Oleh itu, TKTLI sesuai diaplikasikan terhadap pasangan dalam rumahtangga serta situasi yang melibatkan masalah pemikiran.

Kata kunci: Konflik perkahwinan, Intervensi, Terapi Kognitif Tingkah Laku Islam (TKTLI).

Abstract

Marriage cannot escape from conflict. The main factors that cause marital conflict between married couples are cognitive behaviour dan emotion problems. This study also aimed to identify changes in couples 'emotions and behaviors when faced with conflict. This study also identified the changes that occurred after the respondents underwent the Islamic Cognitive Behavioral Therapy (I-CBT) intervention. To that end, several techniques have been applied in the Islamic Cognitive Behavioral Therapy (I-CBT) intervention based on Cognitive Behavioral Theory (CBT) by Aaron Beck. This study uses a qualitative approach and purposeful sampling technique (Purposive Sampling) by focusing on the complaints of the husband or wife through the Consultation Application Form. Interview sessions were conducted on four couples and the study data showed that there were factors in the occurrence of conflict and its impact on the emotions and behavior of couples. As a result of several interview sessions and interventions conducted,

there are several changes have been identified to occur among conflicting couples. The changes that took place such as aspects of thoughts, emotions and behaviors positively helped the respondents to return to living a better life. Therefore, I-CBT is suitable to be applied to couples in the household as well as situations involving thinking problems.

Keywords: *Marital Conflicts, Interventions, Islamic Cognitive Behavioral Therapy (I-CBT).*

PENGENALAN

Perbincangan terhadap isu-isu yang menyebabkan konflik perkahwinan, faktor-faktor dan punca teretusnya situasi ini perlu diteliti dengan jelas. Ini termasuk kesan dan impak terhadap emosi dan tingkah laku pasangan suami isteri itu sendiri. Selain itu fokus turut diberikan kepada pendekatan intervensi dan kaedah bersesuaian bagi mengatasi konflik perkahwinan tersebut. Ini kerana konflik yang berpanjangan merupakan faktor penyumbang kepada kepincangan perkahwinan. Keharmonian dalam perkahwinan penting dalam menjamin kesejahteraan sesebuah institusi keluarga. Setiap pasangan yang berkahwin pasti akan melalui pengalaman pahit manis dalam perkahwinan mereka. Konflik dan perselisihan faham yang berlaku pasti memberi kesan kepada emosi dan tingkahlaku pasangan dan keluarga. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan konflik rumahtangga antaranya ialah sikap tidak bertanggungjawab, beban hutang dan kewangan, perbezaan budaya dan cara hidup, masalah komunikasi, penyalahgunaan dadah, campur tangan orang ketiga, curang serta kurang penghayatan agama.

Menurut Saedah Siraj (2001), kebanyakan masyarakat terutamanya Melayu pada zaman ini kurang peka dan mengambil berat untuk membina dan membentuk keluarga bercirikan muslim yang sebenar. Selain itu di antara faktor lain pencetus konflik perkahwinan ialah kurangnya asas didikan dan penghayatan agama (Nurhanisah & Raihanah, 2016). Syarak dan undang-undang telah menyediakan banyak kaedah penyelesaian dalam menangani krisis rumah tangga sama ada mendapatkan nasihat orang yang dipercayai, melantik hakam dan menghadiri sesi kaunseling. Tindakan ini penting sebelum pasangan suami isteri membuat keputusan untuk bercerai sekiranya konflik yang berlaku tidak boleh diselamatkan lagi pada akhirnya. Sekiranya perceraian berlaku, banyak implikasi dan kesan negatif boleh menjejaskan institusi kekeluargaan dan mempengaruhi emosi pasangan serta anak-anak terutamanya. Terdapat beberapa faktor utama yang menjadi punca teretusnya konflik rumah tangga sama ada melibatkan faktor dalaman atau luaran. Sehubungan itu, artikel ini akan mengemukakan faktor-faktor berlakunya konflik dalam rumah tangga berdasarkan kajian kes yang diperolehi daripada Unit Runding Cara Keluarga (URK), Pejabat Agama Islam Daerah Kuala Muda, Sungai Petani Kedah.

Kesan Terhadap Konflik Perkahwinan

Konflik Keluarga

Konflik yang berlaku dalam perkahwinan boleh dirumuskan mengikut mengikut kamus Dewan Edisi Keempat (2010), merujuk kepada perselisihan faham dan pertentangan pendapat di antara individu. Selain itu, secara konseptual konflik perkahwinan boleh didefinisikan sebagai pertentangan secara terang-terangan di antara pasangan yang menimbulkan perselisihan dan

ketegangan dalam perhubungan (Falcke, Wagner & Mosmann (2013). Selain itu konflik perkahwinan turut melibatkan :

1. Pertengkaran dan perbalahan akibat salah faham.
2. Perbezaan ideologi, cara hidup dan budaya.
3. Beban kewangan dan hutang.
4. Mementingkan diri dan sering menyalahkan pasangan.
5. Buruk sangka dan cemburu
6. Kurang berkomunikasi.

Pertambahan kes konflik rumah tangga yang berlaku turut membimbangkan masyarakat pada masa kini kerana boleh menyumbang berlakunya implikasi perceraian (Fadhillah Ismail, 2016). Menurut Haliza et.al (2015), penghasilan data kajian baru penting sebagai usaha untuk mengekalkan keharmoniaan dan keutuhan rumah tangga seterusnya dapat mengatasi konflik dan keganasan rumah tangga yang semakin meningkat dalam kalangan masyarakat muslim di Malaysia. Peningkatan statistik dan kadar perceraian terutamanya di kalangan pasangan beragama Islam semakin membimbangkan. Konflik dan isu yang berlaku menyebabkan setiap pasangan bakal berhadapan perceraian dan ini turut memberi kesan kepada anak-anak, keluarga dan masyarakat sekeliling.

Perselisihan faham di antara pasangan sekiranya tidak ditangani dan diuruskan dengan baik, boleh mencetuskan bibit-bibit keretakan rumahtangga dan membawa kepada perceraian (Abe Sophian, 2014). Pertambahan kes melibatkan konflik rumah tangga turut membimbangkan masyarakat pada masa kini kerana boleh menyumbang kepada peningkatan kes perceraian (Fadhillah Ismail, 2016). Konflik yang timbul boleh menyumbang kesan negatif kepada psikologi dan emosi seperti stress, kemurungan, kesedihan, kesunyian. Konflik perkahwinan turut memberi impak negatif terhadap perubahan tingkahlaku seperti pertengkaran, kekerasan fizikal, pengasingan dan penolakan di antara pasangan dan ahli keluarga.

METODOLOGI

Reka bentuk kajian ini menggunakan kaedah kualitatif yang menepati dengan bidang kajian yang bersifat penerokaan "*exploratory*" (Crawford & Irving, 2009). Kaedah ini bersesuaian bagi meninjau dan meneroka faktor-faktor konflik yang dialami pasangan suami isteri dan kesannya ke atas diri dan keluarga mereka. Levy dan Windahi (1985) menyatakan bahawa kajian kualitatif perlu mengupas permasalahan kajian menggunakan perspektif interpretatif yang tidak membabitkan pengujian hipotesis, tidak bertujuan mengukur pemboleh ubah, tidak ingin melihat hubungkait antara pemboleh ubah dan tidak perlu dibuat generalisasi.

Temu bual dilakukan bagi memahami dengan lebih mendalam pengalaman yang dilalui oleh responden. Antara panduan temu bual yang telah pengkaji sediakan sebelum temu bual dijalankan bersama responden ialah:

1. Apakah yang mendorong anda hadir ke sesi kaunseling?
2. Bagaimana konflik ini bermula?
3. Apakah perasaan dan tindakan anda berhubung konflik ini?

4. Apakah reaksi pasangan dan keluarga berhubung konflik ini?
5. Apakah harapan dan matlamat anda dalam perkahwinan ini?

Walau bagaimanapun, panduan soalan ini tidak terlalu terikat dan perlu fleksibel berdasarkan respon yang diberikan oleh responden dan kesediaan mereka untuk meneruskan perbualan. Kebebasan perlu diberikan kepada responden kerana dalam tempoh temu bual dijalankan, terdapat responden yang tidak mampu meneruskan perbualan kerana merasa sedih apabila menceritakan pengalaman dan perasaan yang sedang mereka lalui.

Menurut Othman Lebar (2015) temu bual dilakukan dalam menjalankan sesuatu kajian bukan bertujuan untuk menjawab persoalan kajian, menguji hipotesis atau membuat penilaian tetapi bagi memahami dengan mendalam pengalaman dalam kehidupan atau sesuatu peristiwa yang dilalui. Sebelum menjalankan temubual melalui rakaman, persetujuan bertulis daripada responden diperlukan dan sekiranya beliau tidak mengizinkan atau merasa tidak selesa, catatan akan dilakukan semasa sesi temu bual. Malah, kebaikan membuat catatan berbanding menggunakan perakam, pengkaji akan memberi lebih tumpuan dan perhatian kepada apa yang diberitahu oleh responden berbanding bergantung kepada perakam sahaja. Selain itu, pemerhatian (*observations*) di dalam sesi turut menyumbang kepada pengumpulan data dengan memfokuskan kepada bahasa badan (non verbal), ekspresi muka, kontak mata dan postur badan sama ada positif atau negatif.

DAPATAN KAJIAN

Temubual Dengan Pasangan yang Sedang Berkonflik dalam Perkahwinan

Responden utama dalam kertas ini ialah Puan Tilda dan suaminya Encik Mus. Sesi temubual pertama melibatkan kehadiran kedua-dua pasangan dan dilakukan secara individu. Perubahan utama dilihat menjurus kepada isteri yang lebih emosional dan menunjukkan simptom-simptom kesedihan dan kebimbangan.

Latar belakang Responden

Responden pasangan pertama : Puan Tilda dan Encik Mus (Bukan Nama Sebenar)

Pn Tilda seorang surirumah dan menetap di Sungai Petani. Manakala suami bekerja di Bukit Kayu Hitam dan akan pulang sekali seminggu. Beliau mula merasa marah dan sakit hati dengan sikap suami yang beberapa kali cuba menipunya. Hubungan jarak jauh suami dan beliau turut memberi tekanan kepadanya. Selain itu beliau terpaksa menguruskan rumah tangga dan persekolahan anak bersendirian. Menurut klien suka menghabiskan masa di karaoke bersama kawan-kawannya. Ini menyebabkan beliau mula berfikir suami tidak jujur, dan sayang lagi kepada beliau. Suami turut dikatakan lebih mementingkan rakan-rakan dan kerjaya. Beliau beberapa kali mengajak suami berbincang dan hadir ke Pejabat Agama, namun suami enggan. Tetapi setelah berlaku pertengkaran dan campur tangan keluarga, suami akhirnya setuju berjumpa kaunselor.

“Saya sedih, suami sanggup utamakan kawan-kawan berbanding saya dan anak-anak, Sanggup tipu ada kerja semata-mata nak pi karaoke dan lepak dengan kawan-kawan...” (Puan Tilda)

“....Saya sebelum ni dah pernah ajak suami berbincang elok-elok, tapi dia buat endah tak endah...setiap kali sebut isu ni...dia marah-marah dan tenking saya...tu saya paksa dia juga mai sesi kaunseling ni..nak tengok dia nak cakap apa...saya nak tau apa sebenarnya yang dia mau...” (Puan Tilda)

Responden pasangan Kedua : Puan Freeda dan Encik Raffi (Bukan Nama Sebenar)

Pn Freeda mengadu suami terlalu cemburu dan sering mengongkong beliau. Perubahan berlaku setelah suami dibersarakan atas sebab kesihatan. Suami mula berkelakuan pelik dan selalu menuduh beliau curang. Klien menangis ketika meluahkan perasaannya. Beliau mengaku marah dan benci apabila suami kerap menegur dan menyindir beliau. Suami turut mengeluarkan kata-kata kesat dan bersikap kasar apabila berlaku pertengkaran. Suaminya sering menyindir dengan kata-kata *“...Ni nak pi mana pakai elok sangat, pakai wangi-wangi pulak...Nak p kerja ka pakai macam ni..”*?

Klien turut mengakui, suaminya turut mengganggu beliau di tempat kerja apabila sering menelefonnya di pejabat. Disebabkan takut dan bimbang beliau telah beberapa kali keluar dan pulang ke rumah ibu bapanya. Selepas pergaduhan dan keluar dari rumah, Puan Freeda memaklumkan suami ada menghantar mesej melalui *“Whatsapp”* yang berbunyi *“kalau hang tak balik, jatuh talak...”*. Puan Freeda mengakui dia tidak balik selepas menerima pesanan tersebut kerana bimbang dengan keselamatan diri dan anak-anaknya.

“...Sampai bila saya nak bertahan dengan dia ustazah, setiap kali dia tegur saya, mesti nak bergaduh...ada saja yang tak kena dengan saya...saya naik rimas la...” (Pn Freeda)

Responden pasangan ketiga : Puan Ezzaty dan Encik Azrey (Bukan Nama Sebenar)

Pn Ezzaty seorang surirumah dan suami seorang pegawai kerajaan telah mengalami konflik apabila suami beliau ditangkap khalwat semasa tempoh PKP. Beliau sangat terkejut dan tidak percaya suami sanggup menipu dan curang di belakangnya. Beliau mula berfikir bahawa suami telah lama menipu dan berlaku curang di belakangnya. Selain marah dan kecewa, Pn Ezzaty turut tawar hati apabila suami tidak meminta maaf dan memujuk beliau. Selepas peristiwa itu, klien bertindak keluar rumah dan pulang ke kampungnya. Klien nekad mahu menuntut cerai kerana kecewa dengan suami. Klien turut mengungkit hubungan dingin dan campurtangan pihak ketiga iaitu keluarga mertua yang sering mencari kesalahannya sebagai punca mahu menuntut cerai.

“...Dah lama saya tunggu dia mai bincang dengan mak ayah saya...Dia janji nak mai lepas PKP..tapi sampai la tak mai-mai..., ni la peluang saya mai buat aduan untuk Pejabat Agama panggil suami...” (Puan Ezzaty)

“Tergamak dia buat kat saya macam ni ustazah, selama ni saya berkorban duk rumah, percaya dia pi kerja, tapi macam dia dia balas kat saya....” (Puan Ezzaty)

Responden pasangan keempat : En Waheed dan Puan Sabrina (Bukan Nama Sebenar)

En Waheed seorang pekerja kilang telah mengadu isteri tidak lagi hormat dan taat kepada beliau. Isteri sebelum ini adalah surirumah dan mula berubah setelah bekerja sendiri secara atas talian. Beliau mengesyaki isteri curang dengan jiran sebelah kerana pernah melihat mereka berbalas mesej berbaur mesra di “*whatsapp*”. Semenjak itu hubungan mulai dingin dan kurang berkomunikasi. Isteri mula menjauhkan diri dan telah hampir tiga bulan tidur bersasingan. Sering berlaku pertengkaran dan isteri kerap mengungkit peristiwa lama seperti masalah kewangan dan hubungan dingin dengan mertua. Isteri mengaku sudah lama tawar hati dan berulang kali mengugut memfailkan fasakh sekiranya klien tidak menceraikannya dengan baik. Klien terkilan kerana isteri telah lama memendam perasaan.

“....Saya berharap sangat Pejabat Agama dapat panggil isteri saya dan bersemuka untuk tau kenapa dia buat macam ni..., sebelum ni saya tertanya-tanya kenapa dia tak berterus terang dari awal yang dia dah ada jantan lain...” (Encik Waheed)

“Tak dak apa lagi nak bincang...semua dah terbukti dah selama ni dia tak pernah ambil tau perasaan saya, pengorbanan saya..anak-anak pun nampak selama ni kami hidup susah..nak duit kena minta macam sedekah...la betul saya dah bekerja...saya dah tak harap pun duit dia...Saya nekad nak dia ceraikan saya...” (Pn Sabrina)

Tema 1: Faktor dan Punca Konflik

Responden pasangan pertama : Puan Tilda dan Encik Mus (Bukan Nama Sebenar)

Menurut pasangan pertama PuanTilda, konflik bermula apabila beliau mula mendapat tahu suami telah menipunya sebelum ini. Semenjak peristiwa tersebut, beliau mula curiga dan sangsi dengan suami. Dia menganggap suami turut melakukan perkara lain tanpa pengetahuannya. Beliau turut mengungkit sikap suami yang gemar menghabiskan masa bersama rakan-rakan sekerja dengan melepak dan berkaraoke. Suaminya juga sering mengelak dan cuba bersikap kasar apabila beliau sering mempersoalkan perkara ini.

*“....Sampai hati dia tipu kata tak boleh balik sebab kena kerja..” last dapat tau juga bila saya sendiri call pejabat tanya...betui ka dia kena kerja raya haji hari tu...?”
Entah berapa lama dia dah tipu saya sebelum ni...” (Pn Tilda)*

Walaupun suami beliau telah mengakui kesalahannya namun dalam masa yang sama cuba mempertahankan dirinya. Beliau mengakui letih dan tertekan dengan kerja dan perlukan masa dan ruang bersama rakan-rakan yang lain. Beliau turut mengakui jarang berkongsi serta meluahkan perasaannya kepada isteri kerana memikirkan perkara itu tidak penting.

“Ya salah saya, sebab tak terus terang dengan dia..saya pun nak ada masa dengan kawan-kawan...stress juga asyik kerja ja..nak juga lepak dan minum-minum puan...” (En Mus)

Dalam kes pasangan pertama ini, faktor utama yang menjuruskan kepada konflik dalam perkahwinan mereka ialah hubungan jarak jauh, tiada kejujuran, kurang perhatian dan kasih sayang serta komunikasi yang dingin. Kepercayaan dan kejujuran adalah faktor utama bagi mengembalikan keharmonian pasangan ini dan mengelakkan konflik berlarutan.

Responden pasangan Kedua : Puan Freeda dan Encik Raffi (Bukan Nama Sebenar)

Bagi pasangan ini, sikap cemburu suaminya yang sentiasa bersangka buruk menyebabkan hubungan mereka sering berkonflik. Perkara ini menjadi lebih serius semenjak suami tidak lagi berkerja setelah dibersarakan akibat kesihatan. Suami mula mengeluarkan kata-kata sindiran yang menyakitkan hati isterinya selain sering menimbulkan kemarahan dan berlaku pertengkaran mulut yang berlarutan sehingga suami mula menunjukkan kekerasan.

“Ustazah bayangkan, saya pakai baju dan tudung elok sikit pun tak kena, tak baikla..nak tunjuk kat jantan lainla....pakai wangi sikit pun kata saya nak menggatai...” (Pn Freeda)

Namun pada pandangan suami Puan Freeda, perubahan isteri semakin ketara semenjak dia bersara. Pada pandangannya, isteri mula berhias dan memakai wangi-wangian yang tidak sepatutnya. Beliau merasakan satu kewajipan dan berdosa sekiranya tidak menegur perbuatan isterinya itu.

“Saya bukan apa ustazah, isteri saya ni nampak lain sungguh sejak akhir-akhir ni..suka pakai cantik-cantik, minyak wangi pun macam lebih-lebih pulak..Saya sebagai suami berdosa kalau tak tegur dia...” (En Raffi)

Faktor dan punca konflik pasangan ini boleh dilihat dari sikap cemburu dan wujudnya prasangka buruk dalam diri salah seorang dari mereka. Sikap tidak menghormati pasangan dan panas baran juga boleh menyebabkan konflik semakin serius jika tidak ditangani segera.

Responden ketiga : Puan Ezzaty dan Encik Azrey (Bukan Nama Sebenar)

Bagi kes pasangan ketiga, konflik berlaku apabila suami didapati curang setelah ditangkap berduaduaan semasa tempoh PKP sebelum ini. Menurut klien, perkara itu sangat melukakan hati dan perasaannya. Klien turut mengakui suami sebelum ini kurang memberi perhatian dan sering pulang lewat malam. Selain itu, hubungan beliau dengan ibu mertua dan adik beradik ipar yang lain turut dingin dan tidak mesra.

“Saya rasa tertipu selama ni ustazah...tak boleh bayangkan dia sanggup tipu kata keluar atas alasan kerja...tup tup dapat tau kanto dengan perempuan tu...” (Pn Ezzaty)

“Ustazah bayangkan, selama saya kahwin, tak pernah pun dia nak layan saya dengan baik terutama depan mak dan adik beradik dia...saya sabar lama dah..dia cakap lebih kurang ja dengan saya kalau marah...ni pulak kes terang-terang curang belakang saya...” (Pn Ezzaty)

Responden Keempat : En Waheed dan Puan Sabrina (Bukan Nama Sebenar)

Manakala bagi pasangan keempat, faktor utama konflik berlaku disebabkan kurangnya perasaan sayang dan perhatian dari pasangan. Ini disebabkan emosi dan perasaan yang telah lama terpendam dan tidak cuba diselesaikan dengan baik. Klien mengadu isterinya telah mengabaikan tanggungjawab dan tidak lagi taat kepada beliau. Isteri lebih mementingkan kerjaya dan menumpukan perhatian lebih kepada anak-anak. Isterinya turut mengugut akan menuntut fasakh sekiranya beliau tidak menceraikannya dengan baik. Beliau angkat tertekan dengan sikap isteri namun mengakui masih menyayangi isteri dan tidak rela berpisah.

“Puan, Saya tak sanggup nak berpisah dengan dia, saya tak rela dia kahwin dengan orang lain nanti...saya rela pi jauh dari sini kalau dia nak berpisah juga..., tapi jangan cari saya lagi lepas ni...saya akan pi jauh...” (Encik Waheed)

Namun berbeza dengan sikap isterinya yang mengakui telah lama memendam perasaan dengan sikap suami. Beliau mengakui telah beberapa kali cuba berbincang dan memberi peluang kepada suami untuk berubah namun tidak berhasil.

“Saya dah lama pendam benda ni..Dia memang sangat berkira dengan saya dan anak-anak..Bila minta duit selalu mengelak kata tak dak..tak cukup...tapi bila saya curi-curi cek akaun bank dia...ada lebih dari 50 ribu kot puan... sampai bila saya nak bertahan macam ni...”? (Pn Sabrina)

Faktor utama konflik menjurus kepada kurang perhatian dan layanan dari pasangan selain hubungan dingin dan tiada komunikasi yang baik. Pasangan ini juga sering bergaduh dan menyalahkan di antara satu sama lain.

Tema 2: Intervensi dan Proses Rawatan

Beberapa kaedah telah dilaksanakan sepanjang sesi rawatan di antara pasangan suami isteri. Di antara proses rawatan yang dilaksanakan ialah :

Responden pertama : Puan Tilda dan Encik Mus (Bukan Nama Sebenar)

Mengenalpasti isu utama pasangan apabila isteri berprasangka suaminya curang, tidak jujur, dan mengabaikan tanggungjawab terhadap keluarga. Bagi memulakan proses intervensi dan rawatan, klien telah diberikan perhatian dan dorongan positif bagi menenangkan emosi dan pola pemikirannya. Melalui pemerhatian, pasangan ini memberi kerjasama dan memahami apa yang dilakukan semasa sesi. Melalui Terapi Kognitif Tingkah Laku Islam (TKTLI), pasangan ini diminta merenung (muhasabah) konflik yang mereka lalui dan kaitannya dengan ujian Allah. Pasangan ini digalakkan berfikir cara-cara menangani bersama-sama isu mereka dengan tenang dan sabar.

Responden pasangan Kedua : Puan Freeda dan Encik Raffi (Bukan Nama Sebenar)

Isu utama pasangan ini berlaku disebabkan wujudnya syak wasangka dan cemburu keterlaluan di pihak suami yang menyebabkan isteri berasa tertekan dan marah. Selain sering bertengkar, suami turut mengugut dan mengancam mencederakan isteri. Pada setiap sesi rawatan, pasangan ini

memberi kerjasama yang baik. Suami diingatkan tanggungjawabnya bukan sahaja memberi nafkah secara luaran, tetapi turut mementingkan perasaan dan emosi pasangannya. Suami digalakkan menggunakan pendekatan lebih lembut dan penuh hikmah dalam menegur isteri. Suami turut diminta berfikir secara rasional tentang tanggungjawab dan amanah yang perlu dipikul isterinya ketika bekerja. Melalui teknik Melalui Terapi Kognitif Tingkah Laku Islam (TKTLI), isteri dinasihatkan berterima kasih di atas setiap teguran dan nasihat suaminya terutama bab pemakaian dan penjagaan aurat. Ini menunjukkan suami prihatin, sayang dan berusaha melindunginya.

Responden ketiga : Puan Ezzaty dan Encik Azrey (Bukan Nama Sebenar)

Beberapa isu dan konflik di antara pasangan ini wujud kerana isteri menganggap beliau bukanlah menantu pilihan mertuanya. Isteri memendam perasaan terlalu lama dan menganggap dirinya tidak dihargai serta dituduh mandul kerana perkahwinan mereka tidak dikurniakan cahaya mata. Melalui beberapa sesi, isteri ternyata kecewa apabila menganggap suami bersikap ego dan mementingkan diri serta sering berpihak pada ibu mertua sekiranya berlaku perselisihan faham. Dalam beberapa sesi rawatan, tumpuan diberikan kepada isteri dalam menstabilkan emosinya terhadap perbuatan suami. Isteri diberikan pujian dan dorongan positif kerana dipilih Allah merasai ujian di dalam perkahwinan supaya meningkatkan tahap keimanan untuk bersabar dan redha. Selain itu pasangan ini turut digalakkan untuk menerapkan nilai-nilai kasih sayang dan sikap hormat-menghormati.

Mereka diberikan beberapa doa-doa dan zikir sebagai amalan dan terapi bagi menenangkan emosi dan perasaan. Suami juga diberikan tips dan panduan berkomunikasi dengan betul selain mengamalkan sikap bertolak ansur dalam perhubungan mereka. Selain memberikan kata-kata positif dan pujian kerana berjaya mengharungi ujian Allah, pasangan turut diingatkan tentang amanah dan tanggungjawab dalam perkahwinan. Menggalakkan hubungan komunikasi dua hala dan segera memohon maaf sekiranya berlaku salah faham dan konflik di antara mereka. Setiap pasangan turut digalakkan mendoakan kebaikan dan kesejahteraan pasangan masing-masing. Klien turut diberikan teknik dan kaedah dengan amalan zikir dan doa seperti “Asma ul Husna” bagi merawat hati dan perasaan yang sedang diuji. Pasangan ini turut digalakkan membuang tanggapan dan prasangka negatif dalam diri masing-masing selain mencari alternatif memperbaiki hubungan ke arah lebih mesra dan harmoni.

Responden Keempat : En Waheed dan Puan Sabrina (Bukan Nama Sebenar)

Keputusan nekad isteri untuk bercerai menyebabkan suami semakin tertekan dan gelisah. Ini jelas di dalam beberapa sesi, suami menekankan tidak mahu menceraikan isterinya walau apa terjadi. Suami juga nekad melakukan tindakan provokasi dan menyakiti hati isteri. Dengan mengenalpasti sikap mazmumah di dalam diri suami, beliau diberikan panduan untuk mengelakkan perkara yang boleh memudaratkan isteri dan anak-anaknya. Sebaliknya, klien diberikan tips dan panduan bagaimana mengambil hati isteri dan anak-anaknya dengan membuang perasaan cemburu dan syak wasangka serta saling hormat menghormati.

Klien turut dinasihatkan sentiasa meluahkan perasaan masing-masing dengan berbincanghati dan menerima setiap teguran dengan hati terbuka. Hubungan dingin dan tidak mesra merupakan punca utama mereka bersikap menjauhkan diri. Suami mengaku telah tidur berasingan hampir 3 bulan dengan isteri. Suami digalakkan mengambil langkah pertama memujuk isteri dan meminta maaf terlebih dahulu. Beliau turut dinasihatkan tidak mengungkit dan

mengeluarkan perkataan yang menyakiti hati isterinya. Ini kerana isteri sering menyatakan suaminya selalu mengungkit tentang kebaikan yang dilakukan dan berkira dengan wang yang dikeluarkan sepanjang perkahwinan.

Justeru, dalam pemerhatian terhadap keempat-empat pasangan ini, perkara utama yang dipersoalkan adalah bab ibadah terutamanya solat Jemaah. Kebanyakan mereka mengakui jarang dan tidak pernah langsung melakukan solat Jemaah bersama-sama pasangan dan keluarga. Setiap pasangan digalakkan bersolat Jemaah dan diyakinkan mereka akan beroleh rahmat dan petunjuk dari Allah. Selain itu, pasangan turut diterangkan dengan konsep ujian dan musibah yang Allah turunkan. Mereka turut diterangkan dengan konsep sabar dan redha bagi mengenali lebih dekat proses kehidupan yang Allah telah aturkan. Kaunselor cuba merasionalkan pemikiran klien apabila ada di antaranya berkata "*Kenapa saya diuji begini? Apa salah saya?*" Penting memberikan kefahaman kepada pasangan-pasangan ini bahawa mereka perlu melalui dan mengatasi konflik ini bersama-sama, tanpa mengelak atau melarikan diri.

Tema 3: Kesan Intervensi

Subtema 1: Perubahan Pemikiran, Emosi Dan Tingkah Laku

Menurut kebanyakan pasangan, kebanyakan konflik yang berlaku disebabkan cara berfikir dan perubahan tingkah laku diri dan pasangan masing-masing. Mereka turut mengakui cara hidup dan kurang penghayatan agama merupakan salah satu faktor wujudnya konflik dalam perkahwinan. Selain itu, kurangnya ilmu perkahwinan dan mengetahui psikologi pasangan turut dikaitkan dengan permasalahan ini. Namun setelah melalui beberapa sesi kaunseling, terdapat beberapa perubahan positif telah dilihat bagi setiap pasangan yang terlibat. Ini diakui oleh Puan Tilda dan suami yang telah berbaik-baik semula dan kembali menjalani kehidupan seperti biasa. Beliau juga kelihatan gembira dan ceria apabila mengucapkan terima kasih dan syukur setelah berjumpa kaunselor sebelum ini. Perubahan ketara apabila Puan Tilda menghantar pesanan di aplikasi "*Whatsapp*" berbunyi :

"Assalammualaikum.. Ustazah Halijah...Masih ingat lagi tak saya ida yang datang mengadu dekat ustazah hari tu.." ? "*Syukur alhamdulillah... Saya dengan suami dah berbaik semula dan kami cuba perbaiki kesilapan masing-masing...Terima kasih ustazah atas nasihat untuk kami tempoh hari"* (Pn Tilda)

"Selepas saya jumpa ustazah dan dengar pandangan serta nasihat ustazah, saya dengan suami dah banyak berubah...dah boleh bincang elok-elok dan hubungan kami lebih baik lagi" (Pn Tilda)

Sekarang suami nak keluar mana-mana, beritahu saya dulu..dia pun jarang keluar jumpa kawan-kawan...sibuk macam mana pun suami akan call atau mesej saya" "*Masing-masing ada buat silap ustazah...suami mintak maaf dgn saya apa yang dah jadi.."* (Pn Tilda)

Manakala Puan Freeda pula setelah menjalani beberapa sesi kaunseling, beliau dan suami telah merujuk kes lafaz talak ke Mahkamah dan keputusannya lafaz cerai suami secara takliq sah. Namun setelah berbincang dari hati ke hati di samping memikirkan masa depan anak-anak mereka

mengambil keputusan untuk rujuk semula. Mereka mengaku masih saling sayang menyayangi dan menganggap ini adalah ujian Allah. Puan Freeda turut meluahkan suaminya juga menangis dan merayu-rayu kepada beliau agar diberi peluang sekali lagi kerana benar-benar insaf dan sayangkan Pn Freeda dan anak-anaknya.

“...Pertama...saya sayangkan rumahtangga saya.. bukan mudah kita nak berumahtangga...kedua kesian pada anak-anak...saya sayangkan suami tapi mungkin ada sebab lain-lain yang dia jadi macam tu... “Mungkin ada juga kesalahan saya yg saya tak sedar ... Biarlah saya sakit sikit di dunia..ujian ni Allah bagi supaya saya tak lupa DIA...” (Pn Freeda)

“..Dari pengalaman saya sendiri...rumahtangga adalah amanah dari Allah pada kita..Allah amanah kan pada kita untuk jaga sebaik mungkin..biaqlah kita lihat banyak dari sudut yang positif..sentiasa memaafkan pasangan dan merendahkan diri dlm rahtangga..sabar dan redha adalah kekuatan dalam rumahtangga...Setiap yg berlaku ada hikmahnya yg DIA nk beri pada kita.setiap yg berlaku saya anggap ujian dr Allah kepada saya..” (Pn Freeda)

Bagi kes Puan Ezzaty pula, selepas keluar rumah sejak Mac dan tinggal berasingan dengan suami, klien tidak lagi mahu berhubung dan bercakap dengan suaminya. Beliau kini sah bercerai talak satu apabila bersetuju dengan syarat suami iaitu tidak boleh menuntut nafkah edah dan harta sepencarian. Namun beliau redha dan mengakui tenang selepas berpisah dengan suami. Beliau juga berjaya melalui fasa konflik dan menerima ketentuan ALLAH.. Walaupun telah berpisah, beliau telah memaafkan suami dan menganggapnya sebagai sahabat.

“Walaupun dah bercerai, tapi saya masih harap kami boleh jadi kawan baik...sebab saya tau dia dah menyesal tapi dah terlambat ustazah..kenapa dari awal dia tak pujuk dan minta maaf...”? (Pn Ezzaty)

“Saya percaya dia mesti sedih dan menyesal, sebab tak sangka saya sanggup bercerai dengan syarat yang dia letak..” Dia kena faham perasaan seorang isteri kalau dah nekad dan tawar hati...” (Pn Ezzaty)

Berbeza dengan kes Encik Waheed, walaupun tidak dapat menerima hakikat bahawa isteri tetap mahu berpisah, beliau sedar perbuatan tersebut akan menyebabkan isterinya menuntut fasakh. Beliau keliru dan tidak pasti apakah tindakan yang perlu dibuat. Kaunselor mencadangkan beliau mengambil hati isteri dengan cara memujuk dan membeli hadiah. Mengajak solat berjemaah dan memohon maaf di atas kesalahan yang pernah dilakukan. Namun klien tetap ingin berusaha memenangi semula hati isterinya :

“Walau apa yang terjadi saya tetap akan pertahankan perkahwinan ni...Umur saya pun dah lanjut..takkan nak bercerai berai lagi...” Cuma saya minta puan panggil lagi isteri saya untuk kaunseling” (En Waheed)

“Saya akan cuba buat apa yang puan cadangkan sebelum ni...saya mengaku jarang buat benda-benda macam tu sebab tak biasa....saya selalu solat di masjid...” (En Waheed)

Kaunseling melibatkan suami isteri adalah satu kajian yang bersifat “*on the ground*” dan berbentuk aplikasi model yang diasaskan dalam kajian terdahulu. Bagi memantapkan pelaksanaan kaunseling pasangan suami isteri dalam kajian ini, Terapi Kognitif Tingkah Laku Islam (TKTLI) telah digunakan. Oleh itu kajian pada masa hadapan disarankan dapat melaksanakan intervensi kaunseling ini dalam bentuk kajian eksperimental untuk melihat keberkesanan intervensi tersebut.

Kajian ini turut disarankan agar dapat melaksanakannya dalam bentuk bimbingan kaunseling. Selain itu kajian juga dicadangkan ke atas klien yang mempunyai pelbagai budaya dan latar belakang. Sekiranya dapatan menunjukkan hasil yang sama, ia mungkin mengesahkan bahawa intervensi ini juga mempunyai kepelbagaian sama ada dari sudut latar belakang akademik, kaum dan ekonomi pasangan suami isteri. Pelaksanaan kaunseling melibatkan “*object relations*” memerlukan sekurang-kurangnya lima hingga tujuh kali pertemuan malah ada yang lebih panjang. Kesukaran mendapatkan persetujuan klien untuk hadir dalam tempoh yang panjang disebabkan masyarakat lebih cenderung melakukan sesuatu dalam tempoh yang singkat dan tidak membebaskan mereka. Selain itu, klien juga gemar memberi fokus untuk mendiagnos masalah dan segera mendapatkan cara untuk menyelesaikannya. Justeru kajian pada masa hadapan perlu menumpukan adalah disarankan agar mengkaji bagaimana untuk “mengikat” klien bertahan dalam proses sesi yang panjang.

PERBINCANGAN, IMPLIKASI DAN CADANGAN

Pengajaran bagi Pendakwah dan Profesi Perbantuan

Dari hasil temubual dan sesi kaunseling yang dijalankan, rumusan faktor konflik perkahwinan adalah seperti 1) Konflik dan isu dalam perkahwinan berpunca dari sikap dan tingkahlaku pasangan dan bagaimana cara mereka berfikir sama negatif atau positif, 2) Kekurangan ilmu dan pengetahuan agama juga mendedahkan kepada konflik yang menimbulkan pertengkar dan pergaduhan akibat gagal mengawal amarah dan emosi, 3) Faktor lain melibatkan sikap dan nilai dalam diri seperti tiada kejujuran, kepercayaan, kasih sayang, tanggungjawab, penghargaan dan rasa hormat pada pasangan, 4) Selain itu, kurangnya sokongan dan perhatian ahli keluarga terutama ibu bapa turut memainkan peranan terhadap konflik ini.

Antara yang boleh dilakukan oleh kaunselor dan pegawai Agama adalah 1) Fokus kepada pemulihan dan mengenalpasti punca konflik berlaku, 2) Mulakan dengan perhubungan baik, memberi perhatian dan menerima tanpa syarat, 3) Fokus kepada agama dan kerohanian dengan mengingatkan amanah dan tanggungjawab, 4) Menerangkan hakikat ujian dan musibah dari Allah serta konsep redha dan sabar serta gajaran pahala di sisi Allah, 5) Memberi kata-kata dan dorongan positif bahawa setiap konflik yang berlaku akan berjaya dihadapi dan ia bukanlah kekal selamanya dan meningkatkan ilmu pengetahuan berkaitan kekeluargaan dalam mengenalpasti kaedah terbaik menangani konflik perkahwinan.

Solusinya, persoalan kajian bagi kajian ini telah dapat diberikan jawapannya. Penerokaan pengalaman suami isteri yang menjalani intervensi Teori Kognitif Tingkah Laku Islam yang diperolehi semasa proses temubual telah menunjukkan bahawa responden kajian menghargai dan memperolehi pengalaman berguna. Analisis yang dilakukan ke atas sesi kaunseling membuktikan

bahawa responden kajian bersikap terbuka dalam memperbaiki hubungan mereka. Selain itu, mereka juga membenarkan diri mereka mengalami kembara masa bagi mengimbuai kembali konflik yang berlaku.

Maka kajian ini menjadikan kajian-kajian lepas sebagai sokongan bahawa pelaksanaan intervensi mampu memberi pencerahan sendiri dalam memperbaiki hubungan suami isteri. Akhir sekali beberapa implikasi bagi tujuan pelaksanaan dan cadangan untuk kajian akan datang dikemukakan berdasarkan kajian ini. Konflik perkahwinan boleh diselesaikan sekiranya setiap pasangan mengambil tindakan dan inisiatif untuk menanganinya. Jawapan dan penyelesaian bagi setiap cabaran tersebut sebenarnya telah ada di dalam al-Qur'an dan Sunnah selaku solusi yang unggul sepanjang zaman.

RUJUKAN

- Abe Sophian Abdul Rahman, Zuliza Mohd Kusrin Anwar & Fakhri Omar. (2014). "Faktor Perceraian Di Mahkamah Syariah Bahagian Mukah, Sarawak dari Tahun 2000 hingga 2010. *Jurnal Islamiyyat*. 36 (1) Bangi : Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Ahmad Harari dan Raihanah Azahari. (2014). Pengukuhan Institusi Keluarga Melalui Kawalan Terhadap Perceraian: Analisis Literatur. *Jurnal Fiqh*. No. 14. 175-194.
- Ali, N. H. M., & Elias, N. (2016). Menggunakan Pendekatan Kognitif Tingkah Laku Islam (ICBT) Untuk Menangani Prasangka Antara Pasangan Suami Isteri. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 1(3), 124-131.
- Avy Joseph (2009). *Cognitive Behavior Therapy*. Capstone Publishing Ltd: UK
- Coyle, A., & Wright, C. (1996). Using the counselling interview to collect research data on sensitive topics. *Journal of Health Psychology*, 1(4), 431-440.
- Crawford, J., & Irving, C. (2009). Information literacy in the workplace: a qualitative exploratory study. *Journal of librarianship and information science*, 41(1), 29-38.
- Fitzpatrick, M. A., Fey, J., Segrin, C., & Schiff, J. L. (1993). Internal working models of relationships and marital communication. *Journal of Language and Social Psychology*, 12(1-2), 103-131.
- Haliza A. Shukor, Hasnizam Hashim dan Intan Nadia Ghulam Khan. (1984). Krisis Rumah Tangga: Punca-Punca dan Cara Untuk Mengatasinya Menurut Perspektif Syariah dan Akta Undang-Undang Keluarga Islam (Wilayah Persekutuan).
- Haliza A. Shukor et al. (2012). Krisis Rumah Tangga: Punca-punca Dan Cara Untuk Mengatasinya Menurut Perspektif Syariah Dan Akta Undang-undang Keluarga Islam (Wilayah Persekutuan) 1984. Kajian Syariah dan Undang-undang Siri 4. Vol. 4. 68-85.
- Huzili Hussin.(2013). Kesan Intervensi Terapi Kelompok Tingkah Laku Kognitif Terhadap Estimasi Diri Dan Lokus Kawalan Dalam Kalangan Penagih Dadah. Universiti Sains Malaysia.
- Johnson, B., & Christensen, L. (2000). *Educational research: Quantitative and qualitative approaches*. Allyn & Bacon.
- Levy, M.R., & Windahi, S. (1984). *Audience activity and gratifications : A conceptual clarification and exploration*. Communication Research, 11 (1), 57-78.
- Mariam Abd Majid.(2018).Konflik Rumahtangga Dan Kaedah Mengatasi: Satu Pendekatan Tinjauan Literatur Sistematis. Kolej Universiti Islam Antarabangsa Selangor.
- McMillan, James H., and Sally Schumacher.(2010). "Research in Education: Evidence-Based Inquiry, MyEducationLab Series." *Pearson*.

- Merriam, S. B. (1998). *Qualitative Research and Case Study Applications in Education. Revised and Expanded from " Case Study Research in Education."*. Jossey-Bass Publishers, 350 Sansome St, San Francisco, CA 94104.
- Nurhanisah Hadigunawan & Raihanah Azahari. 2016. Penghayatan Islam dan Hubungannya dengan Konflik Rumahtangga: Kajian di Unit Runding Cara, Bahagian Undang-Undang Keluarga, Jabatan Agama Islam Selangor. *Jurnal Syariah*, 417-418.
- Piercy, F. P., Sprenkle, D. H., & Wetchler, J. L. (Eds.). (1996). *Family Therapy Sourcebook*. Guilford Press.
- Raihanah Abdullah. (2001). *Wanita, Perceraian dan Mahkamah Syariah Dalam Wanita dan Perundangan Islam*. Kuala Lumpur: Ilmiah Publisher.
- Raihanah Azahari. 2007. Permasalahan Rumahtangga : Kajian di Unit Undang-Undang Keluarga Jabatan Agama Islam Daerah Petaling, Selangor. *Jurnal Syariah*, 116-117,119-121, 123-124, 126,128.
- Rozumah Baharudin, Rumaya Juhari.(2013). *Pengantar Perkahwinan dan Keluarga*. Serdang: UPM Press.
- Saedah Siraj. (2001). *Pendidikan Rumah Tangga*. Selangor:Alam Pintar Enterprise.
- Siti Uzairiah Mohf Tobi.(2017). *Kajian Kualitatif dan Analisis Temu Bual*. Kuala Lumpur. Aras Publisher.
- Weishaar, M. (1995). "Retributive rage: The case of Roger": Comment.
- Yin, R. K. (2003). *Designing case studies. Qualitative Research Methods*. University of Groningen. Sage Press.
- Zakaria, N., & Akhir, N. S. M.(2017). Theories and modules applied in Islamic counseling practices in Malaysia. *Journal of religion and health*, 56(2), 507-520.