

PERSELISIHAN RUMAH TANGGA DI ERA DIGITAL: PENDEKATAN KONSELING ISLAM TERHADAP JUDI ONLINE DAN MEDIA SOSIAL

Melyza Abas¹, Ilma², Raudhatul Addawiyah³, Muslima⁴

^{1,2,3,4}Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Prodi Bimbingan Konseling, Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan

Email: melyzaabas@gmail.com¹, anantiilma@gmail.com², raudhatuladdawiyah06@gmail.com³, muslima@ar-raniry.ac.id⁴

Abstrak: Artikel ini bertujuan untuk menganalisis dampak judi online dan media sosial sebagai pemicu perselisihan rumah tangga di era digital serta mengkaji upaya penyelesaian konflik dan pemulihan hubungan keluarga melalui pendekatan konseling Islam. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (library research), melalui analisis terhadap berbagai sumber seperti buku, jurnal ilmiah, dan literatur terkait yang relevan dengan topik penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa judi online dan media sosial memberikan dampak signifikan terhadap keharmonisan keluarga, meliputi menurunnya kualitas komunikasi, munculnya konflik emosional, kerusakan kepercayaan, serta ketidakstabilan ekonomi keluarga. Dalam hal ini, pendekatan konseling Islam terbukti mampu menjadi solusi yang komprehensif melalui penguatan nilai-nilai spiritual, perbaikan komunikasi, serta pembinaan akhlak dalam kehidupan rumah tangga. Dengan demikian, konseling Islam berperan penting dalam menyelesaikan konflik dan membangun kembali keharmonisan keluarga di era digital.

Kata Kunci: Konseling Islam, Konflik Keluarga, Era Digital.

***Abstract:** The development of digital technology has brought significant changes to family life, particularly in patterns of interaction and communication between spouses, which in turn has triggered an increase in household conflicts. The phenomena of online gambling and uncontrolled use of social media have become major contributing factors to the emergence of family disputes. This study aims to analyze the impact of online gambling and social media as triggers of household conflict in the digital era, as well as to examine conflict resolution and family relationship recovery through an Islamic counseling approach. This research employs a qualitative approach with a library research method, utilizing various sources such as academic books, scientific journals, and relevant literature. The results show that online gambling and social media have significant impacts on family harmony, including decreased communication quality, increased emotional conflict, loss of trust, and economic instability within the family. In this context, the Islamic counseling approach is proven to be a comprehensive solution through strengthening spiritual values, improving communication, and fostering moral development in family life. Thus, Islamic counseling plays an important role in resolving conflicts and rebuilding harmonious family relationships in the digital era.*

***Keywords:** Islamic Counseling, Family Conflict, Digital Era.*

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan institusi sosial paling dasar yang memiliki kedudukan penting dalam membangun tatanan masyarakat yang sehat, harmonis, dan berkelanjutan. Dalam lingkungan

keluarga berlangsung proses pendidikan pertama bagi setiap individu, baik dalam pembentukan kepribadian, penanaman nilai moral, pengembangan sikap sosial, maupun pembinaan spiritual. Oleh karena itu, keluarga sering dipandang sebagai fondasi utama kehidupan manusia, karena kualitas hubungan dalam keluarga akan berpengaruh langsung terhadap kualitas kehidupan sosial secara lebih luas. Keluarga yang harmonis cenderung melahirkan individu yang stabil secara emosional, bertanggung jawab, dan mampu beradaptasi secara sehat di tengah masyarakat (Helmawati, 2020).

Seiring perkembangan zaman, kehidupan keluarga mengalami perubahan yang cukup signifikan. Modernisasi, globalisasi, serta kemajuan teknologi informasi telah mengubah pola interaksi antaranggota keluarga, cara memenuhi kebutuhan hidup, serta pola komunikasi dalam rumah tangga. Teknologi digital menghadirkan berbagai kemudahan melalui internet, telepon pintar, dan media sosial yang memungkinkan manusia terhubung tanpa batas ruang dan waktu. Kehadiran teknologi tersebut memberikan manfaat besar dalam bidang pendidikan, ekonomi, dan komunikasi. Namun, di sisi lain, perkembangan digital juga menghadirkan tantangan baru yang dapat memengaruhi stabilitas hubungan keluarga apabila tidak dikelola secara bijaksana (Rina Wahyuni, 2021).

Dalam konteks kehidupan rumah tangga, perubahan pola komunikasi dan gaya hidup digital telah memunculkan berbagai persoalan yang sebelumnya tidak terlalu menonjol. Ketergantungan terhadap gawai, rendahnya kualitas komunikasi langsung, meningkatnya interaksi virtual, serta terbukanya akses terhadap berbagai konten negatif menjadi faktor yang berpotensi menimbulkan ketegangan dalam hubungan suami istri. Kondisi ini menunjukkan bahwa teknologi digital tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu kehidupan modern, tetapi juga dapat menjadi pemicu konflik ketika penggunaannya tidak dibarengi kontrol diri dan tanggung jawab moral (Siti Rahmah, 2022).

Salah satu persoalan yang semakin mendapat perhatian adalah maraknya praktik judi online. Fenomena ini berkembang pesat karena akses yang mudah, promosi yang masif, serta adanya harapan memperoleh keuntungan secara instan. Judi online tidak hanya berdampak pada kerugian ekonomi, tetapi juga memunculkan perilaku adiktif, kebohongan, penyalahgunaan keuangan keluarga, serta pengabaian tanggung jawab rumah tangga. Dalam banyak kasus, persoalan tersebut menjadi sumber utama perselisihan antara suami dan istri, karena menyentuh aspek kepercayaan, keamanan ekonomi, dan kestabilan emosional keluarga (Ahmad Fauzi, 2023).

Selain judi online, media sosial juga menjadi faktor yang sering memicu konflik rumah tangga di era digital. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mengurangi intensitas komunikasi tatap muka antar pasangan, menimbulkan kecemburuan, memperbesar kesalahpahaman, serta membuka peluang interaksi yang tidak sehat dengan pihak lain. Tidak sedikit rumah tangga mengalami ketegangan akibat aktivitas digital seperti komunikasi tersembunyi, pencarian perhatian dari luar hubungan pernikahan, atau perbandingan kehidupan rumah tangga dengan citra ideal yang ditampilkan di media sosial. Fenomena ini menunjukkan bahwa media sosial dapat memengaruhi kualitas relasi emosional pasangan apabila tidak digunakan secara proporsional (Nur Aini, 2021).

Perselisihan rumah tangga yang dipicu judi online dan media sosial memerlukan penanganan yang tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga menyentuh aspek psikologis, moral, dan spiritual. Penyelesaian konflik rumah tangga membutuhkan pendekatan yang mampu membangun kesadaran diri, memperbaiki pola komunikasi, menumbuhkan tanggung jawab, serta menguatkan kembali komitmen dalam keluarga. Dalam masyarakat muslim, konseling Islam menjadi salah satu pendekatan yang relevan karena berlandaskan nilai-nilai Al-Qur'an dan Hadis dalam membantu individu maupun pasangan menyelesaikan persoalan kehidupan keluarga (M. Arifin, 2019).

Konseling Islam menempatkan keluarga sebagai amanah yang harus dijaga melalui prinsip kasih sayang, musyawarah, tanggung jawab, dan pengendalian diri. Melalui pendekatan ini, perilaku judi online dapat ditangani melalui pembinaan spiritual, terapi kontrol diri, dan perubahan kebiasaan yang merusak. Sementara itu, konflik akibat media sosial dapat diarahkan melalui perbaikan komunikasi pasangan, peneguhan etika digital, penguatan kepercayaan, dan pembentukan kembali komitmen rumah tangga. Dengan demikian, konseling Islam tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyelesaian konflik, tetapi juga sebagai upaya preventif dalam menjaga keharmonisan keluarga di tengah perkembangan era digital.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam kajian ini adalah bagaimana judi online dan media sosial menjadi faktor pemicu perselisihan rumah tangga di era digital, bagaimana dampaknya terhadap keharmonisan keluarga, serta bagaimana pendekatan konseling Islam dapat diterapkan sebagai upaya penyelesaian konflik dan pemulihan hubungan keluarga. Adapun tujuan penulisan artikel ini adalah untuk menganalisis bentuk-bentuk perselisihan rumah tangga yang dipengaruhi perkembangan digital, mengidentifikasi dampaknya terhadap stabilitas keluarga, serta

menjelaskan relevansi pendekatan konseling Islam sebagai alternatif solusi dalam membangun kembali kehidupan rumah tangga yang harmonis, sehat, dan berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan (library research), yaitu suatu bentuk penelitian yang dilakukan dengan mengkaji dan menganalisis berbagai sumber tertulis yang relevan dengan topik penelitian. Kegiatan dalam penelitian ini meliputi pengumpulan data dari literatur, penelaahan isi sumber, serta pengolahan data secara sistematis untuk memperoleh pemahaman yang mendalam. Sumber data yang digunakan terdiri atas buku, jurnal ilmiah, artikel akademik, dan dokumen lain yang berkaitan dengan perselisihan rumah tangga di era digital, judi online, media sosial, serta konseling Islam (Moleong, 2018). Menurut Sugiyono, penelitian kepustakaan merupakan langkah penting dalam penelitian yang bertujuan memperoleh data teoritis sebagai landasan analisis terhadap fenomena yang dikaji (Sugiyono, 2019).

Pendekatan yang digunakan adalah deskriptif kualitatif, yaitu pendekatan yang bertujuan menggambarkan fenomena secara objektif berdasarkan data yang diperoleh tanpa melakukan manipulasi variabel. Pendekatan ini digunakan untuk menjelaskan secara komprehensif mengenai bentuk-bentuk perselisihan rumah tangga di era digital serta penerapan konseling Islam sebagai solusi. Menurut Moleong, penelitian kualitatif berupaya memahami fenomena secara mendalam melalui interpretasi terhadap data yang bersifat deskriptif (Moleong, 2018). Dengan demikian, penelitian ini menekankan pada pemahaman makna dan keterkaitan antar konsep yang diteliti.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui metode dokumentasi, yaitu dengan mengidentifikasi, mengklasifikasi, dan mengkaji berbagai sumber tertulis yang relevan. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi (content analysis), yaitu suatu teknik analisis yang digunakan untuk menarik kesimpulan dari isi dokumen secara sistematis dan objektif (Krippendorff, 2013). Melalui proses ini, data yang telah dikumpulkan disusun, ditafsirkan, dan dikaitkan dengan kerangka teori sehingga menghasilkan uraian yang utuh mengenai perselisihan rumah tangga di era digital dan pendekatan konseling Islam dalam mengatasinya.

HASIL DAN PEMBAHASAN**A. Hasil Penelitian**

Dalam konteks kehidupan keluarga di era digital, dinamika hubungan suami istri mengalami perubahan yang cukup signifikan seiring dengan perkembangan teknologi informasi. Perubahan ini tidak hanya memengaruhi pola komunikasi, tetapi juga memengaruhi perilaku individu dalam menjalankan peran dan tanggung jawab dalam rumah tangga. Oleh karena itu, berbagai fenomena seperti keterlibatan dalam judi online dan penggunaan media sosial yang tidak terkontrol menjadi faktor yang berkontribusi terhadap munculnya perselisihan dalam keluarga. Adapun bentuk-bentuk perselisihan yang dipengaruhi oleh perkembangan digital antara lain disebabkan oleh aktivitas judi online dan penggunaan media sosial. Judi online merupakan aktivitas perjudian yang dilakukan melalui jaringan internet dengan tujuan memperoleh keuntungan secara instan, namun memiliki risiko kerugian finansial yang tinggi serta bersifat adiktif. Sementara itu, media sosial merupakan sarana komunikasi berbasis digital yang digunakan untuk berinteraksi, berbagi informasi, dan membangun relasi sosial, namun penggunaannya yang berlebihan dapat mengurangi kualitas interaksi langsung dalam keluarga.

Fenomena judi online sebagai salah satu pemicu konflik dijelaskan dalam buku Jalaluddin Psikologi Agama (2020) yang menyatakan bahwa perilaku menyimpang muncul akibat lemahnya kontrol moral dan spiritual individu. Dalam kajian tersebut ditemukan bahwa individu yang tidak memiliki pengendalian diri yang kuat cenderung terlibat dalam perilaku adiktif yang berdampak pada kehidupan keluarga, terutama dalam aspek ekonomi dan kepercayaan. Sejalan dengan itu, penelitian Suryani dalam Jurnal Konseling dan Pendidikan (2022) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial secara berlebihan menyebabkan menurunnya kualitas komunikasi dalam rumah tangga. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa interaksi digital yang dominan mengurangi kedekatan emosional antar pasangan, sehingga memicu kesalahpahaman dan konflik dalam hubungan keluarga.

Dampak dari kondisi tersebut dijelaskan dalam buku Zakiah Daradjat Ilmu Jiwa Agama (2021) yang menyatakan bahwa ketidakseimbangan emosi individu dapat mengganggu keharmonisan keluarga. Dalam kajian tersebut ditemukan bahwa konflik yang berulang akan menyebabkan menurunnya rasa saling percaya, meningkatnya ketegangan emosional, serta melemahnya hubungan suami istri. Hal ini diperkuat oleh penelitian Hidayah dalam Jurnal

Bimbingan Konseling Islam (2021) yang menunjukkan bahwa perilaku adiktif terhadap aktivitas digital, termasuk judi online, menyebabkan individu mengabaikan tanggung jawab dalam keluarga serta cenderung bersikap tidak jujur terhadap pasangan. Temuan ini menegaskan bahwa dampak utama dari konflik di era digital adalah rusaknya keharmonisan keluarga yang ditandai dengan renggangnya hubungan emosional dan menurunnya kepercayaan.

Selain itu, penggunaan media sosial secara intensif dalam kehidupan rumah tangga juga memberikan kontribusi terhadap munculnya konflik interpersonal. Dalam penelitian Suryani dalam Jurnal Konseling dan Pendidikan (2022) dijelaskan bahwa media sosial tidak hanya memengaruhi frekuensi komunikasi, tetapi juga kualitas interaksi antara pasangan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memicu kecemburuan, kesalahpahaman, serta berkurangnya perhatian terhadap pasangan, sehingga memperbesar potensi perselisihan dalam keluarga. Dengan demikian, media sosial berperan sebagai faktor yang memperlemah kedekatan emosional dan memperburuk kualitas hubungan dalam rumah tangga.

Upaya penyelesaian konflik dan pemulihan hubungan keluarga melalui pendekatan konseling Islam dijelaskan dalam buku M. Surya Bimbingan dan Konseling dalam Islam (2021) yang menegaskan bahwa konseling Islam berfokus pada pembinaan akhlak, penguatan iman, serta pengembangan kesadaran diri individu. Dalam kajian tersebut ditemukan bahwa pendekatan spiritual melalui nilai-nilai keislaman tidak hanya membantu individu mengendalikan perilaku, tetapi juga mendorong terjadinya perubahan sikap secara mendasar melalui proses tazkiyatun nafs (penyucian jiwa), muhasabah (introspeksi diri), serta penguatan hubungan dengan Allah SWT. Proses ini kemudian diintegrasikan dengan teknik konseling seperti komunikasi empatik, pemberian nasihat (mau'izhah), serta mediasi dalam keluarga, sehingga mampu memperbaiki pola interaksi antar pasangan. Dengan demikian, konseling Islam tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyelesaian konflik secara sementara, tetapi juga sebagai upaya rekonstruksi hubungan keluarga yang lebih harmonis, berlandaskan nilai-nilai keimanan, tanggung jawab, serta komitmen dalam membangun kehidupan rumah tangga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah.

B. Pembahasan

1. Dampak judi online dan media sosial sebagai pemicu perselisihan rumah tangga di era digital

Perselisihan rumah tangga merupakan suatu kondisi terjadinya konflik antara suami dan istri yang muncul akibat adanya perbedaan pandangan, kepentingan, nilai, serta pola perilaku dalam kehidupan keluarga. Dalam kajian psikologi keluarga, perselisihan tidak hanya dimaknai sebagai pertengkaran yang tampak secara langsung, tetapi juga mencakup berbagai bentuk ketegangan yang berkembang secara bertahap, seperti konflik komunikasi, konflik ekonomi, konflik kepercayaan, dan konflik emosional (Soekanto, 2020). Konflik komunikasi terjadi ketika pasangan tidak mampu menyampaikan pikiran dan perasaan secara terbuka dan efektif, konflik ekonomi berkaitan dengan pengelolaan keuangan yang tidak seimbang, konflik kepercayaan muncul akibat adanya ketidakjujuran atau pelanggaran komitmen, sedangkan konflik emosional ditandai dengan munculnya perasaan marah, cemburu, kecewa, dan ketegangan yang berkepanjangan. Keempat aspek ini saling berkaitan dan dapat berkembang menjadi konflik yang lebih besar apabila tidak diselesaikan dengan baik.

Seiring dengan perkembangan teknologi digital, bentuk perselisihan rumah tangga mengalami perluasan, di mana faktor-faktor eksternal seperti judi online dan media sosial turut memberikan kontribusi yang signifikan. Judi online merupakan aktivitas perjudian yang dilakukan melalui jaringan internet dengan sistem taruhan yang bersifat cepat, berulang, dan memiliki potensi kecanduan yang tinggi (Hawari, 2021). Aktivitas ini didorong oleh keinginan untuk memperoleh keuntungan instan tanpa mempertimbangkan risiko kerugian yang besar. Sementara itu, media sosial merupakan platform komunikasi digital yang memungkinkan individu untuk berinteraksi, berbagi informasi, dan membangun relasi sosial secara virtual, namun dapat mengubah pola komunikasi menjadi kurang mendalam apabila digunakan secara berlebihan (Nasrullah, 2022). Secara teoritis, kedua fenomena ini termasuk dalam pengaruh lingkungan digital yang dapat membentuk perilaku individu, terutama apabila tidak diimbangi dengan kontrol diri dan nilai moral yang kuat.

Adapun dampak dari penggunaan media sosial dalam kehidupan rumah tangga dapat diuraikan secara lebih mendalam sebagai berikut:

- a. Menurunnya kualitas komunikasi interpersonal, di mana pasangan lebih banyak berinteraksi melalui media digital dibandingkan secara langsung, sehingga mengurangi kedalaman komunikasi emosional (Nasrullah, 2022).
- b. Munculnya kecemburuan sosial, yang disebabkan oleh interaksi dengan lawan jenis atau aktivitas tertentu di media sosial yang menimbulkan kecurigaan.
- c. Terjadinya kesalahpahaman komunikasi, karena pesan yang disampaikan melalui media digital seringkali tidak disertai ekspresi emosional yang utuh.
- d. Berkurangnya perhatian dan kedekatan emosional, sehingga hubungan menjadi renggang dan kurang harmonis.
- e. Munculnya perbandingan sosial, di mana individu membandingkan kehidupan rumah tangganya dengan orang lain di media sosial, sehingga menimbulkan ketidakpuasan.
- f. Potensi terjadinya perselingkuhan, yang berawal dari komunikasi intensif dengan pihak lain di luar hubungan pernikahan.

Sementara itu, dampak dari judi online dalam rumah tangga memiliki konsekuensi yang lebih kompleks dan mendalam, antara lain:

- a. Kerugian finansial yang signifikan, yang dapat mengganggu stabilitas ekonomi keluarga dan menimbulkan tekanan dalam kehidupan rumah tangga (Hawari, 2021).
- b. Munculnya perilaku tidak jujur, seperti menyembunyikan aktivitas perjudian atau penggunaan uang tanpa sepengetahuan pasangan.
- c. Menurunnya tanggung jawab terhadap keluarga, karena fokus individu lebih tertuju pada aktivitas perjudian.
- d. Ketidakstabilan emosi, seperti stres, kecemasan, kemarahan, dan frustrasi akibat kerugian yang dialami.
- e. Rusaknya kepercayaan dalam hubungan, yang menjadi dasar utama dalam membangun keharmonisan keluarga.
- f. Meningkatnya konflik berkepanjangan, yang dapat berujung pada keretakan bahkan perceraian.

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa judi online dan media sosial tidak hanya menjadi faktor pemicu perselisihan, tetapi juga memperburuk kualitas hubungan dalam rumah tangga melalui dampak yang bersifat multidimensional, baik dari aspek psikologis, sosial, maupun ekonomi.

2. Upaya penyelesaian konflik dan pemulihan hubungan keluarga dengan pendekatan konseling Islam

Pendekatan konseling Islam merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada individu atau pasangan dengan berlandaskan nilai-nilai ajaran Islam, yang bertujuan untuk membantu menyelesaikan masalah serta mencapai keseimbangan hidup secara lahir dan batin (Faqih, 2021). Pendekatan ini menekankan bahwa setiap permasalahan yang dihadapi manusia tidak hanya berkaitan dengan aspek psikologis, tetapi juga memiliki dimensi spiritual yang perlu diperhatikan. Oleh karena itu, konseling Islam mengintegrasikan pembinaan akhlak, penguatan iman, serta pengembangan kesadaran diri sebagai bagian dari proses penyelesaian masalah.

Dalam Islam, penyelesaian konflik rumah tangga telah diatur secara jelas sebagaimana dalam Al-Qur'an Surah An-Nisa ayat 35:

وَإِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَابْعَثُوا حَكَمًا مِّنْ أَهْلِهِ وَحَكَمًا مِّنْ أَهْلِهَا إِنْ يُرِيدَا إِصْلَاحًا يُوَفِّقِ اللَّهُ بَيْنَهُمَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا خَبِيرًا

“Dan jika kamu khawatir terjadi persengketaan antara keduanya, maka kirimlah seorang juru damai dari keluarga laki-laki dan seorang juru damai dari keluarga perempuan. Jika keduanya bermaksud mengadakan perbaikan, niscaya Allah memberi taufik kepada suami istri itu.”

Ayat ini menegaskan pentingnya mediasi dan musyawarah dalam menyelesaikan konflik keluarga (QS. An-Nisa: 35). Selain itu, hadis Rasulullah SAW menyatakan: “Sebaik-baik kalian adalah yang paling baik terhadap keluarganya.” (HR. Tirmidzi). Hadis ini menunjukkan bahwa hubungan keluarga harus dibangun atas dasar kasih sayang, kelembutan, dan tanggung jawab sebagai fondasi utama dalam mencegah dan menyelesaikan konflik.

Adapun upaya penyelesaian konflik dan pemulihan hubungan keluarga melalui pendekatan konseling Islam dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Tazkiyatun nafs (penyucian jiwa), yaitu proses membersihkan diri dari sifat-sifat negatif seperti kecanduan judi dan penggunaan media sosial yang berlebihan (Faqih, 2021).
- b. Muhasabah (introspeksi diri), yaitu upaya untuk menyadari kesalahan serta dampaknya terhadap pasangan dan keluarga sehingga muncul kesadaran untuk berubah.
- c. Penguatan ibadah, seperti shalat, dzikir, dan membaca Al-Qur'an, sebagai sarana pengendalian diri dan ketenangan batin.
- d. Perbaikan komunikasi interpersonal, yaitu membangun komunikasi yang terbuka, jujur, dan empatik antara pasangan guna mengurangi kesalahpahaman.
- e. Musyawarah dan mediasi keluarga, yaitu penyelesaian konflik melalui dialog yang melibatkan pihak ketiga sebagaimana dianjurkan dalam Al-Qur'an (QS. An-Nisa: 35).
- f. Penanaman nilai sabar, ikhlas, dan saling memaafkan, sebagai dasar dalam membangun kembali hubungan yang harmonis.

Melalui upaya-upaya tersebut, konseling Islam tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyelesaian konflik yang bersifat sementara, tetapi juga sebagai proses pemulihan hubungan keluarga secara menyeluruh. Pendekatan ini membantu individu dan pasangan untuk memperbaiki pola perilaku, meningkatkan kualitas hubungan, serta memperkuat nilai-nilai keimanan dalam kehidupan rumah tangga. Dengan demikian, konseling Islam menjadi pendekatan yang relevan dan efektif dalam menghadapi perselisihan rumah tangga di era digital serta mampu mewujudkan keluarga yang harmonis, sakinah, mawaddah, dan rahmah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa perselisihan rumah tangga di era digital merupakan fenomena yang dipengaruhi oleh perubahan pola interaksi akibat perkembangan teknologi, khususnya melalui judi online dan media sosial yang memicu konflik komunikasi, ekonomi, kepercayaan, dan emosional dalam keluarga. Dampak yang ditimbulkan tidak hanya menurunkan keharmonisan hubungan suami istri, tetapi juga merusak

stabilitas psikologis, sosial, dan finansial keluarga secara menyeluruh. Oleh karena itu, pendekatan konseling Islam menjadi solusi yang relevan dalam menyelesaikan konflik dan memulihkan hubungan keluarga melalui upaya tazkiyatun nafs, muhasabah, penguatan ibadah, perbaikan komunikasi, serta musyawarah yang berlandaskan nilai-nilai Al-Qur'an dan hadis, sehingga mampu membangun kembali keluarga yang harmonis, sakinah, mawaddah, dan rahmah.

Saran

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar keluarga, lembaga konseling, serta tokoh agama dapat bekerja sama dalam mengembangkan program Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) yang terarah dan berkelanjutan dalam menghadapi permasalahan rumah tangga di era digital. Program ini hendaknya difokuskan pada penguatan nilai-nilai keagamaan, peningkatan kesadaran akan bahaya judi online, serta pembinaan penggunaan media sosial yang bijak dan bertanggung jawab. Selain itu, perlu diberikan pembekalan keterampilan komunikasi interpersonal, pengelolaan emosi, serta strategi penyelesaian konflik berbasis nilai-nilai Islam, sehingga pasangan suami istri mampu menjaga keharmonisan, membangun kepercayaan, dan mengelola dinamika kehidupan keluarga secara lebih matang, seimbang, dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Nur, "Media Sosial dan Konflik Pasangan Suami Istri," *Jurnal Psikologi Keluarga*, Vol. 4, No. 2 (2021), hlm. 45–60. <https://journal.uny.ac.id>
- Arifin, M., *Pokok-Pokok Pikiran tentang Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Bulan Bintang, 2019.
- Daradjat, Zakiah, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 2021.
- Faqih, Aunur Rahim, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, Yogyakarta: UII Press, 2021.
- Fauzi, Ahmad, "Dampak Judi Online terhadap Keharmonisan Keluarga," *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 6, No. 1 (2023), hlm. 12–25. <https://journal.uinsgd.ac.id>
- Hawari, Dadang, *Psikopatologi dan Gangguan Mental*, Jakarta: FKUI, 2021.
- Helmawati, *Pendidikan Keluarga: Teoretis dan Praktis*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2020.
- Hidayah, "Perilaku Adiktif Digital dan Dampaknya terhadap Keharmonisan Keluarga," *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 5, No. 1 (2021), hlm. 30–42. <https://journal.uinsgd.ac.id>
- Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2020.

- Kartono, Kartini, *Psikologi Sosial untuk Manajemen Perusahaan dan Industri*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2021.
- Krippendorff, Klaus, *Content Analysis: An Introduction to Its Methodology*, California: Sage Publications, 2013.
- Moleong, Lexy J., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2018
- Nasrullah, Rulli, *Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sioteknologi*, Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2022.
- Rahmah, Siti, “Konflik Rumah Tangga di Era Media Digital,” *Jurnal Konseling Keluarga*, Vol. 5, No. 1 (2022), hlm. 20–35. <https://journal.uin-suka.ac.id>
- Soekanto, Soerjono, *Sosiologi Keluarga*, Jakarta: Rajawali Pers, 2020.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2019.
- Surya, M., *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, Bandung: Alfabeta, 2021.
- Suryani, “Pengaruh Media Sosial terhadap Komunikasi Keluarga,” *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, Vol. 10, No. 2 (2022), hlm. 101–115. <https://journal.konselingindonesia.com>
- Wahyuni, Rina, “Pengaruh Teknologi Digital terhadap Interaksi Sosial Keluarga,” *Jurnal Pendidikan Sosial*, Vol. 7, No. 2 (2021), hlm. 55–70. <https://journal.uny.ac.id>
- Yusuf, Syamsu, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2020