



Aktualisasi Makna Sakinah dalam Keluarga Single Parent

Lutfia Eka Ramadhani¹, Mar'atul Habibah², Mila Erliana³

Universitas Islam Negeri Palangka Raya^{1,2,3}

*Email lutfiaekarr@gmail.com¹, habib4h001@gmail.com², milaerliana@gmail.com³

Diterima: 27-11-2025 | Disetujui: 07-12-2025 | Diterbitkan: 09-12-2025

ABSTRACT

A harmonious family is an ideal concept in Islam that emphasizes peace, love, and affection within the household. Generally, this concept is built on the basis of a husband-wife relationship, but in social reality, many families are run by a single parent due to divorce, the death of a spouse, or other reasons. This study examines how the values of harmonious family can be applied in single-parent families. Using a descriptive-qualitative approach, this paper describes the meaning of harmonious family in the context of single parenthood and relevant strategies for actualization, such as a strong foundation of faith, open communication, and structured life management. The results indicate that single-parent families can still achieve true peace and harmony as long as Islamic values are the foundation of their upbringing and daily lives.

Keywords: harmonious family, family, single parent, actualization, Islam

ABSTRAK

Keluarga sakinah merupakan konsep ideal dalam Islam yang menekankan ketenangan, cinta, dan kasih sayang dalam rumah tangga. Umumnya, konsep ini dibangun atas dasar relasi suami istri, namun dalam realitas sosial, banyak keluarga dijalani oleh satu orang tua (single parent) karena perceraian, kematian pasangan, atau sebab lainnya. Penelitian ini membahas bagaimana aktualisasi nilai-nilai sakinah dapat diterapkan dalam keluarga single parent. Dengan pendekatan deskriptif-kualitatif, penulisan ini menggambarkan pemaknaan sakinah dalam konteks single parent serta strategi-strategi aktualisasi yang relevan, seperti fondasi keimanan yang kuat, komunikasi yang terbuka, dan manajemen hidup yang terstruktur. Hasilnya menunjukkan bahwa keluarga single parent tetap dapat mewujudkan ketenangan dan keharmonisan sejati selama nilai-nilai Islam menjadi dasar dalam pengasuhan dan kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: keluarga harmonis, keluarga, orang tua tunggal, aktualisasi, Islam

Bagaimana Cara Sitosi Artikel ini:

Lutfia Eka Ramadhani, Mar'atul Habibah, & Mila Erliana. (2025). Aktualisasi Makna Sakinah dalam Keluarga Single Parent. *Jurnal Teologi Islam*, 2(1), 63-66. <https://doi.org/10.63822/xgaq4f55>

PENDAHULUAN

Konsep keluarga sakinah merupakan tujuan utama dalam membangun rumah tangga Islami, sebagaimana dijelaskan dalam QS. Ar-Rūm ayat 21. Keluarga yang sakinah adalah keluarga yang menghadirkan ketenangan batin, kasih sayang, dan cinta di antara anggotanya. Namun dalam kehidupan nyata, tidak semua keluarga memiliki struktur yang lengkap. Kondisi seperti perceraian atau kematian pasangan menjadikan sebagian keluarga dijalani oleh satu orang tua atau single parent. Tantangan dalam keluarga single parent lebih kompleks karena satu pihak harus memikul seluruh tanggung jawab fisik, emosional, dan spiritual.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana nilai-nilai sakinah dapat diterapkan dalam keluarga single parent. Fokusnya adalah mengkaji strategi-strategi yang dapat digunakan untuk tetap menciptakan ketenangan dan keharmonisan di tengah keterbatasan dan tekanan yang dihadapi oleh orang tua tunggal.

METODE

Penelitian ini menggunakan studi kepustakaan yang dikumpulkan dari berbagai sumber data sekunder.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Sakinah, Keluarga, dan Single Parent

Kata Sakinah dalam Kamus Bahasa Indonesia adalah kedamaian, ketentraman, ketenangan, dan kebahagiaan. Secara etimologi, sakinah adalah ketenangan, kedamaian, dari akar kata Sakana menjadi tenang, damai, Merdeka, hening dan tinggal.

Dalam Bahasa arab, Sakinah di dalamnya terkandung arti tenang, terhormat, aman, penuh kasih sayang, mantap, dan memperoleh pembelaan. Pengertian ini pula yang dipakai dalam ayat-ayat AL-Quran dan Hadits dalam konteks kehidupan manusia. Jadi, keluaga Sakinah Adalah kondisi yang sangat ideal dalam kehidupan keluarga, dan yang ideal biasanya jarang terjadi, oleh karena itu ia tidak terjadi mendadak, tetapi ditopang oleh pilar-pilar yang kokoh, yang memerlukan perjuangan serta butuh waktu serta pengorbanan terlebih dahulu. Keluarga Sakinah merupakan subsistem dari system social menurut Al-Qur'an, bukan bangunan yang berdiri di atas lahan kosong.

Pada QS. Ar-Rum ayat 21 diterangkan sebagai berikut:

وَمِنْ أَيْتَهُ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنفُسِكُمْ أَرْوَاحًا لِتُسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنْ فِي ذَلِكَ لَا يَتِي لِقَوْمٍ يَنْتَهَرُونَ

"Di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah bahwa Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari (jenis) dirimu sendiri agar kamu merasa tenteram kepadanya. Dia menjadikan di antaramu rasa cinta dan kasih sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir." (QS. Ar-Rūm: 21)

Keluarga berasal dari Bahasa Sansekerta kula dan warga "Kulawarga" yang berarti "anggota" "kelompok kerabat". Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia disebutkan "keluarga" adalah ibu bapak dengan anak-anaknya, satuan kekerabatan yang sangat mendasar di masyarakat.

Keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari individu-individu yang terikat oleh hubungan darah, perkawinan, atau adopsi, dan tinggal bersama dalam satu rumah tangga. Keluarga memiliki peran penting dalam membentuk kepribadian dan karakter setiap anggotanya, terutama anak-anak, karena merupakan lingkungan pertama tempat mereka belajar nilai-nilai kehidupan, norma sosial, dan budaya. Di dalam keluarga, setiap anggota memiliki peran dan tanggung jawab masing-masing yang saling melengkapi, seperti orang tua yang mendidik dan melindungi anak, serta anak yang menghormati orang tua. Selain itu, keluarga juga berfungsi sebagai tempat untuk mendapatkan kasih sayang, rasa aman, serta dukungan moral dan emosional. Oleh karena itu, keluarga merupakan fondasi utama dalam pembentukan masyarakat yang harmonis dan sejahtera.

Pada QS. Luqman ayat 13 diterangkan sebagai berikut:

وَإِذْ قَالَ لَهُ أَنَّ لَهُ إِلَيْهِ وَهُوَ يَعْظِمُهُ لَا تَشْرِكُ بِاللَّهِ إِنَّ الشَّرِكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ
“(Ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, saat dia menasihatinya, “Wahai anakku, janganlah mempersekuatkan Allah! Sesungguhnya mempersekuatkan (Allah) itu benar-benar kezaliman yang besar.” (QS. Al-Luqman)

Secara bahasa, single parent berarti orangtua tunggal. Secara istilah, single parent merupakan seorang orang tunggal baik itu ayah maupun ibu yang memikul tugasnya sendiri sebagai kepala keluarga sekaligus mengurus urusan rumah tangga serta merawat anak-anak.

Memahami Sakinah di Tengah Aktualisasi Single Parent

Secara umum, Sakinah dalam rumah tangga digambarkan sebagai kondisi di mana setiap anggota merasa aman, tenram, dan damai, menjalankan perintah Allah, serta saling menghormati dan mendukung. Bagi keluarga single parent, pemahaman ini diperluas: Sakinah sebagai Kekuatan Batin: Ketenangan pertama-tama harus diciptakan dalam diri orang tua tunggal. Ini melibatkan sikap positif terhadap takdir (Qadha) Allah SWT dan rasa cukup (Qona'ah) terhadap karunia yang ada, menyadari bahwa setiap kesulitan adalah ujian yang mengandung hikmah.

Sakinah sebagai Ketenteraman Emosional Anak: Orang tua tunggal berperan ganda. Sakinah di sini berarti menciptakan lingkungan yang minim konflik, di mana anak-anak merasa dicintai, aman, dan diakui kontribusinya, sehingga mereka tidak mencari cinta atau ketenangan di luar rumah.

Strategi Aktualisasi Keluarga Sakinah dalam Single Parent

Aktualisasi Sakinah dalam keluarga satu orang tua memerlukan adaptasi dari pilar-pilar keluarga Sakinah pada umumnya:

1. Fondasi Keimanan yang Kokoh

Keimanan yang teguh adalah dasar utama. Keluarga harus didirikan di atas Al-Qur'an dan Sunnah. Aktualisasinya meliputi: Menjaga Kualitas Ibadah Keluarga: Shalat berjamaah, membaca Al-Qur'an bersama, atau mengikuti majelis ilmu secara rutin dapat menjadi momen bonding spiritual sekaligus menanamkan akhlak terpuji. Tanggung Jawab Spiritual: Orang tua tunggal bertanggung jawab penuh dalam menanamkan nilai-nilai akidah kepada anak, memastikan mereka memiliki kecenderungan kepada agama.

2. Keterbukaan dan Komunikasi Kuat

Hubungan yang erat (bonding) sangat krusial. Dalam keluarga single parent, komunikasi harus lebih intens dan terbuka untuk menciptakan rasa aman: Bicara dan Saling Menguatkan: Orang tua perlu berbicara

dengan anak-anak mengenai situasi yang dihadapi (tanpa membagi kesedihan yang berlebihan), saling menguatkan, dan menata agenda kehidupan yang baru bersama. Menciptakan Rasa Aman (Sakinah) Emosional: Interaksi Interaksi harus saling menguatkan dan menenangkan, menghindari sikap menyalahkan. Anak harus tahu bahwa rumah adalah tempat di mana mereka dicintai apa adanya, terlepas dari kekurangan keluarga. Musyawarah dan Aturan Bersama: Setiap persoalan, bahkan hal kecil, sebaiknya diputuskan melalui diskusi. Buatlah aturan yang disepakati bersama untuk membentuk kedisiplinan dan kerja sama, serta mendorong anak untuk mandiri sesuai usianya.

3. Manajemen Kehidupan yang Terstruktur

Keterbatasan waktu dan sumber daya seringkali menjadi tantangan utama. Sakinah diwujudkan melalui keteraturan dan self-control: Cermat dan Qona'ah dalam Keuangan: Menerapkan pola hidup hemat dan sederhana serta bersikap qona'ah (merasa cukup) adalah kunci untuk menghindari keguncangan finansial yang dapat merusak ketenangan batin.

Menata Agenda Kehidupan: Keseimbangan antara mencari nafkah dan membersamai anak harus terjaga. Beranilah menolak agenda tambahan bila merampas waktu bersama anak (family time). Saling Memotivasi dan Menghargai: Menghargai dan mengakui kontribusi setiap anggota keluarga, sekecil apapun, dapat menumbuhkan semangat dan rasa dihargai, yang merupakan bagian dari ketenangan (Sakinah).

KESIMPULAN

Keluarga sakinah bukan hanya milik keluarga yang lengkap secara struktur, tetapi juga dapat diwujudkan oleh keluarga single parent melalui keteguhan iman, komunikasi yang hangat, dan pengelolaan kehidupan yang teratur. Meski menghadapi tantangan yang lebih kompleks, orang tua tunggal tetap mampu menciptakan suasana rumah yang penuh ketenangan, kasih sayang, serta rasa aman bagi anak-anaknya. Dengan menghidupkan nilai-nilai Islam dalam setiap aspek kehidupan, keluarga single parent dapat menjadi keluarga yang kuat, harmonis, dan tetap berada dalam naungan sakinah yang dicita-citakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Yohan Isro Akbar, 2023, Skripsi Aktualisasi Makna Sakinah dalam Keluarga Perspektif Al-Quran,hal.8.
Achmad Mubarok, Psikologi Keluarga dari Keluarga Sakinah hingga Keluarga Besar, (Jakarta: Binarena Perwira, 2005), 148.
Diakses pada web: <https://kbbi.web.id/keluarga>, pada Jumat, 3 Oktober 2025 pukul 11.44 WIB.
S.Siagian, 2019, Kehidupan Sosial Ekonomi Perempuan Jawa Single Mother dalam Ranah Domestik dan Publik di Desa Sumber Jaya Kecamatan Serapit, Jurnal Antropologi, Vol.17, No.2.
kementerian agama RI, 2019, Al-Quran dan Terjemahannya, Ar-Rum/30:21.