

Membangun Keluarga Kristen yang Bahagia dan Sehat

Jantje Haans¹, Victor Deak^{2*}, Olsin³, Ribka Siwalete⁴

Sekolah Tinggi Teologi Kharisma

Corresponding Author: Victor Deak, Vicdeak@yahoo.co.id

ARTICLE INFO

Kata Kunci: Keluarga,
Kristen, Bahagia, Sehat

Received : 09 September
Revised : 14 September
Accepted: 26 September

©2022 Haans, Deak, Olsin,
Siwalete: This is an open-access
article distributed under the terms of
the [Creative Commons Atribusi 4.0
Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Dimana pun akan di jumpai bahwa sekitar kehidupan pasti ada tekanan dan permasalahan yang akan menyebabkan kehancuran dan ketidakbahagiaan dalam keluarga. Inilah yang penting untuk dibicarakan tentang profil keluarga yang bahagia, karena keluarga adalah suatu dasar dari suatu pondasi yang kuat, dan disebut gereja yang bahagia. Membangun keluarga yang harmonis memerlukan sikap saling mencintai antara semua anggota keluarga. Sikap yang saling mencintai adalah dasar dalam hidup bersama anggota keluarga. Dengan sikap yang saling mencintai, setiap anggota keluarga akan saling menghargai satu sama lain. selain itu, sikap saling mencintai juga akan terjalin komunikasi dan kerja sama yang baik dalam keluarga. Jika keluarga hidup saling mencintai satu sama lain maka keharmonisan atau kebahagiaan kehidupan keluarga Kristen akan terjalin dengan baik.

PENDAHULUAN

Hidup berkeluarga adalah asal setiap manusia. seluruh agama dengan kesempurnaan ajarannya mengatur tentang konsep keluarga yang dibangun di atas dasar pernikahan. Melalui pernikahan dapat di atur hubungan laki-laki dan wanita atau yang secara sifatnya saling tertarik dengan aturan yang khusus. Dari hasil pertemuan ini juga akan ada jenis keturunan sebagai salah satu tujuan dari pernikahan tersebut. Dan dari pernikahan itu lah terbentuk keluarga yang di atasnya didirikan peraturan hidup khusus dan sebagai konsekuensi dari sebuah pernikahan. (Siswanto, 2020) Dalam menjalani keluarga juga mempunyai kesulitan karena keluarga tidak hanya mewakili sekelompok gen. Kuasa jahat sangat suka dengan keluarga bukan berarti setuju dengan "nilai keluarga" tetapi karena tidak setuju dengan Allah. Dimana memang setan tidak menyukai peran keluarga yang bahagia. Dimana pun akan di jumpai seluruh dunia dan sekitar kehidupan pasti ada tekanan dan permasalahan yang akan menyebabkan kehancuran dan ketidakbahagiaan. (Fried & Hisrich, 1994) Inilah yang penting untuk dibicarakan tentang profil keluarga yang bahagia, karena keluarga adalah dasar dari suatu pondasi yang kuat, dan disebut gereja yang bahagia. Ketiak keluarga tidak baik-baik saja, percayalah orang tidak akan melihat bahwa gereja sungguh-sungguh bahagia. (Hendrawan & Yeniretnowati, 2020) Keharmonisan keluarga adalah syarat penting dalam mengarungi kehidupan rumah tangga agar mereka mampu menghadapi berbagai goncangan dan hempasan badai dalam rumah tangga. Oleh karena itu, pemahaman terhadap konsep keharmonisan keluarga tersebut sangat diperlukan karena kebanyakan keluarga yang gagal adalah keluarga yang tidak memahami akan pentingnya keharmonisan keluarga.

Keluarga yang memiliki pernikahan tidak sehat akan selalu berhadapan dengan pertentangan yang berat dan sulit. Dimana hubungan pernikahan dalam keluarga yang hangat, ada kasih, dan selalu saling mendukung pasti akan berpengaruh baik akan pertumbuhan anak. Karena keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam mendidik dan mengajar anggota keluarganya untuk terus bertumbuh dalam kerohanian. Karena dengan memiliki dewasa rohani dan berkenan dihadapan Tuhan akan mendatangkan berkat bagi keluarga mu.

TINJAUAN PUSTAKA

Analisis dilakukan dengan tinjauan pustaka yaitu dengan cara menganalisis tentang konsep keluarga Kristen yang bahagia dan sehat sangat penting di dalam keluarga dimana permasalahan dan tekanan sering dijumpai di kehidupan sekitar tentang profil keluarga yang bahagia, karena keluarga adalah dasar untuk membangun keluarga Kristen yang harmonis, bahagia dan sehat. Sumber utama analisis ini adalah beberapa sumber dari jurnal-jurnal yang relevan, hasil penelitian yang sesuai dengan pembahasan. Semua sumber dianalisis dengan cara melihat hubungan dan keterkaitan dengan topik penelitian. Tujuan dari penelitian ini untuk memberikan wawasan pemikiran bagi keluarga-keluarga Kristen untuk mempelajari dan mengaplikasikan

dalam membangun hubungan keluarga Kristen menjadi harmonis, bahagia, dan sehat.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis pendekatan literatur dengan menggunakan buku-buku, jurnal-jurnal yang berhubungan dengan tema yang akan dikaji. Data tersebut kemudian dianalisis secara kritis untuk mendapatkan konsep yang valid dan ilmiah yang berkaitan dengan tema yang dikaji. Analisis data hasil penelitian dilakukan untuk melihat dan menganalisis tentang membangun keluarga Kristen yang bahagia dan harmonis. Sumber utama dari analisis adalah beberapa sumber relevan, dan juga hasil penelitian dari jurnal yang sesuai dengan pembahasan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Keluarga

Keluarga merupakan lembaga pertama dalam pendidikan anak, tempat anak belajar dan berperan sebagai makhluk sosial. Keluarga juga merupakan satu-satunya lembaga sosial yang diberikan tanggungjawab untuk memelihara, merawat, melindungi, dan mendidik anak supaya bertumbuh dan berkembang dengan baik. Maka dari itu keterlibatan orang tua sangat penting dalam keluarga, jadi dalam upaya membangun karakter manusia dalam keluarga itu adalah suatu pekerjaan yang besar dan mulia. Tanggungjawab daripada keluarga tidak hanya berada pada pemerintah saja, tetapi juga pada masyarakat, utamanya keluarga, karena sebagai tempat pertama dan utama dalam pembentukan karakter seseorang. (Adi La, 2022)

Adapun anggota keluarga yang terdiri dari Ayah, ibu dan anak. Keluarga memiliki peranan penting dalam tahap tumbuh kembang jasmani anak dan menghasilkan kesehatan jasmani dan rohani yang baik. Dalam keluarga adapun fungsi bukan hanya menjadi generasi penerus saja bagi keturunan. Dalam dunia pendidikan, keluarga adalah tempat pendidikan utama, karena pengetahuan dan kecerdasan yang mereka dapatkan pertama dari orang tua dan anggota keluarganya. (Henri, 2018)

Keluarga merupakan perkumpulan dua atau lebih individu yang diikat oleh hubungan darah, perkawinan atau adopsi, dan tiap-tiap anggota keluarga selalu berinteraksi satu dengan yang lain. Indonesia telah merumuskan pengertian keluarga seperti yang dicantumkan dalam UU No 52 Tahun 2009 tentang perkembangan kependudukan dan pembangunan keluarga, yang mendefinisikan keluarga sebagai unit terkecil adalah terdiri dari suami, istri, atau suami, istrinya dan anaknya, atau ayah dan anaknya, atau ibu dan anaknya. (Kependudukan, Keluarga, Nasional, Bina, & Remaja, n.d.)

Definisi Keluarga Bahagia

Karakteristik Keluarga yang Sehat

Sifat-sifat yang paling menonjol dari dalam keluarga sehat adalah: *pertama*, anggota keluarga yang berkomitmen satu terhadap yang lain. *kedua*, menghabiskan waktu bersama keluarga. *Ketiga*, menikmati komunikasi yang terbuka dan sering. *Keempat*, keluarga melihat ke dalam selama masa-masa krisis. *Kelima*, anggota keluarga sering mengungkapkan peneguhan dan dorongan semangat. *Keenam*, anggota keluarga memiliki komitmen rohani yang sama. *Ketujuh*, setiap anggota keluarga saling memercayai dan menghargai satu dengan yang lain atau yang ia peroleh. *Kedelapan*, anggota keluarga menikmati kebebasan dan kemurahan. (Swindoll, 2010)

Delapan karakteristik di atas ini, adalah hal yang sangat penting yang merupakan pembentuk fondasi atau sebagai dasar yang kuat untuk membangun keluarga yang sehat. Setiap pasangan suami istri bisa saja memiliki niat yang sangat baik dan merencanakan kehidupan pernikahan yang sempurna, tetapi tanpa dasar yang kokoh, maka pasangan suami istri hanya tinggal menunggu pernikahannya bermasalah bahkan dapat mengalami kehancuran.

Membangun Keluarga Kristen yang Bahagia

Memiliki Visi Pernikahan yang Benar

Memiliki visi pernikahan berarti memiliki tujuan sama yang lebih besar daripada keadaan dan perasaan sehari-hari. Pernikahan adalah sebuah sarana yang bagus untuk membuat pasangan lebih menjadi seperti Kristus. Paulus berkata, "Dan marilah kita saling memperhatikan supaya kita saling mendorong dalam kasih dan dalam perjalanan baik" (Ibr 10:24). Hal yang menarik tentang visi keluarga adalah bahwa meskipun memiliki visi bisa sangat membantu untuk kebahagiaan dan keuthan keluarga dalam jangka panjang, hal itu bukan sesuatu yang perlu dipikirkan setiap waktu. Ketika masa-masa sulit datang kehadiran visi bersama dapat membuat perbedaan antara meyatukan keluarga atau memecah-belahnya. Karena itu sangat penting bagi keluarga untuk membangun visi yang jelas. (Slayton & Slayton, 2016)

Memahami dan Menghargai Berbagai Perbedaan

Ketika menghormati pernikahan, suami istri harus memfokuskan kepada "menghargai akan adanya perbedaan". Dengan mengenal arti perbedaan-perbedaan suami istri mampu menggunakan kekuatan-keuatan untuk mengimbangi dan bahkan melengkapi apa yang kurang dari masing-masing pasangan. Hal ini dapat membuat pasangan menjadi suatu tim yang mengagumkan, baik dalam hal pelayanan maupun di dalam pernikahan. Masing-masing suami istri harus menggunakan peran masing-masing di dalam pernikahan sehingga mereka saling melengkapi dan membuat keluarga bisa bertahan dengan cara bekerja sama dan bukannya dengan saling melawan satu dengan yang lain. (Tong, 2011)

Komitmen pada Perjanjian Pernikahan

Perjanjian dalam pernikahan adalah perjanjian banyak hal yang diucapkan tapi yang paling mendasar untuk saling memiliki. Kekuatan perjanjian pernikahan adalah dasar utama bagi keluarga bahagia. Janji pernikahan merupakan suatu jaminan Allah untuk tidak pernah meninggalkan umat-Nya yang percaya kepada-Nya. Dengan komitmen atau janji rohani, bahwa ketika para pasangan-pasangan suami istri yang sudah hidup bersama dengan bahagia selama lebih dari dua dasawarsa, salah satu kualitas paling penting yang ditemukan adalah “iman di dalam Tuhan dan komitmen rohani”.(Wright, 2010) Pernikahan di atas sebuah janji kudus yang pernah diucapkan bersama-sama. Pernikahan adalah suatu tindakan rohani yang sungguh-sungguh, yang dalam, misterius, dan terukur.(Wright, 2005)

Kerja Keras, Tanggung Jawab dalam Keluarga

Pernikahan-pernikahan yang bahagia dan memuaskan merupakan hasil dari usaha keras. Pernikahan-pernikahan ini diinginkan, dicari, diperjuangkan, dan direncanakan tetapi tidak pernah begitu saja terwujud. Pernikahan adalah bekerja dengan karakter, cinta, kasih karunia, dan pengampunan yang masing-masing tawarkan kepada pasangan dan bertumbuh melalui kesalehan. Pernikahan melibatkan dua orang yang tidak sempurna dan menempatkan keduanya dalam hubungan yang berkomitmen agar dapat bertumbuh bersama dengan aman serta dewasa sementara keduanya menangani ketidaksempurnaan dan permasalahan.(Mathis & Mathis, 2010) Bertekun dalam pernikahan menciptakan sesuatu yang tiada bandingnya. Membangun suatu pernikahan yang berakar kuat membutuhkan waktu dan usaha yang sangat besar. Belajar untuk benar-benar saling menyayangi satu sama lain mengubah pernikahan dari sebuah kewajiban menjadi kesukaan. Pernikahan yang bahagia dibangun dari pikiran demi pikiran, tindakan demi tindakan. Hal ini terbentuk selama bertahun-tahun. Suami istri akan selalu berada dalam proses. Selalu bertumbuh. Orang percaya (keluarga Kristen) yang memiliki iman Kristen harus bisa meneladani apa yang disampaikan oleh Paulus kepada Timotius dalam (2 Timotius 2:3-7), dimana sebagai pekerja Kristen harus memiliki kesungguhan hati seperti seorang prajurit yang baik, ketaatan pada peraturan dari seorang yang baik dan kerja keras dari seorang petani yang baik.(Angin & Yeniretnowati, 2020)

Mempertahankan Kualitas Hubungan Secara Terus Menerus

Kebahagiaan dan pernikahan bergantung pada kualitas hubungan antara suami dan istri. Dan, hal ini membuktikan kebenarannya pada setiap tahap kehidupan, baik bagi orang kaya maupun orang miskin. Penulis kitab Pengkhotbah “Segenggam ketenangan lebih baik dari pada dua genggam jerih payah dan usaha menjaring angin” (Pkh 4:6). Apabila pasangan suami istri berupaya sungguh-sungguh untuk menjadi belahan jiwa yang sejati, hal itu akan mendatangkan imbalan yang amat besar. Karenanya kekayaan dari sebuah pernikahan yang bahagia akan bertahan jauh lebih lama dari harta

benda, apa pun itu.(G. Thomas, 2020) Senada dengan hal di atas dijelaskan bahwa suami istri hendaknya saling merendahkan diri karena ini adalah batu fondasi untuk memelihara kasih dalam keluarga.(Dolnicar et al., 1997) Jika seseorang di dalam keluarga terdorong untuk mendominasi semua orang lain dan selalu harus menang, maka jaringan hubungan sudah menderita, pernikahannya sakit. Paulus menulis “rendahkanlah dirimu seorang kepada yang lain di dalam takut akan Kristus. Karena itu sempurnakanlah sukacitaku dengan ini: hendaklah kamu sehati, sepikir, dalam satu kasih, satu jiwa, satu tujuan” (Ef 5:21 Flp 2:2). Kepekaan terhadap satu sama lain, perhatian, dan penyesuaian diri merupakan ciri-ciri saling merendahkan diri.

Menjaga Homesitas Keluarga Yang Baik

Homesitas adalah keseimbangan halus dari hubungan di dalam rumah tangga. Ketika kesinambungan halus dari hubungan ini terganggu, akibatnya adalah kesulitan yang hebat. Paulus memberi saran kepada istri-istri, suami-suami, dan anak-anak tentang bagaimana menjaga keseimbangan yang indah di dalam hubungan keluarga Kristen. Pertama, para istri harus menghormati suami sebagai pemimpin keluarga (Ef 5:18). Kedua, para suami harus pantas mendapatkan kepemimpinan mereka di dalam keluarga dengan mendemostrasikan kasih mereka yang tanpa syarat bagi istri (Ef 5:19). Seorang suami bukanlah tuan atas istrinya. Ia adalah pelindungnya, rekan, dan sahabat terbaiknya. Ketiga, anak-anak harus belajar taat kepada orang tua mereka sebagai norma kehidupan keluarga (Ef 5:20). Ada beberapa: anak yang taat merasa lebih baik tentang orangtuanya. Anak yang taat merasa lebih baik tentang kehidupan, mampu memahami arti ketaatan kepada kehendak Allah.(Parrott, 2006)

Memiliki Obsesi Yang Agung, Berbagi Kasih

Kunci sebuah pernikahan yang bahagia supaya menjadi lebih membahagiakan adalah adanya obsesi agung. Artinya, sebuah pernikahan dengan saling berbagi kasih Kristus di dalamnya, yaitu sebuah obsesi agung, adalah sebuah pernikahan yang bertumbuh semakin dan semakin mendalam seiring waktu. Semakin pasangan mengasihi pasangannya sebagai sebuah sikap penyembahan terhadap Allah, maka semakin Allah membawa hati suami atau istri masuk dalam kondisi yang senantiasa menyembah atau yang Allah kerjakan terus-menerus, dan semakin pula pasangan akan mengasihi pasangannya. Tidak ada apa pun yang bisa menggantikan kehidupan yang dipersembahkan bagi kerajaan kekal Allah, karena demikian Allah menciptakan umat manusia. Setiap Pernikahan tanpa obsesi agung sesungguhnya sedang menuju kebosanan besar. Ini hanya karena masalah waktu.(G. L. Thomas, 2014)

HASIL PENELITIAN

Hasil kajian tentang keluarga ini disusun menjadi konsep membangun keluarga kristen yang bahagia dan harmonis. Tulisan ini diharapkan memberikan pengertian bagaimana orang percaya sebagai pengikut Yesus Kristus membangun keluarga Kristen yang bahagia dan harmonis yang sesuai dengan kehendak Allah.

KESIMPULAN

Keluarga adalah ciptaan Allah, karena ciptaan Allah maka akan berfungsi dan berjalan dengan baik apabila menurut tata panduan dari Allah yang dinyatakan dalam firman Tuhan. Keluarga yang bahagia tidak bisa diupayakan hanya karena memiliki cinta romantis atau hanya karena dalam memuaskan pasangan secara lahiriah, juga karena memili anak yang hebat serta kekayaan yang banyak, semuanya itu telah terbukti tidak membahagiakan keluarga bahkan banyak pernikahan yang menderita dan sebagian gagal, dilanda krisis berkepanjangan sehingga sebagian hancur serta berakhir pada perpisahan. Rasa stress dan frustrasi ini adalah karena tidak meletakkan tujuan keluarga kepada tujuan yang utama yaitu carilah dahulu kerajaan Allah dan kebenarannya, tidak berusaha membahagiakan dan memuliakan Allah dahulu sang perancang keluarga. Dikatakan dalam firmanNya (Mazmur 127:1) "jikalau bukan Tuhan yang membangun rumah, sia-sialah orang yang membangunnya.

Keluarga Kristen yang bahagia adalah mungkin dinikmati jika Allah menjadi sumber atau dasar kebahagiaan satu-satunya dan untuk mewujudkan keluarga kristen yang bahagia paling tidak ada delapan karakteristik kunci harus diusahakan yaitu: Pertama memiliki visi pernikahan yang benar; Kedua tidak cinta uang, Ketiga memahami dan menghargai perbedaan, keempat komitmen pada janji pernikahan, kelima kerja keras, tanggungjawab dalam keluarga . Keenam mempertahankan kualitas hubungan secara terus menerus. Ketujuh menjaga homesitas keluarga yang baik. Kedelapan memiliki obsesi yang agung, berbagi kasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi La. (2022). Pendidikan keluarga dalam perpektif islam, 7(1), 1-9.
- Angin, Y. H. P., & Yeniretnowati, T. A. (2020). Ketahanan Iman Kristen di Tengah Era Disrupsi. *Jurnal Teologi (JUTEOLOG)*, 1(1), 81-99.
- Dolnicar, S., Chapple, A., Trees, A. J. "ANGIOSTRONGYLUS-V. I. N. D. I. N. W. . V. R. 120. 1. (1987): 424-424. (1987): 424-424. (1987): 424-424., Team, R. C., Mobley, C. D., Fenkçi IV, Maternal Fizioloji. "Çiçek MN, Ed." Kadın Hastalıkları ve Doğum Bilgisi, Öncü Basımevi, A. (2004): 161-9., ... Payerle, G. (1997). Scholar (4). *Why We Need the Journal of Interactive Advertising*. Retrieved from <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0160738315000444> %0Ahttp://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0160738315000444%250Ahttp://eprints.lancs.ac.uk/48376/%255Cnhttp://dx.doi.org/10.1002/zamm.19630430112%250Ahttp://www.sciencedirect.com

- Fried, & Hisrich. (1994). Scholar (6). *Annals of Tourism Research*. Retrieved from <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0160738315000444>
- Hendrawan, Y., & Yeniretnowati, T. A. (2020). Membangun Perspektif Keluarga Bahagia Berdasarkan Prinsip Alkitab. *Ginosko: Jurnal Teologi Praktika*, 2(1).
- Henri. (2018). Pengertian Keluarga Kata keluarga berasal dari bahasa Inggris yaitu familiy. Dalam. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 15–39.
- Kependudukan, B., Keluarga, D. A. N., Nasional, B., Bina, D., & Remaja, K. (n.d.). *No Title*.
- Mathis, D., & Mathis, S. (2010). Menuju Pernikahan yang Sehat dan solid. *Yogyakarta: Andi Offset*2014.
- Parrott, L. (2006). Menjaga Kehangatan Kasih Di Dalam Keluarga. Yogyakarta: Andi Offset.
- Siswanto, Y. D. & K. (2020). Sabda : Jurnal Teologi Kristen, 1(November), 33–47.
- Slayton, M., & Slayton, G. (2016). *Be the best mom you can be: panduan praktis untuk membesarkan anak pada generasi yang rusak*. Family First Indonesia.
- Swindoll, C. R. (2010). Pernikahan: Sebuah Surga Dunia. *Jakarta: Methanoia Publishing*2010.
- Thomas, G. (Ed.). (2020). *LIFELONG LOVE (Kasih yang Abadi): Bagaimana Jika Pernikahan Memiliki Arti Lebih Dari Sekadar Hidup Bersama?* Jawa Timur: Literatur Perkantas Jatim.
- Thomas, G. L. (2014). *A Lifelong Love: What If Marriage is about More Than Just Staying Together?* Christianaudio. com.
- Tong, S. (2011). *DALAM KELUARGA*.
- Wright, H. N. (2005). *Sekali Untuk Selamanya*. Yogyakarta: Gloria Graffa.
- Wright, H. N. (2010). *Sekali Untuk Selamanya*. Yogyakarta: Gloria Graffa.