

## Tip's Membina Hubungan Suami Isteri yang Harmonis

Lidya Kandow dan Jamal Mirdad bercerai 8 Maret 2013, Dewi Yull dan Ray Sahetapi bercerai, Ira Wibowo dan Katon Baskara bercerai, Vena Melinda dan Ivan Vadila cerai..



Jamal Mirdad, Naysilla Mirdad, dan Lidya Kandow

Mendengar mereka memutuskan bercerai seringkali kita dibuat bingung dan kaget, karena di memori fikiran kita mereka mereka selalu tampaknya rukun dan harmonis kenapa tiba2 memutuskan bercerai? Saya yakin mereka menikah dulunya karena benar2 saling mencintai, karena pernikahan dengan beda agama sungguh tidak mudah mendapatkan surat izin nya dari pemerintah.

Lidya Kandow dan Jamal Mirdad selama ini dikenal sebagai pasangan serasi. Meskipun berprofesi sebagai artis yang rawan akan kabar miring, keduanya berhasil melewati 25 tahun perkawinannya dengan lancar. Tiba2 menggugat cerai, ada apa sebenarnya? Sulit buat kita mereka-reka sebabnya, apalagi bagi mereka yang belum pernah mengalami perceraian tentu merasa heran.

Hal ini tak beda dengan pengalaman pribadi saya, di luar, dulu kehidupan rumahtangga saya kelihatan mesra, tapi sebenarnya di dalam rumahtangga selalu "panas" alias bertengkar yang tiada habisnya.

Bersama ini saya coba sajikan Tip's Membina Hubungan Suami Istri yang Harmonis, semoga bisa membantu buat suami isteri yang ingin mempertahankan rumahtangganya sampai akhir hayat.

### **TIPS MEMBINA HUBUNGAN SUAMI ISTRI YANG HARMONIS**

Warna hitam, misalnya, kalau berdiri sendiri akan menimbulkan kesan suram dan dingin. Jarang orang menyukai warna hitam secara berdiri sendiri. Tapi, jika berpadu dengan warna putih, akan memberikan corak tersendiri yang bisa menghilangkan kesan suram dan dingin tadi. Perpaduan hitam-putih jika ditata secara apik, akan menimbulkan kesan dinamis, gairah, dan hangat.

Seperti itulah seharusnya rumah tangga dikelola. Rumah tangga merupakan perpaduan antara berbagai warna karakter. Ada karakter pria, wanita, anak-anak, bahkan mertua. Dan tak ada satu pun manusia di dunia ini yang bisa menjamin bahwa semua karakter itu serba sempurna. Pasti ada kelebihan dan kekurangan.

Nah, di situlah letak keharmonisan. Tidak akan terbentuk irama yang indah tanpa adanya keharmonisan antara nada rendah dan tinggi. Tinggi rendah nada ternyata mampu melahirkan berjuta-juta lagu yang indah.

Dalam rumah tangga, segala kekurangan dan kelebihan saling berpadu. Kadang pihak suami yang bernada rendah, kadang isteri bernada tinggi. Di sinilah suami-isteri dituntut untuk menciptakan keharmonisan dengan mengisi kekosongan-kekosongan yang ada di antar mereka.

Beberapa hal yang mesti diperhatikan untuk menciptakan keharmonisan rumah tangga, yaitu :

1.

### **Jangan melihat ke belakang**

Jangan pernah mengungkit-ungkit alasan saat awal menikah. "Kenapa saya waktu itu mau nerima aja, ya? Kenapa nggak saya tolak?" Buang jauh-jauh lintasan pikiran ini. Langkah itu sama sekali tidak akan menghasilkan perubahan. Justru, akan menyeret ketidakharmonisan yang bermula dari masalah sepele menjadi pelik dan kusut. Jika rasa penyesalan berlarut, tidak tertutup kemungkinan ketidakharmonisan berujung pada perceraian.

Karena itu, hadupilah kenyataan yang saat ini kita hadapi. Inilah masalah kita. Jangan lari dari masalah dengan melongkok ke belakang. Atau, amit-amit deh, membayangkan sosok lain di luar pasangan kita. Hal ini akan membuka pintu setan sehingga kian meracuni pikiran kita.

2.

### **Berpikir objektif**

Kadang, konflik bisa menyeret hal lain yang sebetulnya tidak terlibat. Ini terjadi karena konflik disikapi dengan emosional. Apalagi sudah melibatkan pihak ketiga yang mengetahui masalah internal rumah tangga tidak secara utuh. Cobalah lokalisir masalah pada pagarnya. Lebih bagus lagi jika dalam memetakan masalah ini dilakukan dengan kerjasama dua belah pihak yang bersengketa. Tentu akan ada inti masalah yang perlu dibenahi.

Misalnya, masalah kurang penghasilan dari pihak suami. Jangan disikapi emosional sehingga menyeret masalah lain. Misalnya, suami yang tidak becus mencari duit atau suami dituduh sebagai pemalas. Kalau ini terjadi, reaksi balik pun terjadi. Suami akan berteriak bahwa si isteri bawel, materialistis, dan kurang pengertian. Padahal kalau mau objektif, masalah kurang penghasilan bisa disiasati dengan kerjasama semua pihak dalam rumah tangga. Tidak tertutup kemungkinan, isteri pun ikut mencari penghasilan, bahkan bisa sekaligus melatih kemandirian anak-anak.

3.

### **Lihat kelebihan pasangan, jangan sebaliknya**

Untuk menumbuhkan rasa optimistis, lihatlah kelebihan pasangan kita. Jangan sebaliknya, mengungkit-ungkit kekurangan yang dimiliki. Imajinasi dari sebuah benda, bergantung pada bagaimana kita meletakkan sudut pandangnya. Mungkin secara materi dan fisik, pasangan kita mempunyai banyak kekurangan. Rasanya sulit sekali mencari kelebihannya. Tapi, di sinilah uniknya rumah tangga. Bagaimana mungkin sebuah pasangan suami isteri yang tidak saling cinta bisa punya anak lebih dari satu.

Berarti, ada satu atau dua kelebihan yang kita sembunyikan dari pasangan kita. Paling tidak, niat ikhlas dia dalam mendampingi kita karena Tuhan sudah merupakan kelebihan yang tiada tara. Luar biasa nilainya di sisi Tuhan. Nah, dari situlah kita memandang. Sambil jalan, segala kekurangan pasangan kita itu dilengkapi dengan kelebihan yang kita miliki. Bukan malah menjatuhkan atau melemahkan semangat untuk berubah.

4.

### **Saling percaya**

Tanpa rasa saling percaya antara pasangan suami-istri, perkawinan tentu tak akan berjalan mulus. Bagaimana bisa mulus jika suami atau istri selalu mengawasi gerak-gerik kita karena ketidakpercayaannya itu? Yang muncul adalah kegelisahan, kecurigaan, kekhawatiran, tak pernah merasa tenteram, dan sebagainya. Ujung-ujungnya, Anda berdua justru saling menyalahkan dan menuduh. Rasa saling percaya akan mengantarkan Anda pada perasaan aman dan nyaman. Kuncinya, jangan sia-siakan kepercayaan yang diberikan suami Anda. Istri tak perlu mencurigai suami, dan sebaliknya, suami juga tak perlu mencurigai istri. Membangun rasa saling percaya juga merupakan perwujudan cinta yang dewasa.

5.

### **Kebutuhan Seks**

Perkawinan tanpa seks bisa dibilang seperti sayur tanpa garam. Hambar. Ya, seks memang perlu. Dan meski aktivitas seks sebetulnya bertujuan untuk memperoleh keturunan, namun manusia perlu juga mengembangkan seks untuk mencapai kebahagiaan bersama pasangan hidupnya. Kegiatan seks mestinya adalah penyerahan total, saling menyerahkan diri kepada suami atau istrinya sehingga hubungan terpupuk semakin dalam. Kegiatan seks yang timpang akan menjadi masalah serius bagi suami-istri. Uring-uringan, cekcok, dan ahkan mencari pelampiasan di luar, merupakan akibat yang biasanya muncul jika soal yang satu ini muncul.

Prinsip hubungan seks yang baik adalah adanya keterbukaan dan kejujuran dalam mengungkapkan kebutuhan Anda masing-masing. Intinya, kegiatan seks adalah untuk saling memuaskan, namun perlu dihindari adanya kesan mengeksploitasi pasangan. Kegiatan seks yang menyenangkan akan memberikan dampak positif bagi Anda berdua.

6.

### **Hindari pihak ketiga**

Kehidupan perkawinan merupakan otonomi tersendiri, yang sebaiknya tak dicampuri oleh pihak lain, apalagi pihak ketiga. Kehadiran pihak ketiga yang ikut campur tangan atau mempengaruhi dan masuk ke wilayah otoritas keluarga,

bisa menciptakan bencana bagi rumah tangga tersebut. Banyak contoh keluarga yang hancur gara-gara pihak ketiga ikut main di dalamnya. Entah campur tangan mertua, saudara ipar, kekasih simpanan, tetangga, dan sebagainya. Jadi, bila Anda menginginkan kehidupan rumah tangga Anda langgeng bahagia, sebisa-bisanya hindari campur tangan pihak ketiga.

7.

## **Menjaga romantisme**

Terkadang, pasangan suami-istri yang sudah cukup lama membangun mahligai rumah tangga tak lagi peduli pada soal yang satu ini. Tak ada kata-kata pujian, makan malam bersama, bahkan perhatian pun seperti barang mahal. Padahal, menjaga romantisme dibutuhkan oleh pasangan suami-istri sampai kapan pun, tak cuma ketika mereka berpacaran. Sekedar memberikan bunga, mencium pipi, menggandeng tangan, saling memuji, atau berjalan-jalan menyusuri tempat-tempat romantis akan kembali memercikkan rasa cinta kepada pasangan hidup Anda. Apalagi kalau diberikannya pada moment2 khusus, misalnya di hari ulang tahunnya. Tentu, ujung-ujungnya pasangan suami-istri akan merasa semakin erat dan saling membutuhkan.

8.

## **Adakan komunikasi**

Komunikasi juga merupakan salah satu pilar langgengnya hubungan suami-istri. Hilangnya komunikasi berarti hilang pula salah satu pilar rumah tangga. Bagaimana mungkin hubungan Anda dengan suami akan mulus jika menyapa pun Anda enggan. Jika rumah tangga adalah sebuah mobil, maka komunikasi adalah rodanya. Tanpanya, tak mungkin rasanya rumah tangga berjalan.

Banyak terjadi, suami atau istri apatis terhadap pasangannya karena terlalu sibuk bekerja. Suami-istri bekerja, sementara anak sibuk dengan urusannya sendiri, sehingga rumah hanya seperti tempat kos, masing-masing pribadi tidak saling tegur sapa. Ini sama halnya menaruh bom waktu yang sewaktu-waktu bisa meledak. Bisa-bisa, di antara Anda kemudian mencari pelampiasan dengan mencari teman di luar untuk curhat dan tak betah lagi tinggal di rumah. Jadi, cobalah untuk selalu menjaga komunikasi dengan suami. Luangkan waktu untuk duduk atau ngobrol bersama, sekalipun hanya 5 menit setiap hari. Teleponlah (misalnya menanyakan sudah makan siang atau belum) atau kirimkan imel pada saat Anda berdua berada di kantor Anda masing-masing. Atau makan siang bersama jika memungkinkan. Intinya, ciptakan komunikasi, sehingga masing-masing pribadi merasa dibutuhkan.

9.

## **Saling memuji dan memperhatikan**

Meski sepele, pujian atau perhatian sangat besar pengaruhnya bagi suami, dan sebaliknya. Ucapan bernada pujian akan semakin memperkuat ikatan suami-istri. Tanpa pujian atau perhatian, bisa-bisa yang ada hanya saling mencela dan merendahkan. Memberikan pujian ringan seperti "Masakan Mama hari ini luar biasa, lho!" atau "Wah, Papa tambah keren pakai dasi itu." Ucapan-ucapan sepele seperti itu akan memberikan dorongan/semangat yang luar biasa. Pasangan Anda pun akan merasa dihargai. Memuji tak butuh biaya atau ongkos mahal, kok. Yang dibutuhkan adalah ketulusan dan rasa cinta pada pasangan.

10.

## **Sertakan sakralitas dalam rumah tangga**

Salah satu pijakan yang paling utama seorang rela berumah tangga adalah karena adanya ketaatan pada agama. Padahal, kalau menurut hitung-hitungan materi, berumah tangga itu melelahkan.

Ketika masalah nyaris tidak menemui ujung pangkalnya, kembalikanlah itu kepada sang pemilik masalah, yaitu Tuhan Maha Pencipta. Pasangkan rasa baik sangka kepada Tuhan. Tataplah hikmah di balik masalah. Yakinlah bahwa ada kebaikan dari semua masalah yang kita hadapi.

Lakukanlah pendekatan dengan terus berdo'a. Jangan genggam masalah sendiri tapi serahkan ke Tuhan, niscaya masalah yang berat bisa terasa ringan. Dan secara otomatis, solusi akan terlihat di depan mata.

11.

### **Saling memberi hadiah pada momen khusus**

Anda pasti merasa happy apabila pasangan memberi hadiah pada momen istimewa, hari ulang tahun, ulang tahun perkawinan, promosi dan seterusnya. Hadiah adalah wujud apresiasi terhadap pasangannya. Dalam pemberian hadiah tidak akan dipermasalahkan nilainya, tetapi ketulusan hati dan apresiasi menjadi nilai yang sangat tinggi. Dengan hadiah maka kehangatan hubungan suami isteri akan tetap terjaga.

12.

### **Berdua pada saat istimewa**

Saat berdua biasanya sangat sulit didapatkan apabila keluarga sudah memiliki anak, karena mereka menyita waktu yang cukup banyak. Pun demikian, momen itu masih tetap diciptakan walaupun intensitasnya agak sulit. Tetap saja usahakan momen ini ada, apakah sebulan sekali atau pada ulang tahun perkawinan. Tentu sangat indah mengenang saat pertama berkenalan, berpacaran dan seterusnya, seolah hal ini masih ada walau sudah menjadi suami isteri.

13.

### **Kalimat Sakti**

Buatlah pasangan anda senang dengan kalimat sakti. Kalimat sakti bisa bermacam-macam sesuai dengan karakter keluarga. Bisa "I love you", "I miss you", "You are my hero", "Saya ingin cepat pulang, lebih suka saya berada dirumah bersama keluarga" dan seterusnya. Kalimat sakti menjadi sangat spesial pada saat pasangan sedang berjauhan atau menjalankan tugas di luar kota dalam jangka waktu tertentu.

14.

### **Jadilah Pribadi yang Menyenangkan**

Mulailah dari diri sendiri, jadilah pribadi yang senantiasa dinantikan kehadirannya. Menjadi pribadi yang menyenangkan akan membuat semua anggota keluarga betah berada di rumah. Misalnya dihari libur, buatlah makanan istimewa yang dibuat sendiri untuk dimakan bersama2.

15.

### **Jadilah Pendengar yang Baik**

Menjadi pendengar yang baik, terdengar sederhana bukan? Tapi pada prakteknya hal ini cukup sulit bagi sebagian orang. Misalnya mendengarkan cerita anak atau cerita pasangan kita. Hal ini akan membuat anak atau pasangan kita merasa lebih dekat dengan Anda. Hikmahnya, anak atau pasangan kita akan menghormati dan menceritakan semua masalah pada Anda.

16.

### **Jadilah Penolong bagi keluarga**

Persiapkan diri Anda untuk selalu menjadi penolong dalam keluarga. Jika saudara pasangan kita membutuhkan pertolongan, jadikanlah diri kita sebagai orang pertama yang datang untuk menolongnya dengan apa pun yang kita miliki. Hal ini bisa menjadi spirit kebersamaan untuk membangun keluarga harmonis. Siapa yang menebar benih kebaikan maka dia akan menuai buah kebaikan juga.

17.

### **Jadilah Pribadi yang Jujur**

Pedagang yang jujur dicintai para pembelinya. Pemimpin yang jujur dicintai rakyatnya. Suami yang jujur dicintai istrinya, demikian juga sebaliknya. Anak yang jujur dicintai orangtuanya, demikian juga sebaliknya. Pribadi yang jujur dicintai banyak orang, termasuk orang-orang yang ada disekelilingnya yang berdampingan dan beraktivitas yang sama. Orang jujur akan selalu bahagia, tidak takut menghadapi apapun. Termasuk jujur dalam keuangan kepada pasangan adalah sangat penting.

18.

### **Jadilah Orang Pertama yang Mewujudkan Tujuan dalam Keluarga**

Tujuan pertama bekeluarga adalah mewujudkan keluarga yang penuh ketenangan dan penuh cinta kasih. Tujuan ini harus dicapai bersama-sama oleh pasangan suami isteri dan anak-anak.

19.

### **Jadilah Pribadi yang Senantiasa Belajar Memperbaiki Diri**

Tidak ada yang sempurna, karena kesempurnaan hanyalah milik Tuhan. Sebagus apapun konsep sebuah keluarga harmonis, sehebat apapun upaya yang kita lakukan, pada akhirnya kita harus melakukan evaluasi dan terbuka untuk melakukan perbaikan diri..

Sumber:

1. <http://www.isdaryanto.com>
2. <http://www.docstoc.com>
3. <http://www.anneahira.com>

Penulis: Anita Handayani ( <http://anitanet.staff.ipb.ac.id> )