



Mengintegrasikan Segitiga Tali Temali Perkawinan Perspektif Qs. Ar-Rum: 21 dan Teori Cinta Robert Sternberg

Sony Pranata^{1✉}, Komarudin Sassi²

Pendidikan Agama Islam, Universitas Al-Qur'an Ittifaqiah Indralaya, Indonesia^{1,2}

e-mail : pranatasony15@gmail.com¹, sassikomarudin@yahoo.com²

Abstrak

Tingginya angka perceraian di Indonesia dan terbatasnya model konseptual yang memadukan perspektif wahyu dengan psikologi modern mencerminkan kesenjangan teoritis yang signifikan dalam kajian perkawinan Islam. Penelitian-penelitian sebelumnya, seperti Hasanah (2021) dan Karimah (2022) membahas konsep sakinah, mawaddah, rahmah, dan Teori Cinta Segitiga Sternberg secara terpisah sehingga belum menghasilkan model integratif yang operasional. Penelitian ini bertujuan membangun model konseptual integratif berbasis tafsir maudhu'i yang menghubungkan ketiga elemen perkawinan QS. Ar-Rum: 21 mawaddah, rahmah, dan sakinah dengan komponen passion, intimacy, dan commitment dalam Teori Cinta Segitiga Sternberg. Metode yang digunakan adalah tafsir maudhu'i dengan analisis semantik, elaborasi tafsir klasik-kontemporer, dan integrasi kritis antara nalar Qur'ani dan psikologi modern. Hasil penelitian menghasilkan model "Segitiga Perkawinan Islami" yang menempatkan tawakkul sebagai pusat energi relasional dengan tiga sudut: mawaddah-passion (dimensi aktif-ekspresi), rahmah intimacy (dimensi emosional-spiritual), dan sakinah-commitment (dimensi stabilitas-transendensi). Model ini melampaui teori Sternberg karena mengintegrasikan dimensi transenden-ilahi yang tidak dimiliki teori psikologi sekuler. Temuan ini berkontribusi pada pengembangan kerangka bimbingan dan konseling perkawinan berbasis nilai Islam yang holistik..

Kata Kunci: Perkawinan; QS. Ar-Rum: 21; Teori Cinta Sternberg; Tafsir Maudhu'i; Segitiga Perkawinan Islami

Abstract

The high divorce rate in Indonesia and the lack of conceptual models integrating revelation with modern psychology reflect a significant theoretical gap in Islamic marriage studies. Prior studies by Hasanah (2021) and Karimah (2022) addressed sakinah, mawaddah, rahmah, and Sternberg's Triangular Theory of Love separately, leaving an integrative operational model underdeveloped. This study aims to build an integrative conceptual model using tafsir maudhu'i, linking the three marital elements of QS. Ar-Rum: 21 mawaddah, rahmah, and sakinah with passion, intimacy, and commitment in Sternberg's Triangular Theory. Employing maudhu'i method with semantic analysis, classical-contemporary tafsir elaboration, and critical integration of Qur'anic reasoning with modern psychology, this study proposes the "Islamic Marriage Triangle" model, placing tawakkul at the relational center with three vertices: mawaddah-passion (active-expressive), rahmah-intimacy (emotional-spiritual), and sakinah-commitment (stability-transcendence). This model transcends Sternberg's theory by integrating a transcendent-divine dimension absent in secular psychological theory, contributing to the development of holistic Islamic-based marriage counseling frameworks.

Keywords: Marriage; QS. Ar-Rum: 21; Sternberg's Theory of Love; Thematic Exegesis; Islamic Marriage Triangle

Copyright (c) 2026 Sony Pranata, Komarudin Sassi

✉ Corresponding author :

Email : pranatasony15@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.31004/edukatif.v8i3.9096>

ISSN 2656-8063 (Media Cetak)

ISSN 2656-8071 (Media Online)

PENDAHULUAN

Perkawinan merupakan sunnatullah yang fundamental dalam kehidupan manusia, menjadi fondasi bagi pembentukan keluarga dan masyarakat. Dalam Islam, perkawinan tidak hanya dipandang sebagai ikatan lahiriah, tetapi juga sebagai perjanjian suci (*mitsaqan ghalizha*) yang bertujuan untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat (Al-Ghazali, 1997). Al-Qur'an memberikan arahan yang jelas tentang tujuan dan prinsip-prinsip perkawinan, terutama dalam QS. Ar-Rum: 21:

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾

Ayat ini menjelaskan tentang terciptanya pasangan hidup sebagai tanda kebesaran Allah yang di dalamnya terdapat ketenangan (*sakinah*), cinta (*mawaddah*), dan kasih sayang (*rahmah*). Ketiga konsep ini merupakan tali temali utama yang menyangga bangunan perkawinan dalam Islam. Namun, realitas perkawinan di era modern menunjukkan bahwa banyak pasangan yang mengalami berbagai permasalahan yang berujung pada perceraian. Data Badan Pusat Statistik (2023) menunjukkan angka perceraian di Indonesia terus meningkat, mencapai lebih dari 500.000 kasus per tahun. Laporan Mahkamah Agung RI (2022) mengonfirmasi bahwa cerai gugat mendominasi perkara perkawinan dengan persentase di atas 70%.

Psikologi sebagai ilmu yang mempelajari perilaku dan proses mental manusia menawarkan berbagai teori yang dapat membantu memahami dinamika hubungan perkawinan. Salah satu teori yang paling berpengaruh adalah Teori Cinta Segitiga (*Triangular Theory of Love*) yang dikembangkan oleh Robert Sternberg (1986), yang menyatakan bahwa cinta terdiri dari tiga komponen utama: intimasi (*intimacy*), gairah (*passion*), dan komitmen (*commitment*). Validasi empiris lintas budaya terhadap teori ini telah dilakukan secara ekstensif, termasuk dalam konteks budaya Muslim (Rizwan & Rizvi, 2014; Sorokowski et al., 2012).

Sejumlah penelitian telah mengkaji konsep perkawinan Islam maupun teori cinta modern secara terpisah. Hasanah (2021) mengkaji konsep keluarga *sakinah* dalam Al-Qur'an secara tematik dan menemukan bahwa *sakinah* merupakan tujuan utama perkawinan, namun penelitian tersebut tidak mengintegrasikannya dengan kerangka psikologi modern. Karimah (2022) mencoba menghubungkan Teori Sternberg dengan konsep perkawinan Islam, tetapi hanya pada tataran komparatif deskriptif tanpa menghasilkan model konseptual baru yang operasional. Setiawan dan Muzakki (2023) mengidentifikasi perlunya pendekatan integratif dalam konseling perkawinan Islam, namun belum menyediakan model yang dapat langsung diaplikasikan. Kajian Al-Krenawi dan Graham (2000) serta Daneshpour (2017) mengenai konseling keluarga Muslim juga menunjukkan bahwa pendekatan integratif yang benar-benar memadukan dimensi spiritual dengan psikologi modern masih langka dalam literatur.

Kesenjangan inilah yang menjadi dasar penelitian ini. Belum ada penelitian yang secara sistematis membangun model konseptual integratif yang menghubungkan ketiga elemen perkawinan Qur'ani (*sakinah*, *mawaddah*, *rahmah*) dengan komponen Teori Sternberg ke dalam satu kerangka yang memiliki landasan tafsir yang kuat sekaligus dapat dioperasionalkan dalam praktik konseling. Oleh karena itu, penelitian ini hadir dengan novelty utama berupa perumusan model "Segitiga Perkawinan Islami" (*Islamic Marriage Triangle*) yang menempatkan tawakkul sebagai pusat relasional sebuah elemen yang secara fundamental absen dalam teori Sternberg dan belum pernah dirumuskan dalam model konseptual sebelumnya. Penelitian ini tidak sekadar membandingkan dua tradisi pemikiran, melainkan berupaya membangun sintesis teoritis baru yang dapat memperkaya khazanah keilmuan Islam-psikologi sekaligus memberikan kerangka praktis bagi konselor perkawinan berbasis nilai Islam.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode tafsir maudhu'i (tematik) sebagai kerangka analisis utama. Metode ini dipilih karena kemampuannya menghasilkan pemahaman holistik dan sistematis tentang pandangan Al-Qur'an terhadap suatu tema tertentu (Al-Farmawi, 1994; Muslim, 2005). QS.

Ar-Rum: 21 dipilih sebagai fokus utama karena merupakan satu-satunya ayat Al-Qur'an yang secara eksplisit menyebut ketiga terma *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah* dalam satu kesatuan konteks perkawinan, berbeda dengan ayat-ayat lain yang hanya menyebut salah satu atau dua terma secara terpisah. Hal ini menjadikan ayat tersebut sebagai *umm al-ayat* (induk ayat) yang paling representatif untuk tema integrasi yang dikaji.

Sumber data primer penelitian ini adalah Al-Qur'an beserta terjemahan dan tafsirnya. Kitab tafsir dipilih berdasarkan dua kriteria: (1) otoritas akademik yang diakui dalam tradisi keilmuan Islam dan (2) cakupan metodologis yang beragam, meliputi tafsir *bi al-ma'tsur* (Tafsir Al-Thabari, Ibn Katsir), tafsir *fiqhi* (Tafsir Al-Qurthubi), dan tafsir kontemporer berbasis konteks Indonesia (Tafsir Al-Misbah karya M. Quraish Shihab, Tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka). Pemilihan minimal dua tafsir berbeda madzhab bertujuan menghindari bias interpretatif tunggal. Sumber data sekunder mencakup karya-karya Sternberg tentang Triangular Theory of Love, jurnal-jurnal psikologi dan konseling perkawinan internasional bereputasi (terindeks Scopus dan Web of Science), serta literatur integrasi Islam-psikologi terkini.

Prosedur operasional metode maudhu'i dalam penelitian ini mencakup enam tahap:

1. Tahap Inventarisasi (Jam'u al-Ayat): Menghimpun seluruh ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan tema *sakinah*, *mawaddah*, *rahmah*, dan perkawinan menggunakan indeks Al-Qur'an dan kamus mu'jam al-mufahras (Fuad Baqi, 1364H).
2. Tahap Klasifikasi (Tartib al-Nuzul): Menyusun ayat secara kronologis (Makkiyah-Madaniyah) untuk memahami konteks historis dan perkembangan konseptual.
3. Tahap Analisis Semantik: Mengkaji makna akar kata (isytiqaq) dan medan makna (al-haql al-dalaliy) dari terma s-k-n, w-d-d, dan r-h-m menggunakan kamus bahasa Arab otoritatif (Lisan al-Arab Ibn Manzur; Mufradat Al-Qur'an Al-Raghib Al-Ashfahani).
4. Tahap Elaborasi Tafsir: Memahami penafsiran setiap ayat melalui kitab tafsir klasik dan kontemporer dengan membandingkan minimal dua penafsiran berbeda madzhab.
5. Tahap Sintesis Qur'ani: Merumuskan pandangan Al-Qur'an yang koheren tentang ketiga konsep berdasarkan temuan tahap-tahap sebelumnya.
6. Tahap Integrasi Kritis: Mendialogkan temuan Qur'ani dengan Teori Sternberg menggunakan kerangka integrasi ilmu Abdullah (2006), yakni model informatif-konfirmatif-korektif. Model ini tidak menyamakan satu tradisi ke dalam yang lain, melainkan menempatkan keduanya dalam dialog epistemologis: temuan psikologi digunakan sebagai konfirmasi empiris di mana relevan, dan perspektif Qur'ani diposisikan sebagai koreksi serta pengayaan di mana psikologi memiliki keterbatasan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Semantik dan Tematik Konsep-Konsep Kunci QS. Ar-Rum: 21

Analisis Linguistik dan Teologis Terma *Sakinah*

Terma *sakinah* berasal dari akar kata *سكن* yang dalam bahasa Arab klasik mengandung makna dasar "tenang, diam, menetap, dan tidak bergolak" (Al-Ashfahani, 2009; Ibn Manzur, 1414). Al-Ashfahani dalam *Mufradat Alfazh Al-Qur'an* mendefinisikan *sakinah* sebagai "tenangnya jiwa dari keguncangan dan kegelisahan", suatu kondisi psikologis yang bersumber dari keyakinan kepada Allah. Akar kata yang sama digunakan untuk kata *maskan* (tempat tinggal), mengisyaratkan bahwa pasangan sejati adalah "tempat pulang" bagi jiwa, ruang di mana seseorang menemukan ketenangan dan rasa aman tertinggi.

Dalam QS. Ar-Rum: 21, kata kerjanya adalah *litaskunuu* (agar kamu menemukan ketenangan), yang menggunakan fitur gramatikal *lam al-ta'lil* (lam yang menunjukkan tujuan). Ini mengindikasikan bahwa ketenangan adalah tujuan ilahi dari diciptakannya pasangan. Al-Thabari (2000, Jilid 18) menafsirkan *litaskunuu ilayhaa* sebagai "agar kamu tenang dan damai bersamanya, sebagaimana kamu tenang di rumahmu." Ibn Katsir (2004) menambahkan bahwa *sakinah* dalam perkawinan bukan hanya ketenangan emosional, tetapi juga ketenangan fitrah yang terpenuhi melalui ikatan yang halal.

Melalui penelusuran maudhu‘i, ditemukan tiga dimensi utama sakinah: Pertama, sakinah sebagai anugerah Ilahi yang dicapai melalui kombinasi ikhtiar dan tawakkal. Kedua, sakinah sebagai kondisi psikologis holistik yang memungkinkan pasangan saling menopang beban, sejalan dengan konsep *mutual care* dalam psikologi pasangan (Gottman & Silver, 1999; Lavner et al., 2022). Ketiga, sakinah sebagai lingkungan rumah tangga yang kondusif secara emosional, memberikan perlindungan dari tekanan eksternal sebagaimana apa yang Bowlby (1969) sebut sebagai *secure base* dalam teori kelekatan yang kemudian dikembangkan lebih lanjut oleh Mikulincer dan Shaver (2016) dalam konteks hubungan romantis dewasa.

Analisis Linguistik dan Teologis Terma Mawaddah

Terma *mawaddah* berasal dari akar *وَدَّ* yang mengandung nuansa cinta yang aktif, hangat, dan produktif. Al-Ashfahani (2009) membedakan *mawaddah* dari *mahabbah*: jika *mahabbah* dapat merujuk pada cinta yang pasif dan tersembunyi, *mawaddah* secara inheren menuntut ekspresi dan manifestasi nyata dalam perilaku. Ibnu Asyur (1984) menegaskan bahwa *mawaddah* adalah “cinta yang disertai kehendak kuat untuk memberikan kebaikan dan manfaat bagi orang yang dicintai.” Hal ini lebih mendekati apa yang dalam psikologi positif kontemporer disebut sebagai *compassionate action* atau *prosocial love* (Fehr et al., 2014; Sprecher & Fehr, 2005).

Quraish Shihab (2002) menafsirkan *mawaddah* sebagai “cinta yang membara dan penuh semangat”, terutama pada fase awal perkawinan. Namun, berbeda dengan gairah yang semata-mata bersifat biologis emosional, *mawaddah* dalam Al-Qur’an selalu dikontekstualisasikan dengan nilai-nilai moral, tampak jelas dalam korelasi QS. Ar-Rum: 21 dengan QS. An-Nisa: 19, di mana perintah *mu‘asyarah bil-ma‘ruf* (bergaul dengan cara yang baik) menjadi bentuk konkret dari *mawaddah*. Dengan demikian, *mawaddah* yang sejati bukan hanya *feeling*, tetapi juga *doing* tindakan kasih sayang yang terus diperbarui.

Analisis Linguistik dan Teologis Terma Rahmah

Terma *rahmah* berasal dari akar *رحم* yang secara etimologis terkait dengan *rahim* (kandungan ibu), mengisyaratkan kelembutan yang menghangati, perlindungan total, dan kasih yang tanpa syarat (Ibn Manzur, 1414; Lane, 1863). Fakta bahwa *rahmah* perkawinan diatributkan kepada Allah secara langsung dalam QS. Ar-Rum: 21 (“dan Dia menjadikan di antaramu... rahmah”) menunjukkan bahwa ia bukan hanya produk dinamika manusiawi, melainkan anugerah transenden yang mengalir dari sifat Ilahi.

Para mufasir secara konsisten membedakan *mawaddah* dan *rahmah* berdasarkan konteks usia dan kematangan perkawinan. Al-Qurthubi (2006) dan Ibn Katsir (2004) berpendapat bahwa *mawaddah* lebih menonjol pada pasangan muda yang masih kuat gairah cintanya, sementara *rahmah* tumbuh dan mendominasi pada pasangan yang telah lama menjalani kehidupan bersama. Hamka (2015) menambahkan bahwa *rahmah* adalah kasih sayang yang mendorong pasangan saling memaafkan, saling menanggung kelemahan, dan terus merawat hubungan bahkan ketika gairah awal telah berubah menjadi realitas kehidupan sehari-hari. Temuan ini sejalan dengan penelitian longitudinal Lambert et al. (2022) yang menemukan bahwa *compassionate love* merupakan prediktor kepuasan perkawinan jangka panjang yang lebih kuat dibandingkan *passionate love*.

Teori Cinta Segitiga Sternberg: Tinjauan Kritis

Robert Sternberg (1986) merumuskan Teori Cinta Segitiga berdasarkan program penelitian empiris yang ekstensif di Yale University. Teori ini menyatakan bahwa cinta dalam hubungan interpersonal tersusun atas tiga komponen:

1. **Intimacy** merupakan komponen afektif yang mencakup perasaan dekat, terhubung, dan terikat secara emosional; kehangatan dan kepedulian terhadap kesejahteraan pasangan; serta pemahaman mendalam tentang satu sama lain. Sternberg (1986) menyebut intimacy sebagai komponen yang secara konsisten hadir dalam semua jenis cinta yang sehat.
2. **Passion** merupakan komponen motivasional yang mencakup ketertarikan fisik, seksual, dan romantis, serta intensitas emosional dalam hubungan. Sternberg (1986) menjelaskan bahwa passion mengikuti pola

kecanduan: meningkat pesat di awal, mencapai puncak, dan kemudian cenderung menurun suatu fenomena yang dikenal sebagai *hedonic adaptation* (Frederick & Loewenstein, 1999; Sprecher & Metts, 2013).

- 3. Commitment** merupakan komponen kognitif yang mencakup keputusan jangka pendek untuk mencintai seseorang dan keputusan jangka panjang untuk mempertahankan hubungan. Sternberg (1986) menekankan bahwa commitment adalah komponen yang paling dapat dikontrol secara sadar dan paling stabil dari ketiga komponen.

Validasi empiris terhadap teori ini telah dilakukan dalam ratusan studi lintas budaya (Graham, 2011; Lemieux & Hale, 2002; Sorokowski et al., 2012), termasuk dalam konteks Muslim (Kaur & Kaur, 2016; Rizwan & Rizvi, 2014). Studi meta-analitik terbaru Sternberg (2019) mengonfirmasi konsistensi struktur tiga-komponen di berbagai konteks sosial-budaya.

Namun demikian, sejumlah kritik substansial layak dikemukakan. Pertama, Hendrick dan Hendrick (1989) mengkritik konstruk *passion* yang terlalu terfokus pada dimensi fisik-seksual, mengabaikan dimensi spiritualitas cinta. Kedua, Fehr (2006) menunjukkan bahwa dalam budaya non-Barat, struktur komponen cinta dapat berbeda dari yang dipostulasikan Sternberg. Ketiga, dan paling krusial, Sternberg (1986) sendiri mengakui bahwa teorinya bersifat “deskriptif-psikologis” dan tidak mengandaikan dimensi transenden atau spiritual suatu keterbatasan mendasar yang menjadi ruang kontribusi kajian ini. Lebih lanjut, Reis dan Aron (2008) mengingatkan bahwa teori-teori cinta berbasis psikologi Barat cenderung terlalu individualistis dan mengabaikan dimensi relasional komunal yang khas dalam budaya non-Barat, termasuk Islam.

Korespondensi dan Integrasi: Dari Dua Tradisi Menuju Satu Model

Tabel Korespondensi Konseptual

Tabel 1. Korespondensi Konseptual antara QS. Ar-Rum: 21 dan Teori Cinta Segitiga Sternberg

Dimensi	Konsep Qur’ani	Konsep Sternberg	Titik Konvergensi & Diferensiasi
Aktif-Ekspresi	<i>Mawaddah</i> (kasih sayang aktif; cinta yang berproduksi)	<i>Passion</i> (gairah; ketertarikan fisik-romantis-motivasional)	Konvergensi: keduanya adalah energi aktif yang mendorong ekspresi dan manifestasi cinta nyata. Diferensiasi: mawaddah mencakup dimensi moral-spiritual dan tidak terbatas pada ketertarikan fisik; ia tidak mengikuti kurva penurunan passion.
Emosional-Spiritual	<i>Rahmah</i> (belas kasih transenden; kasih sayang yang matang dan tak bersyarat)	<i>Intimacy</i> (keintiman; kedekatan emosional-relasional horizontal)	Konvergensi: keduanya menekankan kedekatan emosional mendalam, penerimaan tanpa syarat, dan kepedulian tulus. Diferensiasi: rahmah memiliki sumbu vertikal-transenden (atribut sifat Ilahi) yang melampaui intimacy yang bersifat horizontal semata.
Stabilitas-Transendensi	<i>Sakinah</i> (ketenangan batin; kedamaian jiwa sebagai anugerah ilahi)	<i>Commitment</i> (komitmen; keputusan kognitif untuk mempertahankan hubungan)	Konvergensi: keduanya menjamin stabilitas dan kelangsungan hubungan jangka panjang. Diferensiasi: sakinah adalah pengalaman spiritual yang melampaui komitmen rasional; ia adalah kondisi yang ‘diberikan’ Allah, bukan sekadar diputuskan secara mandiri oleh manusia.

Mawaddah dan *Passion*: Konvergensi pada Dimensi Aktif-Ekspresi

Korespondensi pertama antara *mawaddah* dan *passion* terletak pada kualitas keduanya sebagai energi aktif yang menggerakkan pasangan untuk mengekspresikan cinta secara nyata dan dinamis. Sternberg (1986)

mendeskripsikan *passion* sebagai “dorong-gerak” (*motivational drive*) dalam cinta sesuatu yang membuat pasangan ingin selalu dekat dan mengekspresikan perasaan. Demikian pula, *mawaddah* dalam analisis Al-Ashfahani (2009) adalah cinta yang tidak bisa diam dan menuntut aktualisasi melalui tindakan nyata.

Perbedaan substansial antara keduanya terletak pada sumber, cakupan, dan persistensinya. Dari sisi sumber: *passion* dalam teori Sternberg bersumber dari mekanisme neurobiologis (pelepasan dopamin, norepinefrin, dan oksitosin) yang bersifat fisiologis (Fisher et al., 2022); sementara *mawaddah* bersumber dari niat dan pilihan moral yang diperkuat oleh nilai-nilai spiritual. Dari sisi cakupan: *passion* utamanya merujuk pada ketertarikan fisik-seksual, sedangkan *mawaddah* mencakup keseluruhan ekspresi kasih sayang termasuk pelayanan, pengorbanan, perhatian emosional, dan kepedulian sosial. Dari sisi persistensi: penelitian Sprecher (1999) dan studi longitudinal terbaru Xu et al. (2021) menunjukkan bahwa *passionate love* cenderung menurun signifikan setelah dua hingga empat tahun pertama perkawinan; sementara *mawaddah* yang dilandasi nilai-nilai moral dan spiritual justru dapat tumbuh seiring waktu.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Gottman dan Silver (1999) yang menemukan bahwa pasangan yang perkawinannya bertahan dan bahagia dalam jangka panjang secara aktif dan konsisten melakukan gestur afeksi kecil sehari-hari sebuah praktik yang dalam terminologi Islam dapat disebut sebagai *tashwiyah al-mawaddah* (penyuburan kasih sayang). Penelitian terbaru Alghamdi (2022) dalam konteks Muslim Arab juga mengonfirmasi bahwa ekspresi kasih sayang aktif yang dilandasi nilai-nilai agama berkorelasi positif dengan kepuasan perkawinan jangka panjang.

Rahmah dan Intimacy: Konvergensi pada Dimensi Emosional-Spiritual

Korespondensi antara *rahmah* dan *intimacy* adalah yang paling kaya secara konseptual. Sternberg (1986) mendeskripsikan *intimacy* sebagai “pengalaman kehangatan, kedekatan, dan keterhubungan” yang memungkinkan pasangan saling memahami, menerima kelemahan satu sama lain, dan merasakan keamanan emosional. Resonansi dengan *rahmah* sangat kuat: keduanya berbicara tentang penerimaan tanpa syarat, kelembutan aktif, dan kemampuan untuk merangkul pasangan dalam keseluruhan dirinya.

Perbedaan paling fundamental terletak pada dimensi vertikalitas *rahmah*. Dalam QS. Ar-Rum: 21, *rahmah* bukan hanya produk dinamika interpersonal, tetapi merupakan anugerah Allah yang ditempatkan di antara suami-istri (“*wa ja’ala baynahum... rahmatan*”). Ini berarti *rahmah* memiliki dimensi ontologis yang melampaui *intimacy*: ia bukan sekadar emosi manusiawi yang dibangun, melainkan realitas ilahi yang dihadirkan. Implikasinya, ketika pasangan mengalami krisis dan *intimacy* terasa menurun, mereka yang memahami *rahmah* akan mencarinya tidak hanya melalui teknik komunikasi interpersonal, tetapi juga melalui jalan spiritual mendekati diri kepada Allah agar *rahmah*-Nya mengalir ke dalam hubungan mereka.

Perspektif ini didukung oleh penelitian Fincham et al. (2008) yang menunjukkan bahwa religiusitas berhubungan positif dengan kualitas perkawinan, khususnya melalui peningkatan *forgiveness* (pemaafan), yang dalam Islam merupakan manifestasi utama dari *rahmah*. Penelitian terbaru Kusuma et al. (2022) pada pasangan Muslim Indonesia menemukan bahwa orientasi religius intrinsik berkorelasi signifikan dengan kapasitas *forgiveness* dan kepuasan perkawinan. Demikian pula, Uyun et al. (2020) mengkonfirmasi bahwa integrasi dimensi spiritual dalam konseling perkawinan Islam mampu meningkatkan kualitas hubungan emosional pasangan secara signifikan.

Sakinah dan Commitment: Konvergensi pada Dimensi Stabilitas-Transendensi

Korespondensi ketiga antara *sakinah* dan *commitment* beroperasi pada level yang lebih dalam dari sekadar persamaan fungsional. Secara fungsional, keduanya sama-sama menjadi “jangkar” yang menjaga perkawinan tetap stabil ketika badai kehidupan datang: *commitment* melalui keputusan kognitif untuk tidak meninggalkan hubungan, dan *sakinah* melalui kondisi ketenangan batin yang membuat pasangan tidak mudah goyah.

Perbedaan kualitasnya sangat substansial. Sternberg (1986) mendefinisikan *commitment* sebagai komponen yang paling “cold” kognitif-rasional dan dapat dikontrol secara sadar. Seseorang dapat berkomitmen

tanpa mencintai (“empty love”). Sementara *sakinah* adalah kondisi eksistensial yang kaya: kedamaian jiwa yang otentik, ketenteraman hati yang menyeluruh, rasa aman yang mendalam. *Sakinah* yang sejati tidak dapat direduksi menjadi sekadar komitmen legal atau pragmatis; ia adalah pengalaman spiritual tentang berada di tempat yang tepat, bersama orang yang tepat, dalam kehendak Allah yang tepat.

Penelitian Waite dan Gallagher (2000) menemukan bahwa pasangan menikah secara konsisten melaporkan tingkat kebahagiaan, kesehatan fisik-mental, dan kepuasan hidup yang lebih tinggi suatu temuan yang menyiratkan dimensi psikologis mendalam dari perkawinan yang tidak bisa dijelaskan semata-mata oleh *commitment* sebagai keputusan rasional. Dimensi tak ter jelaskan itulah yang dalam perspektif Islam disebut *sakinah*. Penelitian terbaru Aghajani et al. (2021) dalam konteks pasangan Muslim mengkonfirmasi bahwa dimensi spiritualitas bersama (*shared spirituality*) merupakan prediktor kepuasan perkawinan yang independen dari faktor komitmen rasional semata.

Model Perkawinan Holistik Islami: Segitiga Perkawinan Islami

Berdasarkan integrasi yang telah dilakukan, penelitian ini merumuskan sebuah model konseptual baru yang disebut “Segitiga Perkawinan Islami” (*Islamic Marriage Triangle*). Model ini memiliki empat elemen struktural:

- 1. Tiga sudut segitiga yang terintegrasi secara vertikal dan horizontal:** (a) Sudut Mawaddah-Passion (Dimensi Aktif-Ekspresi): mewakili energi dinamis cinta yang mendorong ekspresi kasih sayang konkret. Berbeda dari passion Sternberg yang bersifat fisiologis dan menurun secara temporal, mawaddah bersifat moral-spiritual sehingga dapat diperbarui dan dipelihara secara aktif sepanjang usia perkawinan. (b) Sudut Rahmah-Intimacy (Dimensi Emosional-Spiritual): mewakili kedalaman koneksi emosional yang dilandasi penerimaan tanpa syarat. Dimensi vertikalitas rahmah sebagai sifat Ilahi yang diturunkan ke dalam relasi manusia menjadikannya melampaui intimacy yang sepenuhnya horizontal. (c) Sudut Sakinah-Commitment (Dimensi Stabilitas-Transendensi): mewakili fondasi eksistensial yang memberikan ketenteraman dan makna mendalam bagi perkawinan, melampaui komitmen kognitif-rasional.
- 2. Pusat segitiga: Tawakkul** (kepasrahan kepada Allah). Inilah elemen yang paling membedakan model ini dari Teori Sternberg. *Tawakkul* ditempatkan di pusat bukan sebagai tambahan teologis dekoratif, melainkan karena secara fungsional ia adalah sumber energi pembaruan bagi ketiga sudut: memperbarui *mawaddah* ketika ia memudar, memperdalam *rahmah* ketika luka relasional datang, dan menopang *sakinah* ketika kondisi eksternal mengguncang. Pandangan ini selaras dengan kajian Pargament (1997) tentang peran *religious coping* dalam ketahanan perkawinan, serta penelitian terbaru Mohsen et al. (2023) yang menemukan bahwa pasangan Muslim dengan tingkat tawakkal tinggi menunjukkan resiliensi perkawinan yang signifikan lebih kuat dalam menghadapi stres eksternal.
- 3. Prinsip dinamis:** Model ini mengakui bahwa ketiga sudut tidak harus hadir secara merata setiap saat. Dominasi *mawaddah* pada awal perkawinan, transisi menuju kedalaman *rahmah* pada fase tengah, dan penguatan *sakinah* pada fase matang adalah pola perkembangan yang wajar dan bahkan mencerminkan kematangan, bukan kegagalan. Pemahaman ini memiliki implikasi konseling yang signifikan: pasangan perlu diedukasi bahwa perubahan kualitas cinta dari waktu ke waktu adalah normal dan merupakan bagian dari desain Ilahi dalam perkawinan. Perspektif ini diperkuat oleh penelitian Lachmar et al. (2021) yang menunjukkan bahwa pasangan dengan pemahaman dinamis tentang cinta memiliki tingkat kepuasan perkawinan yang lebih tinggi.
- 4. Prinsip kesalingan** (*taba’daliyyah*): Berbeda dengan Teori Sternberg yang cenderung menganalisis cinta sebagai atribut individu, model ini menekankan bahwa *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah* adalah kualitas relasional yang dibangun bersama dan menjadi tanggung jawab kedua pihak secara aktif. Hal ini selaras dengan paradigma *relational ethics* dalam konseling perkawinan kontemporer (Gottman & Gottman, 2017) dan pendekatan *Islamic Family Systems Theory* yang dikembangkan oleh Daneshpour (2017).

Implikasi bagi Bimbingan dan Konseling Perkawinan

Model Segitiga Perkawinan Islami memiliki sejumlah implikasi operasional yang signifikan bagi praktik bimbingan dan konseling perkawinan. Model ini menyediakan kerangka diagnostik holistik yang membantu konselor mengidentifikasi dimensi spesifik yang mengalami defisit: (a) defisit pada sudut *mawaddah/passion* memerlukan intervensi berbasis perilaku afektif, seperti pembiasaan gestur afeksi aktif dan pembaruan ekspresi kasih sayang; (b) defisit pada sudut *rahmah/intimacy* memerlukan kerja pada kedalaman komunikasi emosional, kapasitas *forgiveness*, dan penguatan dimensi spiritual bersama; (c) defisit pada sudut *sakinah/commitment* memerlukan rekonstruksi makna, orientasi spiritual bersama, dan penguatan *tawakkul*.

Sebagai contoh konkret, dalam asesmen perkawinan, konselor dapat menggunakan model ini sebagai kerangka wawancara terstruktur untuk mengidentifikasi profil ketiga dimensi pada pasangan klien. Dalam intervensi, konselor dapat merancang sesi khusus untuk setiap sudut: sesi *mawaddah* berfokus pada pengembangan perilaku kasih sayang aktif (*love language exercises*); sesi *rahmah* berfokus pada latihan *empathic listening* dan *forgiveness therapy*; sesi *sakinah* berfokus pada eksplorasi makna spiritual perkawinan dan praktik *tawakkul* bersama. Dalam program pendidikan pra-nikah, model ini dapat memberikan peta jalan yang realistis tentang perjalanan perkembangan cinta dalam perkawinan, mengurangi ekspektasi tidak realistis yang sering menjadi pemicu krisis perkawinan dini.

Model ini mengimplikasikan perlunya pendekatan konseling yang integratif menggabungkan teknik terbukti dari psikologi perkawinan seperti *Gottman Method Couples Therapy* dan *Emotionally Focused Therapy* (Johnson, 2004) dengan dimensi spiritual-Qur'ani. Mubarak (2009) dan Nashori (2010) telah menggarisbawahi bahwa konseling perkawinan Islam yang efektif tidak dapat mengabaikan dimensi spiritual sebagai sumber daya klien yang paling kuat. Penelitian terbaru oleh Mardiati et al. (2021) pada konselor perkawinan di Indonesia mengkonfirmasi bahwa integrasi nilai-nilai Islam dalam sesi konseling meningkatkan keterlibatan klien dan efektivitas intervensi secara signifikan.

KESIMPULAN

Penelitian ini telah menghasilkan model konseptual integratif yang disebut “Segitiga Perkawinan Islami” melalui integrasi kritis antara tiga elemen perkawinan QS. Ar-Rum: 21 *mawaddah*, *rahmah*, dan *sakinah* dengan komponen *passion*, *intimacy*, dan *commitment* dalam Teori Cinta Segitiga Sternberg menggunakan metode tafsir *maudhu'i*. Model ini menempatkan *tawakkul* sebagai pusat relasional yang menjadi sumber pembaruan bagi ketiga sudut secara dinamis. Berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya yang hanya membahas dua tradisi ini secara komparatif, novelty penelitian ini terletak pada perumusan model konseptual baru yang memiliki struktur teoritis yang kuat sekaligus dapat dioperasionalkan dalam praktik konseling perkawinan. Kontribusi terpenting secara teoritis adalah integrasi dimensi transenden-ilahi yang secara fundamental absent dalam teori Sternberg ke dalam model perkawinan yang sistematis dan operasional. Secara praktis, model ini menyediakan kerangka diagnostik dan intervensi bagi konselor perkawinan berbasis nilai Islam. Penelitian lanjutan perlu dilakukan untuk menguji model ini secara empiris melalui pengembangan instrumen pengukuran Segitiga Perkawinan Islami dan pengujian validitas konstruknya pada sampel pasangan Muslim Indonesia menggunakan metode kuantitatif atau campuran (*mixed methods*).

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A. (2006). *Islamic Studies di Perguruan Tinggi: Pendekatan Integratif-Interkonektif*. Pustaka Pelajar.
- Aghajani, S., Abolmaali, K., & Narimani, M. (2021). The Relationship Between Shared Spirituality and Marital Satisfaction in Iranian Muslim Couples. *Journal of Religion and Health*, 60(4), 2780–2796.
<https://doi.org/10.1007/s10943-020-01091-y>
- Al-Ashfahani, R. (2009). *Mufradat alfazh al-Qur'an*. Dar Al-Qalam.

- 569 *Mengintegrasikan Segitiga Tali Temali Perkawinan Perspektif Qs. Ar-Rum: 21 dan Teori Cinta Robert Sternberg - Sony Pranata, Komarudin Sassi*
DOI: <https://doi.org/10.31004/edukatif.v8i3.9096>
- Al-Farmawi, A. H. (1994). *Al-Bidayah fi al-Tafsir Al-Maudhu'i: Dirasah Manhajiyah Maudhu'iyah*. Al-Hadharat al-Arabiyyah.
- Al-Ghazali, A. H. (1997). *Ihya' ulum al-din* (Vol. 2). Dar Al-Ma'rifah.
- Al-Krenawi, A., & Graham, J. R. (2000). Islamic Theology and Prayer: Relevance for Social Work Practice. *International Social Work*, 43(3), 289–304. <https://doi.org/10.1177/002087280004300303>
- Al-Qurthubi, M. A. (2006). *Al-Jami' Li ahkam Al-Qur'an* (Vol. 14). Muassasah Al-Risalah.
- Alghamdi, M. S. (2022). Religious-Based Affective Expression and Marital Satisfaction among Saudi Muslim Couples. *Journal of Muslim Mental Health*, 16(1), 1–18. <https://doi.org/10.3998/jmmh.1438>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Daneshpour, M. (2017). Muslim Families and Family Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(3), 580–592. <https://doi.org/10.1111/jmft.12246>
- Fehr, B. (2006). *A Prototype Approach to Studying Love* (R. J. Sternberg & K. B. T.-T. New Psychology of Love Weis, Eds.; pp. 225–246). Yale University Press.
- Fehr, B., Harasymchuk, C., & Sprecher, S. (2014). Compassionate Love in Romantic Relationships: A Review and Some New Findings. *Journal of Social and Personal Relationships*, 31(5), 575–600. <https://doi.org/10.1177/0265407514525400>
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H., Lambert, N., Stillman, T., & Braithwaite, S. (2008). Spiritual Behaviors and Relationship Satisfaction: A Critical Analysis of The Role of Prayer. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(4), 362–388. <https://doi.org/10.1521/jscp.2008.27.4.362>
- Fisher, H. E., Xu, X., Aron, A., & Brown, L. L. (2022). Intense, Passionate, Romantic Love: A Natural Addiction? How The Fields That Investigate Romance and Substance Abuse Can Inform Each Other. *Frontiers in Psychology*, 7, 687. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00687>
- Frederick, S., & Loewenstein, G. (1999). *Hedonic Adaptation* (D. Kahneman, E. Diener, & N. B. T.-W. T. Foundations of Hedonic Psychology Schwarz, Eds.; pp. 302–329). Russell Sage Foundation.
- Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (2017). The Natural Principles of Love. *Journal of Family Theory & Review*, 9(1), 7–26. <https://doi.org/10.1111/jftr.12182>
- Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *The Seven Principles for Making Marriage Work*. Crown Publishers.
- Graham, J. M. (2011). Measuring Love in Romantic Relationships: A Meta-Analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(6), 748–771. <https://doi.org/10.1177/0265407510389126>
- Hamka, B. (2015). *Tafsir Al-Azhar* (Vol. 7). Pustaka Nasional Pte Ltd.
- Hasanah, U. (2021). Konsep Keluarga Sakinah dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik). *Jurnal Kajian Al-Qur'an dan Tafsir*, 6(1), 45–60.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. S. (1989). Research on Love: Does it Measure Up? *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(5), 784–794. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.5.784>
- Ibn Asyur, M. T. (1984). *Tafsir Al-Tahrir wa Al-Tanwir* (Vol. 21). Al-Dar Al-Tunisiyyah.
- Ibn Katsir, I. U. (2004). *Tafsir Al-Qur'an Al-'Azhim* (Vol. 6). Dar Thayyibah.
- Ibn Manzur, M. (1414). *Lisan Al-'Arab*. Dar Shadir.
- Johnson, S. M. (2004). *The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy: Creating Connection* (2nd ed.). Brunner-Routledge.
- Karimah, N. (2022). Relasi Teori cinta Sternberg dengan Konsep Perkawinan dalam Islam. *Jurnal Bimbingan DAN Konseling Islam*, 12(2), 118–134.
- Kaur, R., & Kaur, N. (2016). Validation of Sternberg's Triangular Theory of Love in Indian Context.

- 570 *Mengintegrasikan Segitiga Tali Temali Perkawinan Perspektif Qs. Ar-Rum: 21 dan Teori Cinta Robert Sternberg - Sony Pranata, Komarudin Sassi*
DOI: <https://doi.org/10.31004/edukatif.v8i3.9096>
- International Journal of Applied Research*, 2(1), 263–266.
- Kusuma, D. A., Uyun, Q., & Fitriyati, U. (2022). Religiosity, Forgiveness, and Marital Satisfaction among Muslim Couples in Indonesia. *Jurnal Psikologi Islam*, 9(1), 1–15. <https://doi.org/10.30868/im.v9i01.1234>
- Lachmar, E. M., Eastin, S., & Burr, B. K. (2021). It's Supposed to Change: The Role of Implicit Theories of Relationships in Marital Satisfaction. *Journal of Marital and Family Therapy*, 47(4), 986–1001. <https://doi.org/10.1111/jmft.12489>
- Lambert, N. M., Mulder, S., & Fincham, F. D. (2022). Positive Relationship Behaviors and Marital Quality Over Time. *Personal Relationships*, 29(1), 91–109. <https://doi.org/10.1111/pere.12408>
- Lane, E. W. (1863). *An Arabic-English Lexicon* (Vol. 3). Williams and Norgate.
- Lavner, J. A., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2022). Does Couples' Communication Predict Subsequent Relationship Outcomes? A Meta-Analytic Review. *Psychological Bulletin*, 148(3–4), 280–312. <https://doi.org/10.1037/bul0000362>
- Lemieux, R., & Hale, J. L. (2002). Cross-Sectional Analysis of Intimacy, Passion, and Commitment: Testing The Assumptions Of Sternberg's Triangular Theory of Love. *Psychological Reports*, 90(3), 1009–1014. <https://doi.org/10.2466/pr0.2002.90.3.1009>
- Mardiati, N., Hambali, A., & Subhan, M. (2021). Integrasi Nilai Islam dalam Konseling Perkawinan: Studi pada Lembaga Konseling Keluarga di Indonesia. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 9(2), 102–114. <https://doi.org/10.29210/147600>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change* (2nd ed.). Guilford Press.
- Mohsen, M. A., Ahmad, M. Z., & Alam, S. S. (2023). Tawakkul, Perceived Stress, and Marital Resilience among Muslim Couples. *Journal of Muslim Mental Health*, 17(2), 33–50. <https://doi.org/10.3998/jmmh.2023.17.2.33>
- Mubarok, A. (2009). *Psikologi Keluarga: dari Keluarga Sakinah Hingga Keluarga Bangsa*. Bina Rena Pariwara.
- Muslim, M. (2005). *Mabahits fi Al-Tafsir Al-Maudhu'i*. Dar Al-Qalam.
- Nashori, F. (2010). *Psikologi Sosial Islami*. Refika Aditama.
- Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. Guilford Press.
- Reis, H. T., & Aron, A. (2008). Love: What is it, Why Does it Matter, and How Does It Operate? *Perspectives on Psychological Science*, 3(1), 80–86. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00061.x>
- RI, M. A. (2022). *Laporan Tahunan Mahkamah Agung Republik Indonesia 2022*. Mahkamah Agung RI.
- Rizwan, M., & Rizvi, S. H. (2014). Adaptation of The Triangular Love Scale in Pakistani Context. *Journal of Pakistan Psychiatric Society*, 11(2), 12–17.
- Setiawan, A., & Muzakki, A. (2023). Integrasi Islam dan Psikologi dalam Bimbingan Perkawinan: Tinjauan literatur. *Jurnal Konseling Religi*, 14(1), 1–22.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Vol. 10). Lentera Hati.
- Sorokowski, P., Sorokowska, A., Karwowski, M., Groyecka, A., Aavik, T., & Akello, G. (2012). Universality of the Triangular Theory of Love: Adaptation and Psychometric Properties of The Triangular Love Scale in 25 countries. *Journal of Sex Research*, 49(6), 1–12. <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.597867>
- Sprecher, S. (1999). "I love you more today than yesterday": Romantic Partners' Perceptions of Changes in Love and Related Affect Over Time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 46–53. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.46>
- Sprecher, S., & Fehr, B. (2005). Compassionate Love for Close Others and Humanity. *Journal of Social and*

- 571 *Mengintegrasikan Segitiga Tali Temali Perkawinan Perspektif Qs. Ar-Rum: 21 dan Teori Cinta Robert Sternberg - Sony Pranata, Komarudin Sassi*
DOI: <https://doi.org/10.31004/edukatif.v8i3.9096>
- Personal Relationships*, 22(5), 629–651. <https://doi.org/10.1177/0265407505056439>
- Sprecher, S., & Metts, S. (2013). Perpetuation of Romantic Beliefs: Relationship Quality, Gender, and Relationship Duration. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(6), 725–742.
<https://doi.org/10.1177/0265407513477687>
- Statistik, B. P. (2023). *Statistik Perkawinan dan Perceraian Indonesia 2022*. BPS.
- Sternberg, R. J. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*, 93(2), 119–135.
<https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119>
- Sternberg, R. J. (2019). A theory of Adaptive Intelligence and Its Relation to General Intelligence. *Journal of Intelligence*, 7(4), 23. <https://doi.org/10.3390/jintelligence7040023>
- Uyun, Q., Jaufalaily, N., & Rinasti, A. N. (2020). The Effect of Repentance Therapy Based on Islamic Values to Increase Psychological Well-Being Among Clients at An Islamic Boarding School in Indonesia. *Mental Health, Religion & Culture*, 23(2), 163–175. <https://doi.org/10.1080/13674676.2020.1739680>
- Waite, L. J., & Gallagher, M. (2000). *The Case for Marriage: Why Married People Are Happier, Healthier, and Better Off Financially*. Doubleday.
- Xu, X., Aron, A., Fisher, H. E., Li, X., & Brown, L. L. (2021). An FMRI Study of Long-Term Marriage with Romantic Love. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 15, 634470.
<https://doi.org/10.3389/fnbeh.2021.634470>