



SUMBER KEKUATAN KELUARGA



Siswanto*

Letih. Mungkin itulah kata yang kurang lebih tepat untuk menggambarkan dinamika kehidupan sekarang. Harga-harga naik, sementara gaji tetap. Belum lagi krisis BBM yang memusingkan kepala. Bukan saja harga naik, namun sekarang sering kali harus antri untuk mendapatkannya. Hidup menjadi semakin penuh tekanan dan perjuangan.

Para orangtua yang bekerja, bergelut dengan masalah sekitar pekerjaan mulai dari pemikiran bagaimana mencapai target sampai keruwetan relasi antara teman kerja. Sore, ketika usai bekerja, stres dan segenap reaksinya seperti kejengkelan, kemarahan, kelelahan masih terbawa sampai di rumah. Belum lagi bila di jalan terjadi kemacetan. Adrenalin seolah terpompa kencang dan deras sehingga bila terjadi selisih paham sedikit saja sekembalinya di rumah, kemarahan dan kebencian menjadi lebih mudah tersulut dan meledak.

Para ibu rumah tangga jangan dikira tidak memiliki stres yang tinggi. Sehari-hari mengerjakan tugas-tugas rutin rumah tangga seperti memasak, mencuci, bersih-bersih rumah, mengantar anak sekolah dan seabreg rutinitas lainnya bisa menjadi neraka tersendiri bagi kaum ibu. Hidup yang monoton mengeringkan jiwa. Meskipun nampak sepele, masalah-masalah kecil di sekitar rumah bila terjadi terus-menerus juga memicu denyut jantung semakin meningkat dan kepala menjadi pening. Belum lagi bila para suami tidak mau tahu dengan kesulitan yang terjadi di rumah. Hasilnya bisa ditebak: pertengkaran demi pertengkaran menjadi makanan harian yang membuat hidup menjadi seperti di padang pasir gersang. Tidak ada kesejukan apalagi ketenangan. Yang ada hanyalah hawa yang



Kalau setiap hari hidup bagai di medan perang saja dan tidak ada waktu sejenak untuk mengistirahatkan diri, untuk bisa menjadi rileks dan merasa aman nyaman, bisa ditebak hasil akhirnya. Berbagai gangguan dan penyakit bermunculan silih berganti





Rumah mestinya menjadi simbol

kerinduan setiap anggota keluarga: anak-anak merindukan rumah sebagai tempat kedamaian setelah bergumul dengan pelajaran dan segenap kesulitannya serta kadang persaingan dengan teman sekolah. Para suami dan isteri yang bekerja merindukan rumah sebagai tempat mengembangkan cinta dan rasa sayang yang selalu terancam pupus oleh target dan intrik yang ada di kantor.



panas dan keinginan untuk meledak.

Kalau setiap hari hidup bagai di medan perang saja dan tidak ada waktu sejenak untuk mengistirahatkan diri, untuk bisa menjadi rileks dan merasa aman nyaman, bisa ditebak hasil akhirnya. Berbagai gangguan dan penyakit bermunculan silih berganti. Atau perilaku pun menjadi berubah: menjadi lebih kasar dan garang seperti yang terlihat akhir-akhir ini diberbagai media. Atau fenomena penyimpangan nilai-nilai yang selama ini dihargai dari perselingkuhan,

perceraian, sampai pada kenakalan anak.

Kalau hidup yang dihidupi seperti gambaran di atas, lalu apa gunanya menghidupi hidup seperti itu? Kesia-siaan demi kesia-siaan belaka, begitu kata penulis kitab Pengkhotbah. Tidak ada gunanya sehingga lebih baik digunakan untuk bersenang-senang dan menikmati semua yang ditawarkan kehidupan. Nampaknya itulah yang dilakukan kemudian oleh raja Salomo dan sekarang ini yang diikuti oleh manusia moderen: mencari berbagai upaya untuk bisa membuat hidup menjadi lebih nikmat dan mudah. Kalau kebetulan beruntung: memiliki pekerjaan dan karir yang bagus, uang yang banyak dan segudang kesempatan emas lainnya, segudang kenikmatan lalu bisa diperoleh. Rumah dan segenap fasilitas pendukungnya bisa didapatkan, mobil yang nyaman dikendarai dan sebagainya.

Namun bila kebetulan memiliki nasib yang *apes*: lahir dari keluarga yang kurang mampu, untuk bisa hidup layak pun harus bekerja mati-matian membanting tulang. Ditambah direcoki dengan segenap persoalan di atas, lama kelamaan akan membuat asa semakin menipis. Lalu pikiran-pikiran tentang mengakhiri hidup mulai menguat, menanti saat yang tepat untuk memenuhinya. Bunuh diri menjadi alternatif yang lalu menjadi mungkin untuk dilakukan.

Bagaimana membalikkan keadaan gelap di atas? Nampaknya rumah, keluarga memiliki peranan yang

penting. Mestinya rumah menjadi tempat peristirahatan bagi segenap penghuninya, bukan sekedar istirahat lahir, namun juga batin. Setiap insan mestinya mengharapkan rumah sebagai tempat untuk pulang dari segenap keletihan. Rumah mestinya menjadi simbol kerinduan setiap anggota keluarga: anak-anak merindukan rumah sebagai tempat kedamaian setelah bergumul dengan pelajaran dan segenap kesulitannya serta kadang persaingan dengan teman sekolah. Para suami dan isteri yang bekerja merindukan rumah sebagai tempat mengembangkan cinta dan rasa sayang yang selalu terancam pupus oleh target dan intrik yang ada di kantor. Ibu-ibu rumah tangga, meskipun senantiasa tinggal di rumah, menjadi semakin sayang dan kerasan tinggal di dalamnya karena melihat rumah sebagai simbol kedalaman hatinya sendiri, kedalaman spirituilitasnya.

Namun sayang, yang terjadi justru sebaliknya: anak-anak lebih suka berkeliaran di *mall* atau tempat-tempat *dugem* untuk bisa lari dari rumah yang identik dengan segudang aturan yang tidak mau tahu kebutuhan mereka. Para suami dan isteri yang bekerja sengaja menunda-nunda waktu untuk pulang, menjadi gila kerja atau sebaliknya *nyasar* ke tempat-tempat yang tidak semestinya karena semakin letih membayangkan bila tiba di rumah. Ibu-ibu rumah tangga uring-uringan di dalam rumah: tidak bahagia dan tidak memiliki rasa cinta terhadap rumah sendiri dan melihat rumah sebagai penjara kebebasannya. Kalau itu yang terjadi, apa gunanya ada rumah? Apa gunanya menjadi keluarga? Jadi jangan heran bila saat ini banyak rumah yang menjadi berantakan, demikian juga penghuni yang ada di dalamnya. Lalu dimanakah sumber kekuatan suatu keluarga? Bagaimanakah keluarga menjadi sumber kehidupan di tengah-tengah kerasnya hidup?

Sumber Kekuatan Keluarga

Pengalaman penulis menangani kasus-kasus kronis keluarga yang berakhir dengan perceraian setidaknya dua hal. Pertama, adanya sumber-sumber kekuatan untuk membangun keluarga yang baik. Kedua, sumber-sumber itu, sayang sekali, dilalaikan sejak berawalnya suatu pernikahan. Disebut kasus kronis, karena ketika pasangan memutuskan untuk bercerai, keputusan tersebut sudah sulit untuk dibalikkan kembali. Biasanya keputusan tersebut diambil karena pasangan sudah tidak lagi melihat jalan keluar dan memahami persoalan yang dialami dalam keluarga



Sumber-sumber kekuatan keluarga yang kebanyakan diabaikan yaitu komunikasi, kesadaran perbedaan posisi, menikmati waktu bersama, dan pengelolaan keuangan keluarga.



sudah berlarut-larut. *Kasep*, begitu kata orang Jawa. Menariknya, perceraian bukan hanya dialami oleh mereka yang memiliki iman yang memang membolehkan terjadinya perceraian. Perceraian juga dilakukan oleh pasangan-pasangan

yang dulunya dengan sadar dan mau mengikat janji bersama, komitmen untuk hidup bersama, saling setia dalam untung dan malang, dalam sehat dan sakit sampai maut memisahkan. Bahkan dalam mengucapkannya pun sempat diiringi tangis haru karena keagungan janji tersebut.

Sumber-sumber kekuatan keluarga yang kebanyakan diabaikan yaitu komunikasi, kesadaran perbedaan posisi, menikmati waktu bersama, dan pengelolaan keuangan keluarga.

Komunikasi

Banyak persoalan muncul karena kemiskinan bahkan ketiadaan komunikasi. Sebutlah sebagai misal. Seorang suami bekerja di luar kota, sehingga ia bertemu dengan keluarganya hanya seminggu sekali. Ini bisa membuat cinta yang semula membara berangsur padam karena ketiadaan komunikasi. Komunikasi yang dimaksud bukan sekedar bertukar kabar melalui telepon atau bahkan *sms*. Komunikasi yang dimaksud meliputi bertukar perasaan.

Komunikasi juga berarti semakin memperluas dunia diri sendiri dengan dunia yang dimiliki oleh pasangan. Memang betul masalah-masalah kantor sebaiknya jangan sampai dibawa ke rumah. Namun alangkah baiknya bila ada hal-hal yang berat namun juga kesenangan yang didapatkan di pekerjaan dibagikan kepada pasangan. Pasangan diharapkan cukup mendengar, tidak perlu tergoda memberikan

nasihat atau komentar bila tidak diminta karena sering hanya dengan didengarkan saja, yang bercerita sudah menjadi lega luar biasa dan sudah siap dengan jalan keluarnya.

Matinya komunikasi membuka peluang semakin besar terjadinya perselingkuhan. Kalau perselingkuhan terjadi, pintu menuju kehancuran keluarga menjadi terbuka lebar.

Matinya komunikasi membuka peluang semakin besar terjadinya perselingkuhan. Kalau perselingkuhan terjadi, pintu menuju kehancuran keluarga menjadi terbuka lebar.



perselingkuhan. Kalau perselingkuhan terjadi, pintu menuju kehancuran keluarga menjadi terbuka lebar.

Kesadaran Perbedaan Posisi

Semakin pudarnya nilai-nilai tradisional di satu sisi dan menguatnya kesadaran kesetaraan gender di sisi lain, membuat banyak

individu, terutama perempuan, mengalami kekaburan adanya perbedaan posisi ketika menikah dan menjadi seorang isteri bagi suaminya. Meskipun dari sudut pemahaman perempuan mengetahui bahwa isteri harus tunduk kepada suami dan suamilah kepala keluarga, namun untuk menghayati dan melakukan pengertian itu bukanlah sesuatu yang mudah.

Apalagi bila isteri juga bekerja, memiliki penghasilan sendiri, sehingga tidak terlalu bergantung kepada suami. Apalagi bila penghasilan isteri sama atau bahkan lebih besar dari suami. Tanpa disadari, penghargaan terhadap suami menjadi meluntur melalui tindakan-tindakan yang tidak menghiraukan perasaan suami. Keputusan untuk pisah, bercerai, menjadi lebih besar ketika isteri menjadi otonom, berdiri di atas kaki sendiri. Apalagi bila suami dilihat memiliki banyak kekurangan di luar penghasilan yang ada.

Sementara itu, suami pun kurang menyadari perubahan dunia yang ada. Suami cenderung menjadi otoriter dalam setiap keputusannya, tanpa menghormati dan menyayangi perasaan isteri. Suami selalu mengharapkan persetujuan untuk setiap keputusan yang menyangkut kepentingan bersama, semata-mata berdasarkan pada pertimbangan dan dunianya sendiri, kurang melibatkan dunia isteri.

Menyadari perbedaan posisi dan belajar senantiasa menghormati perbedaan tersebut menolong keluarga untuk tetap berjalan pada relnya dan menjadi keluarga yang langgeng.

Menikmati Waktu Bersama

Meluangkan waktu bersama dengan segenap anggota keluarga menjadi hal yang mahal sekarang ini. Banyak yang berpikir meluangkan

Menyadari perbedaan posisi dan belajar senantiasa menghormati perbedaan tersebut menolong keluarga untuk tetap berjalan pada relnya dan menjadi keluarga yang langgeng.

Nikmati waktu bersama sebanyak mungkin dan lihatlah, banyak persoalan yang muncul terselesaikan dengan sendirinya karena masing-masing anggota keluarga menjadi peka terhadap perasaan satu sama lain.

waktu bersama itu berarti pengeluaran yang lebih seperti piknik bersama, makan bersama di luar, atau kegiatan bersama lainnya yang membutuhkan uang lebih. Bisa saja *sih* menikmati waktu bersama berarti begitu. Namun tidak selalu.

Esensi menikmati waktu bersama adalah bagaimana seluruh keluarga hadir dan

menghayati hidup bersama dengan segala dinamikanya. Itu bisa dilakukan dengan misalnya nonton tv bersama, membicarakan acara tersebut secara terbuka, dan berbagi pikiran mengenai acara yang ada. Atau bermain bersama, menikmati kegembiraan yang sama, sehingga tertawa tawa secara bersamaan juga. Pernahkah Anda tertawa lepas, bersama-sama dengan anggota keluarga lainnya tanpa kecuali untuk suatu kejadian yang kebetulan dialami bersama? Kapan terakhir itu terjadi? Bagaimana rasanya? Saat-saat itu menjadi saat yang sungguh membahagiakan. Kenapa kita tidak berusaha untuk mengadakannya lagi? Nikmatilah waktu bersama sebanyak mungkin dan lihatlah, banyak persoalan yang muncul terselesaikan dengan sendirinya karena masing-masing anggota keluarga menjadi peka terhadap perasaan satu sama lain. Orang pada dasarnya tidak ingin menyakiti orang lain apalagi terhadap orang yang dikasihi.

Pengelolaan Keuangan Keluarga

Persoalan yang sering muncul dan menjadi klasik, namun tidak selalu disadari apalagi diakui, adalah stres yang muncul dari ketidakmampuan mengelola keuangan keluarga. Berawal dari kesulitan keuangan, relasi antaranggota keluarga mulai retak karena menjadi mudah tersinggung dan pusing memikirkan pemenuhan keuangan.

Begitu banyak keluarga yang sebetulnya bisa hidup cukup, terperosok oleh berbagai kesulitan keuangan karena terpicat oleh cara hidup yang katanya modern. Banyak yang lalu terpicat pada pemenuhan kebutuhan konsumtif dengan cara berutang. Istilah utang sekarang dikemas dengan kata yang lebih nyaman: kredit! Memiliki kartu kredit juga sudah menjadi gaya hidup dan membanggakan untuk sebagian besar orang tanpa tahu kegunaannya yang pasti.

Orang baik pun akan terpengaruh untuk melakukan hal yang tidak halal, seperti korupsi, bila sudah jatuh ke dalam cara hidup memenuhi kebutuhan dengan cara berutang. Apa enaknya hidup yang melulu menggali lubang, menutupnya kembali dengan cara menggali lubang yang lain? Nampaknya inilah yang menjadi salah satu akar kebobrokan masyarakat saat ini. Kenikmatan dunia dan segenap tipu dayanya memikat manusia bahkan orang Kristen sekalipun sehingga meninggalkan prinsip-prinsip hidup yang sehat, yaitu menjauhi utang, terutama untuk hal-hal yang konsumtif sifatnya.

Penutup

Komunikasi, kesadaran perbedaan posisi, menikmati waktu bersama, dan pengelolaan keuangan keluarga sering menjadi titik rawan yang dapat menggoyahkan keluarga. Tapi bila dilaksanakan dengan baik, keempat hal itu justru akan benar-benar menjadi sumber kekuatan keluarga di tengah kehidupan yang semakin kompleks dan sarat dengan tekanan ini. (***/J2)

* **Siswanto** adalah dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Koordinator Program Akademi Muria. Anggota Jemaat GKMI Kenari, Kudus.

Kenikmatan dunia dan segenap tipu dayanya memikat manusia bahkan orang Kristen sekalipun sehingga meninggalkan prinsip-prinsip hidup yang sehat, yaitu menjauhi utang, terutama untuk hal-hal yang konsumtif sifatnya.

