

Pengurusan Krisis Rumah Tangga dalam Mencapai Kesejahteraan

(Family Crisis Management in Achieving Well-being)

Abdul Rashid Abdul Aziz^{1*} , Nurun Najihah Musa²

¹Fakulti Kepimpinan dan Pengurusan, Universiti Sains Islam Malaysia (USIM), 71800 Bandar Baru Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia.

Email: rashid@usim.edu.my

²Fakulti Kepimpinan dan Pengurusan, Universiti Sains Islam Malaysia (USIM), 71800 Bandar Baru Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia.

Email: nurunmusa98@gmail.com

ABSTRAK

CORRESPONDING

AUTHOR (*):

Abdul Rashid Abdul Aziz
(rashid@usim.edu.my)

KATA KUNCI:

Strategi daya tindak
Krisis rumah tangga
Kesejahteraan holistik

KEYWORDS:

Coping strategies
Family crisis
Holistic wellbeing

CITATION:

Abdul Rashid Abdul Aziz & Nurun Najihah Musa. (2023). Pengurusan Krisis Rumah Tangga dalam Mencapai Kesejahteraan. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 8(1), e002168. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v8i1.2168>

Saban tahun, isu-isu membabitkan masalah institusi kekeluargaan di Malaysia semakin meningkat. Institusi rumah tangga dilihat semakin goyah dan hampir musnah. Ini kerana konflik rumah tangga yang gagal diselesaikan oleh ahlinya. Bahkan, kes perceraian, keganasan rumah tangga dan penderaan kanak-kanak dilihat merekodkan kenaikan luar biasa pada tahun 2020. Kesejahteraan keluarga merupakan elemen paling penting dalam kehidupan manusia. Dalam mencapai kesejahteraan keluarga yang holistik, individu perlu bijak dan cekap dalam aspek pengurusan krisis rumah tangga. Terdapat pelbagai aspek yang perlu dikaji dalam aspek pengurusan krisis rumah tangga bagi mencapai kesejahteraan holistik. Objektif kajian ini adalah mengenal pasti mekanisme daya tindak terpilih dalam aspek pengurusan krisis rumah tangga bagi mencapai kesejahteraan. Metod kajian ini adalah berdasarkan kajian kualitatif melalui reka bentuk kajian skop (*scoping review*). Sebanyak 50 artikel telah dijumpai dan dipilih dari EBSCO-Host, pangkalan data universiti bermula dari tahun 2010 hingga Disember 2022. Melalui Teori Transaksional Tekanan dan Daya Tindak yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984), pemahaman terhadap strategi daya tindak dalam mengatasi krisis rumah tangga dapat dihuraikan secara terperinci. Hasil kajian mendapati bahawa terdapat 5 strategi daya tindak yang membantu krisis rumah tangga iaitu komunikasi berkesan (*effective communication*), regulasi emosi (*emotional regulation*), konsep keagamaan (*religious concept*), sistem sokongan bernilai (*good support system*) dan kepercayaan pasangan (*interpersonal trust*). Justeru, amatlah penting bagi setiap pasangan untuk menguasai kesemua strategi daya tindak ini agar krisis rumah tangga dapat ditangani dan seterusnya memacu kesejahteraan holistik dalam membina rumah tangga yang Sakinah (ketenangan), Mawaddah (kasih sayang) dan Rahmah (belas ihsan).

ABSTRACT

Recently, issues regarding family crisis in Malaysia are showing an increasing trend. Most families are seen to be easily vulnerable. This is because the conflicts in the family fail to be resolved by its members. In fact, cases of divorce, domestic violence and child abuse are showing an extraordinary rise in 2020. Family well-being is the most important element in human life. In achieving holistic family well-being, individuals need to be wise and efficient in the aspect of family crisis management. There are various aspects that need to be investigated in the aspect of family crisis management in order to achieve holistic well-being. The objective of this study is to identify selected coping strategies in the aspect of family crisis management to achieve well-being. This is a qualitative study using a scoping review design. A total of 50 articles were found and selected from EBSCO-Host, a university database starting from 2010 till December 2022. Based on the Transactional Theory of Stress and Coping presented by Lazarus and Folkman (1984), an understanding of coping strategies in overcoming family crises can be described in detail. The results of the study found that there are five coping strategies that help in family crisis, which are effective communication, emotional regulation, religious concept, good support system and interpersonal trust. Thus, it is very important for every couple to master all these coping strategies in facing the crisis to achieve holistic well-being and family that is Sakinah (peace), Mawaddah (love) and Rahmah (grace).

Sumbangan/Keaslian: Kajian ini telah menyumbang kepada pengetahuan mengenai mekanisme daya tindak terpilih dalam aspek pengurusan krisis rumah tangga bagi mencapai kesejahteraan.

1. Pengenalan

Kesejahteraan rakyat adalah bermula dari rumah iaitu dalam erti kata lain, ianya bermula dari institusi kekeluargaan. Keluarga dirujuk sebagai satu kelompok sosial yang dicirikan oleh tempat tinggal yang sama, adanya kerjasama ekonomi, melaksanakan fungsi reproduksi di samping mendidik anak-anak (Fatimah, 2016). Keluarga dan perkahwinan merupakan institusi paling asas dalam masyarakat dan sejak dahulu lagi unit keluarga berperanan sebagai sistem sokongan emosi dan fizikal di samping membantu dalam proses perkembangan sosialisasi (Rumaya, Hanina & Sa'odah, 2013). Peranan dalam sesebuah keluarga dilihat melalui hubungan antara sub-sistem yang terdiri daripada suami, isteri, ibu-bapa, adik-beradik, anak yang akan menjadi tunjang dalam dinamik sebuah perkahwinan dan kekeluargaan. Malah, fungsi sesebuah keluarga akan pincang sekiranya terdapat gangguan pada mana-mana sub-sistem tersebut (Rumaya, Hanina & Sa'odah, 2013). Keadaan tidak gembira antara pasangan digambarkan sebagai kelemahan dalam perkahwinan dan mempengaruhi kualiti perkahwinan dan kesejahteraan hubungan suami dan isteri (Saodah, 2002).

Secara takrifnya, kesejahteraan keluarga dirujuk sebagai suatu keadaan keluarga di sesebuah negara yang berada dalam keadaan selamat, sihat, aman, selesa, harmoni dan memuaskan ([Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara-LPPKN, 2019](#)). Keluarga juga secara sinonimnya ialah rumah tangga, dan ia merupakan satu institusi sosial yang mempunyai asas struktur dan ahli kerana keluarga menjadi penentu utama kepada pembentukan sesebuah masyarakat ([Sufean & Jamaluddin, 2004](#)). Keluarga berfungsi dalam membentuk dan menyemai aspek-aspek positif dalam diri individu mahupun pasangan yang seterusnya membentuk kehidupan rumah tangga yang seimbang dari aspek jasmani, emosi, rohani, intelektual dan sosialnya.

Secara fitrahnya, setiap insan mendambakan keluarga yang bahagia dan sejahtera. Walau bagaimanapun, institusi kekeluargaan pasti akan berhadapan dengan konflik. Konflik dalam rumah tangga boleh membawa kepada krisis dan kesan buruk, penyakit, sikap agresif, penderaan dan banyak lagi ([Conoley & Conoley, 2009](#)), manakala konflik kerja dan keluarga (*work-family conflict*) pula membawa kesan utama kepada kesejahteraan di tempat kerja ([Ibrahim et al., 2009](#)). Justeru, pengurusan krisis dan solusi dilihat sebagai peluang untuk sesebuah keluarga berkembang dan keluar dari konflik yang berlaku ([Conoley & Conoley, 2009](#)). Setiap konflik yang dapat diselesaikan akan mewujudkan keseimbangan dalam rumah tangga, dan hal ini menjadi keutamaan dalam pengkajian dan matlamat kepada kaunseling keluarga. Ini juga telah dijelaskan melalui matlamat dalam banyak terapi perkahwinan iaitu untuk membantu keluarga mempraktikkan pengurusan konflik yang baik, memperbaiki lagi sistem interaksi dalam keluarga, seterusnya membuahkan alternatif dan pilihan ke arah solusi konflik ([Varghese, Kirpekar & Loganathan, 2020](#)).

Di Malaysia institusi keluarga dilihat semakin goyah rentetan krisis rumah tangga yang gagal diselesaikan. Hal ini dapat dilihat melalui peningkatan kes dalam isu-isu membabitkan masalah institusi kekeluargaan di Malaysia. Isu-isu seperti kes perceraian, keganasan rumah tangga dan penderaan kanak-kanak di Malaysia merekodkan peningkatan yang luar biasa pada tahun 2020. Hal ini diburukkan lagi dengan penularan wabak COVID-19 di Malaysia dan pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) bagi mengekang pandemik ini. Penutupan sempadan negara, kepadatan penduduk dan masalah kewangan negara dalam mengurus penularan wabak COVID-19 telah mengganggu gugat sistem perkhidmatan di sesebuah negara ([Yu et al., 2021](#)) dan seterusnya mengubah corak kehidupan keluarga. ([Laporan Statistik Perkahwinan dan Perceraian Malaysia, 2020](#)) pada tahun 2020 menunjukkan jumlah perceraian dalam kalangan rakyat negara ini meningkat sebanyak 12 peratus iaitu 56,975 kes perceraian direkodkan pada 2019 berbanding 50,862 pada tahun sebelumnya. Apa yang menyedihkan lagi adalah kira-kira 80 peratus daripada jumlah keseluruhan kes perceraian di negara ini adalah dalam kalangan orang Islam ([Laporan Statistik Perkahwinan dan Perceraian Malaysia, 2020](#)) dan melibatkan golongan B40 seperti peniaga kecil-kecilan, pembantu kedai makan, pekerja kilang dan ada juga yang bekerja sendiri ([Hafiz, 2020](#)).

Selain itu, laporan dari Pertubuhan Kebajikan Wanita ([Woman Aid Organization, 2020](#)) pada tahun 2020 menunjukkan permasalahan mengenai keganasan rumah tangga yang dikumpulkan menerusi talian perkhidmatan WAO meningkat sebanyak 3.4 kali ganda pada Mei 2020 berbanding ketika awal PKP dilaksanakan pada Mac 2020. Dalam masa yang sama, tinjauan yang dijalankan oleh [Laporan Indeks Kesejahteraan Keluarga Malaysia \(2020\)](#) mendapati bagi kes penderaan fizikal kanak-kanak sehingga September 2020 sahaja, sebanyak 1,120 kes telah pun dicatatkan berbanding 1,571 kes

keseluruhan pada tahun 2019. Tambahan itu, bagi kes penderaan emosi kanak-kanak pula sebanyak 124 kes dicatatkan pada tahun 2018, diikuti 113 kes pada tahun 2019 dan meningkat kepada 131 kes sehingga September 2020. Data yang diperolehi pada 2019 dari laporan Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan ([Ministry of Health Malaysia, 2019](#)) juga menunjukkan hampir setengah juta rakyat (2.3 peratus) di negara ini dalam kalangan dewasa didapati mengalami simptom tekanan atau depresi. Berdasarkan tinjauan daripada jumlah ini, majoriti individu yang terkesan adalah individu dalam golongan B40 (2.7 peratus), diikuti oleh golongan M40 (1.7 peratus) dan T20 (0.5 peratus). Kesemua statistik ini tidak harus dipandang enteng. Sekiranya dibiarkan, situasi ini akan menjadi lebih parah yang akan menyumbang kepada lebih banyak masalah individu yang memberi implikasi ke dalam hal ehwal rumah tangga. Justeru, kajian ini dijalankan bagi mengenal pasti mekanisme daya tindak terpilih dalam aspek pengurusan krisis rumah tangga bagi mencapai kesejahteraan.

2. Sorotan Literatur

2.1. Krisis Rumah tangga

Krisis rumah tangga memberi tekanan dalam keluarga dan boleh mempengaruhi hubungan di antara ahli keluarga terutama suami dan isteri. Konflik merupakan perkara yang biasa terjadi dalam sesuatu perhubungan. Apabila konflik dalam hubungan berterusan, ia mewujudkan krisis dan membawa bersama tekanan yang boleh menjejaskan kesihatan dan kesejahteraan keluarga. Konflik bermaksud keadaan tegang dalam sesuatu situasi yang disebabkan oleh sesuatu masalah yang serius sehingga menimbulkan kekacauan atau keributan ([Kamus Dewan Bahasa dan Pustaka, 2014](#)). [Haliza \(2012\)](#) pula mentakrifkan krisis atau konflik rumah tangga sebagai keadaan tidak tenteram atau tidak stabil yang berlaku di dalam sesebuah rumah tangga akibat daripada faktor-faktor tertentu yang akhirnya boleh membawa kepada masalah penderaan, keganasan dan akhirnya berlaku perceraian. Konflik biasanya dimanifestasikan sebagai pergaduhan, kemarahan, pencerobohan, kekerasan, atau kebencian ([Igbo et al., 2015](#)).

Konflik dalam perhubungan tidak selalunya perkara yang buruk. Dalam pandangan berbeza, [Nurul Naimah dan Mohd Yusri \(2018\)](#) menyatakan konflik boleh menjadi sesuatu yang positif kerana ia dapat menggalakkan individu untuk memahami punca dan jalan penyelesaiannya. Ia juga boleh menjana penyelesaian kreatif kepada masalah. Keluarga yang berjaya mengatasi konflik dapat memperbaiki hubungan tersebut dan bebas dari sebarang tekanan. Hubungan di antara ahli keluarga akan menjadi lebih rapat.

Namun begitu, krisis yang tidak dapat diselesaikan dengan baik menjadi punca kepada perceraian dan keruntuhan institusi keluarga. Hasil pendedahan kepada krisis boleh menyebabkan seseorang mengalami penyakit kronik yang berkaitan dengan tekanan, seperti sakit kepala dan sakit belakang atau leher ([Hannibal & Bishop, 2014](#)). Keadaan ini dilihat sebagai sesuatu yang buruk yang boleh mengganggu gugat aspek kesejahteraan keluarga. Oleh itu, tekanan perlu diuruskan dengan baik agar tidak mengganggu kualiti hidup ([Abdul Rashid, 2020](#)). [Nurul Naimah dan Mohd Yusri \(2018\)](#) menekankan peri pentingnya bagi keluarga memahami dengan jelas maksud tekanan, punca kepada tekanan dan strategi untuk tindak balas kepada tekanan tersebut. Bahkan, implikasi yang berlaku dalam rumah tangga mengakibatkan keadaan tidak tenteram atau tidak stabil dalam rumah tangga seperti masalah penderaan, keganasan dan

akhirnya jika tidak dapat dibendung boleh membawa perceraian yang sudah pasti memberi kesan terhadap banyak pihak (Kurniawati, 2013). Dalam perbincangan lain kajian Cunningham dan Thornton (2006) mendapati kelemahan kualiti perkahwinan ibu bapa akan mempengaruhi dan membentuk sikap anak-anak ketika dewasa seperti seks sebelum kahwin, bersekedudukan, perceraian dan hidup bersendirian tanpa berkahwin. Ini menunjukkan krisis rumah tangga tidak membawa kesan hanya kepada pasangan yang berkahwin, malah akan menjejaskan anak-anak untuk satu tempoh yang lama. Krisis rumah tangga yang tidak diurus dengan baik sehingga membawa perceraian juga membuatkan pasangan tidak mencapai matlamat perkahwinan yang sebenar di dalam Islam.

Umumnya, krisis yang tidak diurus dengan baik akan memberi kesan terhadap keluarga, kesihatan mental dan fizikal. Hal ini juga akan menyebabkan banyak hasil negatif termasuk perceraian dan hubungan yang porak peranda dalam rumah tangga (Abe Sophian et al., 2014). Konflik wujud dalam tiga persepsi (Mohd Foad, 2005; Mohd Kiram et al., 2017). Persepsi pertama bahawa konflik ialah sesuatu yang boleh mendatangkan mudarat dan perkara yang negatif. Persepsi kedua melihat konflik sebagai suatu keadaan yang tidak dapat dielakkan dan perlu ditangani dengan bijak serta perlu melihat dari perspektif positif. Persepsi ketiga pula bahawa konflik dapat menjadikan seseorang atau kumpulan tersebut lebih imaginatif, kreatif dan inovatif. Menurut Yulianti (2018), keluarga yang mengamalkan pergaulan yang baik akan menghasilkan kedamaian dan ketenangan dalam rumah tangga. Konflik rumah tangga sering terjadi dalam tempoh perkahwinan antara satu hingga sepuluh tahun (Anjani & Suryanto, 2006). Tempoh perkahwinan antara satu hingga sepuluh tahun sering terjadinya perceraian disebabkan oleh kurangnya 1) keserasian antara pasangan, 2) kemampuan komunikasi, serta 3) kemahiran dalam mengurus konflik (Hendrati, 2010).

Iman et al. (2015) telah menjalankan satu kajian berkaitan tekanan kewangan, pengurusan kewangan dan kesejahteraan dalam kalangan keluarga muda. Keluarga muda sering mengalami masalah kewangan yang mana menjadi sumber konflik antara suami dan isteri. Keluarga muda yang menghadapi tekanan ekonomi dapat diatasi dengan mengurus kewangan dengan baik agar tidak menjejaskan kesejahteraan keluarga. Kajian yang dijalankan melibatkan 120 sampel keluarga muda dengan usia maksimum suami adalah 30 tahun dan sekurang-kurangnya mempunyai seorang anak di bawah umur enam tahun ini juga telah menggunakan reka bentuk keratan rentas serta menggunakan persampelan rawak berstrata di dua daerah di Kecamatan Cipayung, Kota Depok, Jawa Barat. Hasil kajian menggunakan analisis regresi mendapati bahawa pengurusan kewangan mempengaruhi kesejahteraan keluarga secara positif. Sebaliknya, tekanan ekonomi mempengaruhi kesejahteraan keluarga secara negatif.

2.2. Pengurusan Krisis

Konflik bermaksud perselisihan atau pertentangan antara individu, idea, kepentingan, dan lain-lain. Manakala krisis bermaksud keadaan tidak stabil atau tidak tenteram yang boleh terjadi secara tiba-tiba menyebabkan sesuatu kejadian atau keadaan yg lazimnya mendatangkan kesan buruk (Kamus Dewan Pustaka dan Bahasa, 2014). Konflik merupakan sesuatu yang normal dan tidak dapat dielakkan dalam kehidupan. Namun, Pfaltzgraff dan Robert (2008) menyebut bahawa krisis merupakan puncak kepada sesuatu konflik. Maka dapat difahami bahawa konflik yang berterusan dan kerap berlaku akan menjadi krisis yang besar dalam rumah tangga. Kiram et al. (2017) mendefinisikan pengurusan krisis adalah tindakan untuk mencari jalan keluar bagi

menyelesaikan konflik. Menurut Bakar (2015), terdapat tiga strategi krisis yang utama iaitu strategi mengelak, strategi bekerjasama, dan strategi menyerang.

2.2.1. Strategi mengelak

Strategi mengelak krisis adalah apabila individu dengan pasangan akan mengelak daripada berbicara secara terbuka. Berens (2000) menyatakan bahawa strategi mengelak merangkumi memandang remeh akan sesuatu perkara dan juga merubah topik mengenai sesuatu perkara agar tidak terus dibincangkan untuk mengelak dari berlaku sebarang konflik. Strategi konflik mengelak ini juga dinyatakan sebagai bersikap patuh, bersetuju tanpa syarat, menyerah, dan mencuba untuk menamatkan perbincangan.

2.2.2. Strategi bekerjasama

Krisis bekerjasama pula adalah tindak balas seseorang terhadap krisis di dalam keluarga dan menggunakan komunikasi secara aktif dan positif sebagai strategi mengurus krisis dengan pihak yang terlibat.

2.2.3. Strategi menyerang

Manakala strategi krisis menyerang adalah komunikasi dilontarkan dengan cara marah atau menentang orang lain, atau dengan sesiapa yang mereka berkecemasan. Strategi ini banyak digunakan oleh remaja Barat kepada ibu bapa untuk membantah peraturan dan tindakan yang dikenakan terhadap mereka. Bahkan strategi ini dikatakan normal kerana mereka menganggap remaja wajar dan mempunyai hak untuk memberontak (Bakar, 2015).

Pengurusan krisis yang baik akan mencetuskan kesejahteraan dalam keluarga. Ini dikupas oleh Amran, Fatimah dan Khadijah (2012) yang berpendapat bahawa kesejahteraan keluarga boleh dicapai dengan memastikan sesebuah keluarga itu terhindar daripada sebarang gejala sosial, mampu membuat keputusan secara positif, dapat mencari nafkah dengan baik dan tidak dibelenggu dengan masalah perceraian. Penjagaan kesihatan dalaman dan luaran seharusnya perlu dititik beratkan agar berada dalam keadaan yang baik dan sihat. Hal ini kerana, tahap kesihatan yang baik dapat menggalakkan individu melakukan aktiviti seharian dengan lancar serta kehidupan dapat terisi dengan aktiviti bermanfaat dan menimbulkan kepuasan dalam diri individu tersebut. Selain itu, Amran, Fatimah dan Khadijah (2012) turut menyatakan bahawa penjagaan kesihatan yang baik merupakan kesinambungan dalam mewujudkan sebuah komuniti yang harmoni dan sejahtera, sekali gus melahirkan masyarakat yang seimbang dari aspek pembangunan jasmani, rohani, emosi, sosial dan kognitif.

2.3. Strategi Daya Tindak

Dalam diri setiap individu yang mempunyai pelbagai tanggungjawab dan peranan termasuklah sebagai suami, isteri, anak dan semestinya individu tersebut tidak boleh lari dari berdepan dengan pelbagai bentuk tekanan. Secara amnya, strategi daya tindak dapat dibahagikan kepada dua konteks yang berbeza sama ada ianya mencetuskan individu untuk mendekati masalah atau mengatur reaksi emosi yang timbul dari cabaran yang dihadapi (Andersson & Willebrand 2003). Dua konteks strategi daya tindak ini banyak dibahaskan dalam teori kajian-kajian terdahulu oleh pelbagai sarjana

dengan menggunakan pelbagai istilah yang berbeza. Antara teori yang seringkali digunakan dalam membincangkan strategi daya tindak adalah kerangka konsep dan teori yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984). Dalam menerangkan stres sebagai satu proses yang dinamik, Lazarus dan Folkman (1984) seterusnya telah membangunkan kerangka konsep yang dinamakan sebagai '*transactional theory of stress and coping*- TTSC' (Lazarus & Folkman, 1984). Teori ini amatlah relevan dalam membincangkan strategi daya tindak bagi pasangan perkahwinan kerana ia banyak dikupas dalam konteks konflik dan tekanan rumah tangga berdasarkan kajian-kajian lepas (Grandey & Cropanzano, 1999; Hoobler et al., 2010; Marika et al., 2011).

Di dalam teori TTSC ini, Lazarus dan Folkman (1984) telah menerangkan bahawa strategi daya tindak dicetuskan oleh penilaian utama (*primary appraisal*) yang dilakukan oleh individu yang mengalami stres. Penilaian utama ini memerlukan individu untuk menilai sama ada stres itu dianggap sebagai mengancam (*threatening*), mencabar (*challenging*) atau tidak relevan (*irrelevant*). Manakala, penilaian sekunder (*secondary appraisal*) pula melibatkan penilaian individu terhadap sumber atau strategi daya tindak yang ada bagi mengatasi segala ancaman yang dihadapi. Kedua-dua penilaian ini membawa kepada pelaksanaan strategi daya tindak. Dalam aspek strategi daya tindak ini, Lazarus dan Folkman (1984) telah mengklasifikasikan strategi daya tindak kepada dua aspek iaitu strategi berfokuskan masalah dan strategi berfokuskan emosi.

2.4. Strategi berfokuskan masalah (*problem focused coping*)

Strategi berfokuskan masalah ditakrifkan sebagai strategi yang melibatkan tingkah laku di mana ianya merangkumi strategi seperti mendapatkan bantuan dan mengambil tindakan langsung terhadap situasi yang mencabar. Strategi berfokuskan masalah ini tertumpu kepada mengkaji permasalahan, merancang, menghasilkan penyelesaian alternatif, membuat pertimbangan terhadap penyelesaian alternatif dari segi kebaikan dan faedah, memilih dan melaksanakan alternatif tersebut. Justeru, strategi berfokuskan masalah ini dilihat berkesan dalam menguruskan tekanan yang boleh diubah seperti konflik dalam hubungan, terutamanya hubungan dalam keluarga atau mengurangkan kesan negatif stres terhadap kesihatan dan kesejahteraan individu (Aryee et al., 1999; Carver, Scheier, & Weintraub, 1989; Folkman & Moskowitz, 2004; Penley, Tomaka, & Wiebe, 2002).

Di samping itu, terdapat tiga mekanisme strategi berfokuskan masalah iaitu konfrontasi, kompromi dan isolasi. Konfrontasi adalah cara seseorang untuk menyelesaikan masalah dengan agresif yang menggambarkan kemarahan. Seterusnya, kompromi adalah cara di mana seseorang ingin mengubah keadaan secara baik iaitu dengan meminta bantuan ahli keluarga terdekat atau rakan untuk menyelesaikan masalah manakala isolasi pula adalah cara seseorang untuk mengelakkan diri daripada terlibat dengan masalah ataupun tidak mengambil tahu akan masalah tersebut (Maryam, 2017). Menurut Gurjot Kaur (2017) menyatakan bahawa seseorang mudah mengalami stres jika kurang menggunakan strategi daya tindak berfokuskan masalah dalam kehidupannya.

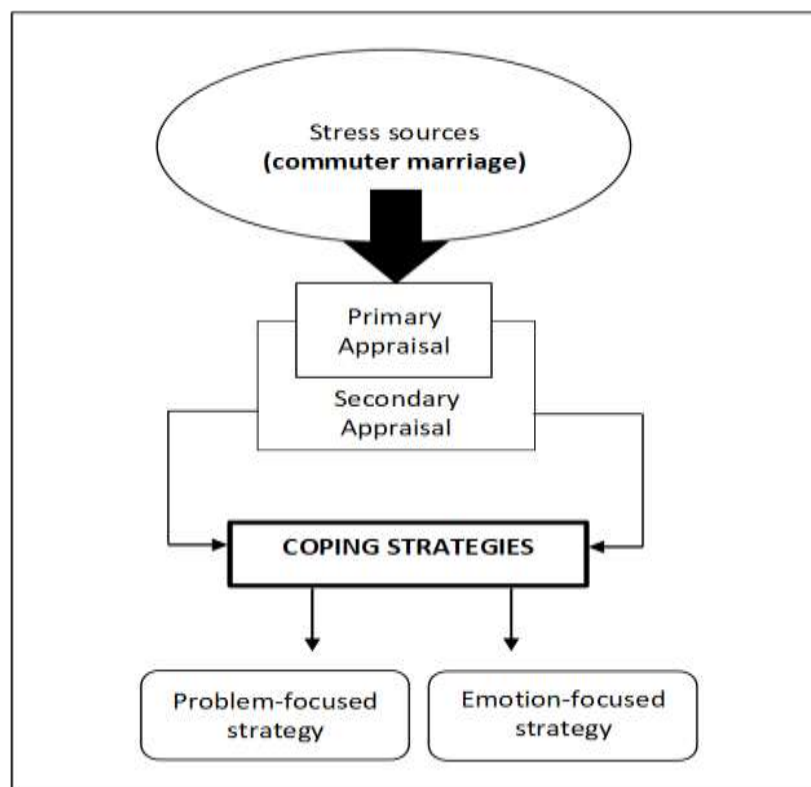
2.5. Strategi berfokuskan emosi (*emotion focused coping*)

Strategi berfokuskan emosi adalah proses kognitif yang terdiri dari pemikiran positif dan ekspresi emosi yang bertujuan untuk beradaptasi dengan keadaan yang tertekan. Ia merupakan strategi yang dapat mengurangkan stres. Ia juga digunakan apabila tiada perubahan yang boleh dilakukan terhadap stres yang berlaku dan sering digunakan

dalam situasi stres di mana seseorang tidak dapat mengubah keadaan persekitaran yang berlaku. Strategi berfokuskan emosi merangkumi penumpuan terpilih (*selective attention*) di mana individu sengaja menumpukan perhatian pada aspek-aspek tertentu yang berkaitan atau tidak berkaitan dengan masalahnya, perbandingan positif dan perlakuan menjauhi atau mengurangkan stres (Lazarus & Folkman, 1984). Strategi berfokuskan emosi ini dilihat meningkatkan tahap penyelesaian individu dalam berdepan dengan stres berbanding fungsinya dalam mengurangkan stres (DeGraff & Schaffer, 2008), dan ianya terbukti kurang berkesan dalam mengurangkan tekanan jika dibandingkan dengan strategi berfokuskan masalah (Penley et al., 2002).

Penerangan lebih lanjut berhubung konsep strategi daya tindak yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984) ini dapat dilihat dalam Rajah 1 seperti yang dinyatakan di bawah.

Rajah 1: Konsep Strategi Daya Tindak



Daya tindak dapat mengurangkan perasaan negatif yang disebabkan oleh peristiwa-peristiwa yang membuatkan seseorang stres. Seseorang perlu mengetahui tentang mekanisme daya tindak kerana ia dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologi (Alharbi & Smith, 2019; Ferlis Bullare, Lin & Wider, 2016; Williams & Smith, 2018). Kajian Nuraihan Firdaus et al. (2016) berkaitan pengaruh personaliti terhadap daya tindak dalam perkahwinan merujuk kepada strategi daya tindak bagi pasangan yang telah berkahwin. Dalam sebuah perhubungan adalah penting bagi pasangan untuk menangani tekanan. Kajian tersebut juga turut membincangkan tentang potensi pengaruh personaliti perfeksionisme terhadap daya tindak dalam konteks perkahwinan. Berdasarkan kajian lepas, terdapat hubung kait personaliti perfeksionisme dan daya tindak individu. Hasil kajian ini menunjukkan bahawa seseorang yang mempunyai personaliti perfeksionisme positif dapat menyelesaikan masalah serta mampu

berkomunikasi secara konstruktif dengan pasangan berbanding seseorang yang mempunyai personaliti perfeksionisme maladaptif.

Di samping itu, kajian [Nur Saadah dan Hilwa \(2015\)](#) mendapati bahawa responden hanya mengamalkan strategi daya tindak berfokus emosi sahaja yang mana lebih cenderung untuk bertindak secara emosi berbanding mencuba untuk menyelesaikan sesuatu masalah. Kajian ini mendapati bahawa keempat-empat jenis daya tindak fokus emosi diamalkan oleh responden iaitu sokongan sosial, penilaian semula negatif, kawalan diri dan penerimaan tanggungjawab. Sokongan sosial yang diperlukan pula adalah sokongan emosi dan kewangan sama ada dari ahli keluarga atau jiran terdekat. Rata-rata responden kajian ini mengatakan bahawa mereka lebih berharap agar ahli keluarga yang memahami dan membantu mereka berbanding jiran terdekat apabila ditimpa masalah. Tekanan yang dialami akan sedikit reda apabila ahli keluarga sendiri yang membantu dan memahami mereka sama ada dari aspek emosi mahupun aspek kewangan.

3. Metod Kajian

Kajian ini merupakan kajian kualitatif dengan menggunakan reka bentuk kajian skop atau *scoping review*. Analisis kajian skop melibatkan proses yang dirancang untuk menyatukan data mentah ke dalam kategori atau tema berdasarkan kesimpulan dan tafsiran yang sah. Proses ini menggunakan penaakulan induktif, di mana tema dan kategori muncul dari data melalui pemeriksaan teliti dan perbandingan berterusan penyelidik. Menjana konsep atau pemboleh ubah dari teori atau kajian terdahulu juga sangat berguna untuk kualitatif penyelidikan, terutamanya pada permulaan analisis data ([Berg, 2001](#)).

Pendekatan kajian skop ini adalah berdasarkan 5 kerangka analisis daripada [Arksey dan O'Malley's \(2005\)](#) yang terdiri daripada 6 langkah iaitu; (1) mengenal pasti persoalan kajian, (2) mengenal pasti kajian yang relevan, (3) pemilihan kajian, (4) memetakan data, dan (5) menyusun, meringkaskan dan melaporkan hasil berdasarkan tema dan kategori kajian, dan akhir sekali (6) menjalankan konsultasi. Di peringkat akhir ini, panel pakar telah dijemput oleh penyelidik untuk memberikan pandangan dan maklum balas tentang dapatan kajian serta mengesahkan dapatan tersebut dari perspektif pendekatan kajian skop ([Sucharew & Macaluso, 2019](#)). Tujuan utama adalah untuk mengenal pasti tema atau kategori penting dalam kajian skop untuk memberikan gambaran sebenar tentang realiti sosial yang dibuat oleh tema/ kategori.

Dalam kajian ini, 50 artikel yang menumpukan kepada isu strategi daya tindak terhadap krisis rumah tangga dipilih untuk dianalisis. Artikel-artikel terpilih diperoleh daripada pangkalan data universiti iaitu *Academic Search Premier@EBSCOhost* yang diterbitkan bermula dari tahun 2010 sehingga Disember 2022. Malah artikel yang relevan dan signifikan dari tahun sebelumnya juga diambil kira. Pengkaji menggunakan kata kunci berikut iaitu strategi daya tindak balas, krisis rumah tangga dan kesejahteraan. Selain itu, pengkaji juga mengenal pasti kata atau frasa lain yang muncul seperti kesejahteraan individu dan menganalisis makna di sebalik setiap satu konsep untuk lebih memahami isu yang dibincangkan. Hanya artikel yang berbentuk akademik dan mempunyai rujukan serta artikel yang telah dinilai oleh pengkaji lain secara ilmiah dipilih dalam kajian ini. Bagi memastikan kebolehpercayaan dan kredibiliti hasil kajian, pengkaji menilai data yang diperoleh dengan mengenal pasti sama ada terdapat persamaan dan perbezaan antara kategori yang terhasil. Artikel yang berbentuk prosiding, tidak lengkap, tidak

boleh dimuat turun dan tidak berkaitan dengan skop kajian tidak akan dipilih. Ini dilakukan dengan membaca, menganalisis dan menstrukturkan kandungan yang relevan mengikut topik kajian literatur. Seterusnya, hubung kait antara cadangan atau topik kajian literatur dengan penyelidikan terdahulu dilakukan. Artikel pilihan kemudian dianalisis dan dikategorikan mengikut skop kajian bagi mendapatkan pemahaman yang lebih, mengenai isu berkaitan strategi daya tindak dan pengurusan krisis rumah tangga dalam memacu kesejahteraan.

4. Hasil Kajian dan Perbincangan

Krisis rumah tangga adalah sesuatu yang tidak dapat dielakkan, namun ia perlu diuruskan dan ditangani dengan baik. Hasilnya, bukan sahaja dapat memberi kesan positif antara pasangan, malah ia dapat mengeratkan hubungan yang kuat antara suami isteri (Bammeke & Eshiet, 2018). Pasangan juga perlu bijak memilih pendekatan atau mekanisme yang sesuai bagi mengenal pasti konflik yang berlaku dalam rumah tangga. Justeru itu, antara usaha yang boleh dilaksanakan bagi menangani suatu konflik dalam rumah tangga ialah melalui perbincangan antara suami isteri (Fadilah, 2016).

Rajah 2 menunjukkan gambaran secara menyeluruh berkaitan punca krisis rumah tangga yang sering berlaku dan cara untuk menguruskannya dalam mengelakkan perceraian. Rajah tersebut menunjukkan krisis yang sering berlaku dalam institusi keluarga seperti konflik dalaman dan luaran, keganasan rumah tangga, stres dan kesihatan mental, impak wabak COVID-19, kewangan, dadah dan lain-lain. Krisis tersebut dapat membawa kepada tekanan psikologi seterusnya perceraian sekiranya ia tidak ditangani. Antara cara untuk menguruskan krisis rumah tangga adalah dengan menggunakan komunikasi berkesan (*effective communication*), konsep keagamaan (*religious concept*), sistem sokongan bernilai (*good support system*), kepercayaan pasangan (*interpersonal trust*), dan regulasi emosi (*emotional regulation*). Melalui pengurusan krisis yang tepat akan membawa kepada kesejahteraan keluarga.

Rajah 2: Pengurusan krisis rumah tangga



4.1. Komunikasi Berkesan (*Effective Communication*)

Penyelesaian konflik rumah tangga yang berkesan adalah dengan komunikasi (Nuraini & Marziah, 2021). Menurut Ninawati (2018) aspek komunikasi dapat mencapai dan membentuk sebuah keluarga yang sakinah (ketenangan), mawaddah (kasih sayang) dan rahmah (belas ihsan). Sehubungan itu, aspek komunikasi perlu diberi perhatian yang serius oleh pasangan suami isteri dalam memastikan keharmonian dan kesejahteraan rumah tangga. Konflik boleh berlaku sekiranya aspek komunikasi diabaikan dan ini boleh mengganggu keharmonian rumah tangga malah boleh menjurus kepada perceraian (Mariam et al., 2020). Komunikasi positif mampu memperkukuhkan institusi perkahwinan serta dapat mengeratkan hubungan suami isteri, misalnya dengan berjenaka akan membantu dalam menyelesaikan konflik (Suzana et al., 2020).

Selain itu, pasangan yang mempunyai komunikasi yang baik dapat mengurangkan tekanan, di samping dapat meningkatkan keharmonian dalam hubungan (Ledermann et al., 2010). Menurut Luthfi (2017), komunikasi interpersonal dapat memberi ruang yang baik antara pasangan untuk berbincang dan berkongsi pendapat dalam menguruskan konflik. Komunikasi yang berkesan dalam sesuatu perkahwinan menjadi landasan bagi perkongsian pendapat dan luahan perasaan antara pasangan. Namun begitu, tidak dapat dinafikan bahawa hubungan antara pasangan boleh menjadi renggang sekiranya komunikasi tidak wujud dan pasangan tidak memahami pandangan antara satu sama lain (Hasim et al., 2015). Menurut Cherni (2013), komunikasi yang tidak baik akan menyebabkan salah faham serta mengundang pelbagai krisis rumah tangga. Pertuturan yang baik akan mempengaruhi pengurusan krisis rumah tangga seperti penggunaan kata-kata manis dan pujuk rayu (Aini et al., 2019). Hubungan kasih sayang antara suami isteri dapat dizahirkan melalui perbuatan dan perkataan yang menggembirakan keduanya (Hariyati, 2013).

Tahap perhubungan sesebuah keluarga dapat dilihat melalui komunikasi sesama ahli keluarga. Keluarga yang mengamalkan sikap keterbukaan dalam komunikasi dengan anak-anak akan lebih kerap berinteraksi antara satu sama lain. Bentuk komunikasi tersebut menunjukkan adanya perbincangan di antara ahli keluarga dan mengambil kira pandangan serta pendapat ahli keluarga yang lain ketika membuat keputusan. Tambahan itu, komunikasi boleh berlaku dengan menggalakkan anak-anak untuk meluahkan idea, menyatakan emosi dan menjadikan komunikasi sebagai rutin harian yang membawa keseronokan serta mengeratkan ikatan kekeluargaan (Che Hasniza & Fatimah, 2011). Oleh itu, dapat dilihat elemen komunikasi berkesan ini amat penting dalam menguruskan krisis dan mencapai kesejahteraan keluarga. Komunikasi bersilang, halangan komunikasi dan komunikasi negatif perlu dielakkan bagi memburukkan suasana krisis. Faktor yang dapat meningkatkan komunikasi berkesan perlu dipelajari oleh pasangan dalam meningkatkan ilmu serta kemahiran berkomunikasi dengan baik. Krisis rumah tangga yang mendapat naratif yang lebih positif akan mampu dileraikan dan diselesaikan dengan baik.

4.2. Regulasi Emosi (*Emotional Regulation*)

Regulasi emosi merupakan salah satu cara untuk mengawal emosi dengan baik yang mana melibatkan kemahiran pengendalian emosi yang digunakan untuk membantu emosi yang tidak stabil seperti dalam keadaan marah, berhadapan konflik atau perselisihan faham yang berlaku dalam rumah tangga agar dapat ditangani dengan baik (Abdul Rashid, 2021). Dalam erti kata lain, regulasi emosi telah ditakrifkan sebagai

proses di mana individu mempengaruhi emosi diri yang dialami pada sesuatu masa, reaksi apabila individu memiliki emosi tersebut dan bagaimana mereka berhadapan dan mengekspresikan emosi itu (Rusu et al., 2019). Hasil kajian yang dijalankan oleh Shahid dan Kazmi (2016) mendapati bahawa regulasi emosi menjadi faktor utama yang menjamin kepuasan dalam perkahwinan (*marital satisfaction*). Di samping itu, dapatan kajian juga turut mendapati bahawa lelaki dapat menguasai regulasi emosi dengan baik berbanding wanita.

Menurut Eddie Capparucci (2020), regulasi emosi boleh dipraktikkan dalam rumah tangga dengan mempraktikkan prinsip ketara-sedara (*mindful*), mengenal pasti pengalaman trauma (*recognize past traumas*) dan mendapatkan bantuan (*seek guidance*). Setiap pasangan yang melalui kehidupan berumah tangga pasti mengenali pasangan mereka dengan lebih mendalam. Oleh itu, kaedah dalam prinsip ketara-sedar perlu dipraktikkan oleh pasangan dengan tidak melakukan perkara yang tidak disukai pasangan. Contohnya, suami tidak suka dan berasa rimas untuk melihat keadaan rumah yang tidak berkemas. Oleh itu, isteri perlu memastikan rumah sentiasa berkemas dan tidak berselerak. Hal ini dapat mengelak suami dari mudah berasa cepat marah dan lebih tenang dan selesa berada di rumah. Kedua, mengenal pasti pengalaman trauma yang lalu dengan memerhati konflik yang berlaku sebelum ini. Berdasarkan pemerhatian tersebut pasangan perlu bijak untuk mengawal konflik yang berlaku dari menjadi lebih tegang. Misalnya, mengambil langkah untuk berdiam diri seketika dari meneruskan pertengkaran yang mengeruhkan lagi keadaan. Seterusnya, mendapatkan bantuan kaunselor juga dapat memberikan celik akal kepada pasangan untuk mendapatkan konsultasi dari kaunselor bertauliah. Hal ini dapat membantu pasangan untuk mengawal emosi negatif dengan baik seterusnya mengurangkan konflik dalam rumah tangga. Justeru, kesemua elemen ini dapat membantu setiap pasangan berkahwin bijak menguruskan emosi dengan baik dan mencapai kesejahteraan. Hal ini penting dalam memastikan jangka hayat perkahwinan berpanjangan dan berkekalan.

Selain itu, Cherni (2013) berpendapat kematangan berfikir dan mengendalikan emosi adalah saling berkait. Apabila seseorang mampu mengawal emosi maka ia dapat berfikir secara matang dan baik. Dalam perkahwinan, hal ini perlu bagi suami dan isteri dalam menyelesaikan masalah yang melanda dalam rumah tangga secara baik. Hal ini turut disokong oleh Rusu et al. (2019) yang beranggapan bahawa suami isteri perlu mengurangkan jumlah emosi negatif menerusi kematangan kognitif untuk memastikan rumah tangga harmoni dan sejahtera. Oleh itu, pelbagai cara dapat dilakukan seperti mengadakan perbincangan, bertolak ansur dan saling memahami antara satu sama lain (Crespo et al., 2019).

4.3. Konsep Keagamaan (Religious Concept)

Konsep agama antara perkara asas utama (*core*) dalam membantu membina kesejahteraan hidup berkeluarga. Terdapat banyak amalan, konsep dan nilai dalam agama yang membantu dalam menguruskan krisis dengan baik. Antara nilai spiritual yang perlu ada dalam menyelesaikan konflik rumah tangga adalah sifat takwa. Menurut Zulkifli (2022), takwa disimpulkan apabila seseorang itu melakukan *amar ma'ruf* (mengajak kepada kebaikan) dan *nahi munkar* (mencegah kemungkaran) di samping mendekati diri kepada Allah dengan amalan sunat. Takwa juga amat penting apabila jelas dinyatakan bahawa manusia yang paling mulia di sisi Allah adalah yang paling bertakwa. Allah SWT berfirman dalam surah al-Muddathir (ayat 56) yang bermaksud;

“Dia-lah (Allah) yang patut (kita) bertakwa kepada-Nya dan Dia-lah yang berhak memberi keampunan.”

Manakala konsep takwa dalam pernikahan pula adalah dari sudut setiap pasangan suami isteri dalam melaksanakan segala arahan Tuhan dan meninggalkan segala larangannya. Bahkan, Allah menjanjikan jalan keluar terhadap segala kesulitan dan dikurniakan kesenangan dalam kehidupan. Ini berdasarkan firman Allah dalam surah at-Talaq (ayat 2 hingga 3) yang bermaksud;

“Dan sesiapa yang bertakwa kepada Allah, Dia akan menjadikan untuknya (orang yang bertakwa) jalan keluar (dari setiap kesukaran). Serta Dia akan memberikan rezeki kepadanya dari jalan yang tidak disangka-sangka. Dan siapa yang bertawakkal kepada Allah, maka Dia itu mencukupi buat dirinya.”

Ini menunjukkan takwa merupakan salah satu strategi yang baik dalam menguruskan krisis rumah tangga seterusnya mencetus kepada kesejahteraan keluarga. Menurut [Jasmi et al. \(2004\)](#), ibadah solat mempunyai kepentingan yang sangat banyak dalam mendidik anak-anak kepada ketakwaan dan ketaatan kepada perintah Tuhan, disiplin waktu, kebersihan diri, pakaian dan tempat. Solat juga dapat membawa kepada pembersihan diri dari segi jasmaniah dan rohaniah.

Selain dari sifat takwa, sabar juga menjadi nilai penting dalam menghadapi krisis rumah tangga. Sabar adalah menahan diri daripada segala hawa nafsu sehingga terwujudnya sesuatu yang baik ([Yulia, 2020](#)). Manakala sabar menurut [Imam al-Ghazali \(2009\)](#) ialah kuatnya dorongan agama seseorang dalam melawan dan menentang nafsu syahwatnya, apabila manusia mampu melawan dan menentang nafsu syahwatnya maka ia dapat dikatakan sebagai orang yang sabar. Sabar juga menjadi salah satu strategi daya tindak dalam menghadapi masalah hidup. Hal ini dilihat daripada firman Allah dalam surah al-Baqarah (ayat 45 hingga 46) yang bermaksud;

“Jadikanlah sabar dan solat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat kecuali bagi orang-orang yang khusyu, yaitu orang-orang yang meyakini bahwa mereka akan menemui Tuhannya dan bahawa mereka akan kembali kepada-Nya”.

Dari ayat ini, dapat dilihat bahawa sabar boleh diamalkan dalam kehidupan berumah tangga untuk menghadapi krisis yang berlaku. Menurut kajian [Baharudin et al. \(2018\)](#), sabar termasuk nilai-nilai akhlak yang disebutkan oleh peserta kajian bagi menghadapi isu atau krisis dalam perkahwinan. Nilai akhlak seperti sabar bukanlah perkara yang mudah untuk dilakukan, namun jika berjaya dilakukan, ianya akan memberi manfaat dalam perkahwinan tersebut. Setiap manusia pasti ada kelebihan dan kekurangan tersendiri. Oleh itu, sabar dapat mengawal diri kita daripada menzalimi pasangan atau ahli keluarga yang lain.

4.4. Sistem Sokongan Bernilai (Good Support System)

Menurut [Arif et al. \(2021\)](#), sistem sokongan dapat mengukuhkan hubungan kekeluargaan dan kesejahteraan psikologi. Sistem sokongan adalah gabungan antara hubungan sosial, tingkah laku, interaksi emosi dan persepsi seseorang terhadap sikap serta memberi bantuan atau sokongan kepada seseorang yang mempunyai masalah bagi

meningkatkan kesejahteraan psikologi dan fizikal mereka. Keluarga, rakan-rakan dan persekitaran adalah sistem sokongan yang mempunyai perkaitan dengan kesejahteraan psikologi dan fizikal seseorang serta bertindak sebagai penghalang dari berlakunya konflik yang serius (Wang et al., 2010; Schnettler et al., 2013). Hal ini dibuktikan oleh Lopez et al. (2021) yang menyatakan bahawa seseorang yang mendapat sistem sokongan bernilai mampu menangani konflik yang dihadapinya dengan baik. Sistem sokongan bernilai ini dapat diumpamakan sebagai sistem sokongan yang positif dan adil di mana ianya bukan yang negatif serta bukan juga yang bersifat mempengaruhi ke arah keburukan atau berat sebelah.

Di samping itu, sistem sokongan melibatkan pertubuhan, khidmat nasihat, kaunseling, persatuan dan lain-lain perkhidmatan dan badan sukarela yang membantu dalam menyelesaikan konflik keluarga. Di sini, sistem sokongan menyediakan khidmat nasihat dan bantuan khusus kepada keluarga. Banyak badan-badan kerajaan seperti Jabatan Kebajikan Masyarakat (JKM), Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN) dan Jabatan Pembangunan Wanita (JPW) dan badan bukan kerajaan misalnya Yayasan Generasi Malaysia, Persatuan Kesejahteraan Rakyat Malaysia (PKRM) dan Yayasan Salam Malaysia yang wujud untuk meningkatkan kesejahteraan hidup keluarga di Malaysia, termasuklah sokongan daripada ahli keluarga dan faedah kerja yang disediakan oleh pihak majikan (Nawal et al., 2022). Dalam konteks rumah tangga juga, seorang isteri memerlukan sokongan daripada suaminya untuk melaksanakan tugas rumah tangga dengan baik. Hakikatnya, isteri banyak memikul beban kerja di rumah dan tidak mempunyai masa untuk melakukan semua kerja dalam satu masa termasuk mengurus anak-anak (Noor Rahamah, 2012). Ekoran itu, isteri memerlukan sistem sokongan terutamanya daripada suami bagi menjayakan kedua-dua tanggungjawab ini secara seimbang dan berkesan (Mohd Ismail & Bushrah, 2014).

4.5. Kepercayaan Pasangan (*Interpersonal Trust*)

Kecenderungan individu untuk mempercayai individu lain dan kepercayaan individu lain adalah dua aspek penting dalam kepercayaan interpersonal (Zhang, 2021). Kepercayaan (*trust*) ditakrifkan sebagai keyakinan yang diharapkan dalam sesuatu situasi yang membawa kepada kesediaan untuk menerima apa jua hasil atau akibat yang timbul daripada ketidakpastian dan risiko yang wujud (Dietz, 2011; Patent & Searle, 2019). Kepercayaan memainkan peranan penting dalam interaksi interpersonal kehidupan individu (Rotenberg et al., 2005), selain ia dapat meramal tingkah laku individu terhadap individu lain (Yamagishi et al., 2015). Kepercayaan juga secara langsung dan berkait rapat dengan kesejahteraan dan kesihatan individu (Young & McGrath, 2021).

Kepercayaan merupakan salah satu aspek signifikan yang menyumbang kepada kesejahteraan diri dan perhubungan individu. Tanpa adanya hubungan saling percaya, komunikasi antara pasangan menjadi tidak berkesan dan melemahkan hubungan suami isteri yang dibina. Menurut Rahman dan Awang (2004), sifat dan tindak balas pasangan yang menyokong individu dalam situasi sukar boleh meningkatkan tahap keyakinan individu kepada pasangan. Manakala, menurut Holmes (1989) kepercayaan mempunyai kesan yang berkekalan kepada individu di mana kepercayaan yang tinggi akan memberikan kesan positif dalam hubungan rumah tangga. Hubungan yang terjalin dengan kepercayaan membuatkan individu berfikiran positif terhadap pasangannya (Mohsin, 2013). Oleh itu, pasangan tidak akan mudah terpengaruh dengan perkara negatif yang diperkatakan oleh individu lain dan yakin bahawa pasangannya boleh

dipercayai dan menunjukkan perilaku yang konsisten seperti yang diharapkan. Kepercayaan ini berdasarkan kepada pengalaman pasangan dalam menjalani hubungan sebelumnya. Natijahnya, jika krisis berlaku secara berterusan dalam perhubungan pasangan, ia boleh membuatkan individu tersebut mula hilang kepercayaan antara satu sama lain dan akan membawa kepada kurangnya komitmen dalam rumah tangga yang seterusnya membawa kepada keretakan rumah tangga (Wieselquist et al., 1999; Brimhall, Wampler, & Kimball, 2008; Campbell et al., 2010).

5. Kesimpulan

Setiap benda hidup di muka bumi ini melalui proses pembelajaran dan daya tindak untuk mengurangkan tekanan agar dapat mencapai kesejahteraan diri. Dalam hubungan perkahwinan pula, strategi daya tindak memainkan peranan yang penting bagi memastikan pasangan dapat menggunakan medium yang sesuai untuk meleraikan krisis rumah tangga. Strategi daya tindak yang betul ini juga digunakan untuk memastikan hubungan dapat diperbaiki, keperluan dapat dipenuhi, solusi kepada krisis rumah tangga dan memperbaiki hubungan sedia ada. Maka, setiap pasangan perlu mencari mekanisme terbaik bagi memastikan diri dan pasangan masing-masing dapat mencapai keperluan dan matlamat yang diharapkan dalam sebuah ikatan perkahwinan.

Setiap perkahwinan mengalami cabaran dan konflik, pengkajian berhubung isu kekeluargaan ini dapat membantu dalam memahami bentuk penyelesaian masalah yang digunakan oleh pasangan. Kemampuan untuk membina strategi daya tindak yang positif hanya boleh dilakukan apabila individu atau pasangan mampu mengawal tekanan emosi, tekanan sosial dan tekanan biologi yang wujud. Di samping itu, lebih banyak kajian harus dilakukan berkaitan strategi daya tindak keagamaan dalam kalangan pasangan dan bagaimana strategi daya tindak tersebut memberi kesan kepada kepuasan perkahwinan. Agensi kerajaan yang bertanggungjawab untuk memperkasakan keluarga seperti Jabatan Agama dan Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat disarankan untuk merangka pelbagai program bagi menjamin kesejahteraan hidup institusi kekeluargaan sekali gus membina keluarga aman damai rukun dan harmoni.

Kewangan (*Funding*)

Sekalung penghargaan ditujukan kepada Kementerian Pengajian Tinggi atas pembiayaan Skim Geran Penyelidikan Fundamental (FRGS) dengan kod (FRGS/1/2021/SS0/USIM/02/3) yang bertajuk 'Model Baharu Pengurusan Krisis Rumah tangga Keluarga B40 dalam Memacu Kesejahteraan Holistik'.

Konflik Kepentingan (*Conflict of Interest*)

Penulis melaporkan tiada sebarang konflik kepentingan berkenaan penyelidikan, pengarang atau penerbitan kajian ini.

Rujukan

Abdul Rashid Abdul Aziz. (2020). Wabak Covid-19: Penyesuaian Kendiri terhadap Norma Baharu. Artikel diterbitkan dalam ruangan In our words (Fi ra'yinaa) USIM

- secara digital. Capaian pada 13 Februari 2020 dari <https://www.usim.edu.my/ms/berita/in-our-words-ms/wabak-covid-19-penyesuaian-kendiri-terhadap-norma-baharu/>
- Abe Sophian, Zuliza & Anwar. (2014). Faktor Perceraian di Mahkamah Syariah Bahagian Mukah, Sarawak dari Tahun 2000 hingga 2010. *Islamiyyat: Jurnal Antarabangsa Pengajian Islam*, 36(1), 5-20.
- Aini, Z., Don, A.G., Mokhtar, A. I., & Uswah, N. (2019). Dakwah dalam Penyampaian Mesej Islam kepada Masyarakat Orang Asli di Selangor. *Al-Irsyad: Journal of Islamic and Contemporary Issues*, 4(1), 12-26.
- Alharbi, E., & Smith, A. (2019). Studying-away Strategies: A Three-wave Longitudinal Study of the Wellbeing of International Students in the United Kingdom. *The European Educational Researcher*, 2(1), 59-77. Doi: 10.31757/euer.215
- Amran Hassan, Fatimah Yusooft, & Khadijah Alavi. (2012). Keluarga sihat melahirkan komuniti sejahtera: satu ulasan (A healthy family generates prosperous community: An overview). *Geografia: Malaysian Journal of Society and Space*, 8(5). 51-63.
- Andersson, G., & Willebrand, M. (2003). What is coping? A critical review of the construct and its application in audiology. *International Journal of Audiology*, 42(97), 97-103.
- Anjani Cinde & Suryanto. (2006). Pola penyesuaian perkawinan pada periode awal. *INSAN*, 8(3), 198-210.
- Arif, M. J., Sa'odah, A., & Zanariah, I. (2021). Perkaitan antara Sokongan Sosial Keluarga dengan Kemurungan dalam kalangan Anggota Polis Jabatan Siasatan Jenayah, Selangor. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(9), 154-165.
- Arksey, H., & O'Malley, L. (2002). Scoping Studies: Towards a Methodological Framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 8(1), 19-32.
- Aryee, S., Luk, V., Leung, A., & Lo, S. (1999). Role stressors, interrole conflict, and well-being: The moderating influence of spousal support and coping behaviors among employed parents in Hong Kong. *Journal of Vocational Behavior*, 54, 259-278.
- Baharudin, D. F., Hamdani, S. M., Mutalib, M. M. A., & Zakaria, M. Z. (2018). Kefahaman Beragama dan proses transformasi hubungan pasangan dalam perkahwinan. *Al-Irsyad: Journal of Islamic and Contemporary Issues*, 75-91.
- Bakar, A. (2015). *Analisis Manajemen Risiko Strategis PT. Indo Tambangraya Megah TBK*. (Terbitan No. 8236139171) (Program Pasca Sarjana Magister Manajemen). Repository Fakultas Ekonomi UNJ.
- Bammeke, F., & Eshiet, I. (2018). Issues in Marital Conflict and Violence: Sociological Analysis of Narratives of Selected Yoruba Women. *Crawford Journal of Business & Social Sciences (Cjbass)*, 13(2), 1-8.
- Berens, E.M. (2000). *A model of intergenerational conflict: Insights from a discourse analysis of young-old conflict interaction*. Unpublished Doctoral Dissertation. Temple University.
- Berg, B. L. (2001). *Qualitative Research Message for the Social Sciences* (4th ed.). Allin and Bacon.
- Brimhall, A., Wampler, K., & Kimball, T. (2008). Learning from the past, altering the future: A tentative theory of the effect of past relationships on couples who remarry. *Family Process*, 47(3), 373-387. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2008.00259.x>
- Campbell, L., Simpson, J. A., Boldry, J. G., & Rubin, H. (2010). Trust, variability in relationship evaluations, and relationship processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(1), 14-31. <https://doi.org/10.1037/a0019714>

- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.
- Che Hasniza, C. N., & Fatimah, Y. (2011). Corak Komunikasi Keluarga dalam Kalangan Keluarga Melayu di Terengganu. *Jurnal Hadhari*, 3(2), 45-62.
- Cherni, R. (2013). Strategi Komunikasi Dalam Mengatasi Konflik Rumah Tangga Mengenai Perbedaan Tingkat Penghasilan Di Rt.29 Samarinda Seberang. *EJournal Ilmu Komunikasi*, 1(1), 212–227.
- Conoley, C. W., & Conoley, J. C. (2009). *Positive psychology and family therapy: Creative techniques and practical tools for guiding change and enhancing growth*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.
- Crespo, L. M., Trentacosta, C. J., Udo-Inyang, I., Northerner, L., Chaudhry, K., & Williams, A. (2019). Self-regulation mitigates the association between household chaos and children's behavior problems. *Journal of applied developmental psychology*, 60, 56-64.
- Cunningham, M., & Thornton, A. (2006). The Influence of Parents' Marital Quality on Adult Children's Attitudes toward Marriage and its Alternatives: Main and Moderating Effects. *Demography*, 43(4), 659–672
- DeGraff, A. H., & Schaffer, J. (2008). Emotion-focused coping: A primary defence against stress for people living with spinal cord injury. *Journal of Rehabilitation*, 74, 19–24.
- Dietz, G. (2011). Going back to the source: Why do people trust each other?. *Journal of Trust Research*, 1(2), 215-222.
- Eddie Capparucci. (2020). How to Regulate Your Emotions From Destroying Your Marriage. <https://www.marriage.com/advice/counseling/is-your-inability-to-regulate-your-emotions-destroying-your-marriage/>
- Fadilah Ismail. (2016). Faktor Keharmonian dan Keruntuhan Rumah Tangga. *Persidangan Kebangsaan Ekonomi Malaysia ke 11 (PERKEM)*. 27
- Fatimah Abdullah. (2016). *Keluarga dan permodenan di Malaysia*. PTS Publications & Distributions Sdn. Bhd.
- Ferlis Bullare Bahari, Lin, T. A., & Wider, W. (2016). The Effect of Occupational Stress Social Support as Moderator. *Australian Journal of Basic and Applied Sciences*, 10(4), 54-65.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Reviews*, 55, 745–774.
- Grandey, A.A. & Cropanzano, R. (1999). The conservation of resources model applied to work-family conflict and strain. *Journal of Vocational Behavior*, 54, 350-370.
- Gurjot Kaur. (2017). *Social support and problem solving coping as moderators of the relation between stress and life satisfaction*. Unpublished Master Thesis, Arizona State University.
- Hafiz, M. I. (2020, Disember 28). Kes Perceraian di Malaysia rekodkan Peningkatan Luar Biasa. *Sinar harian*. <https://www.sinarharian.com.my/article/116749/berita/nasional/kes-perceraian-di-malaysia-rekodkan-peningkatan-luar-biasa>
- Haliza, A. S. (2012). Krisis Rumah Tangga: Punca-Punca Dan Cara Untuk Mengatasinya Menurut Perspektif Syariah Dan Akta Undang-Undang Keluarga Islam (Wilayah Persekutuan) 1984. *Kajian Syariah Dan Undang-Undang* 4(8), 67–86.
- Hannibal, K. E. & Bishop, M. D. (2014) Chronic stress, cortisol dysfunction, and pain: A psychoneuroendocrine rationale for stress management in pain rehabilitation. *Phys Ther.*, 94(12):1816-25. doi:10.2522/ptj.20130597

- Hariyati, A. (2013). Strategi Pujuk Rayu dalam Perkahwinan: Tanggapan dan Pengalaman Lelaki Melayu dalam Konteks Komunikasi Interpersonal. *Institut Pemikiran dan Kepimpinan Melayu (IMPAK)*, 107-118
- Hasim, M. J. M., Mustafa, H., & Hashim, N.H. (2015). Exploring New Patterns of Interaction During Conflict among Married Individuals in Malaysia. *Second International Conference On Media Communication and Culture*, 1-11.
- Hendrati, F. (2010). The Increase in Marital Harmony in Couples in the Early Stages of the Marriage Age. *International Journal of Social and Local Economic Governance (IJLEG)*, 1(2), 147-152.
- Holmes, J. G., & Rempel, J. K. (1989). *Trust in close relationships*. In C. Hendrick (Ed.), *Close relationships* (pp. 187-220). Sage Publications, Inc.
- Hoobler, J.M., Hu, J. & Wilson, M. (2010), "Do workers who experience conflict between the work and family domains hit a 'glass ceiling?': a meta-analytic examination", *Journal of Vocational Behavior*, 77, 481-94.
- Ibrahim, R., Aida, R. Z., Ohtsuka, K., and Halik, M. H. (2009). An overview of work family conflict and employee wellbeing: role of support and family friendly policy, in *Proceedings of the Southeast Asia Psychology Conference 2009*, (Kota Kinabalu: Universiti Malaysia Sabah).
- Igbo, H. I., Grace, A. R., & Christiana, E. O. (2015). Relationship Between Duration of Marriage, Personality Trait, Gender and Conflict Resolution Strategies of Spouses. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 190, 490 – 496.
- Imam Al-Ghazali. (2009). *Ihya Ulumuddin: Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama*. Bandung: Penerbit Marja.
- Iman Teguh, Santoso, Hassan & Razali. (2015). The Development of K-Workers among Technical Graduates in Batam Universities, *1st ICCE Proceeding of the 1st International Conference on Character Education*.Tanjung Pinang: STAI Sultan Abdurrahman.
- Jasmi, K. A., Muhammad, A., & Mohamed, A. K. (2004). *Asas Kebahagiaan Rumah tangga Mengikut Paradigma al-Nawawi* in *Seminar Pembangunan Keluarga Kebangsaan 2004 at Main Hall*, Faculty of Education, Universiti Malaya.
- Kamus Dewan Dewan Bahasa dan Pustaka. (2014). Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Kiram, N. M., Ariffin, R. M. R., & Zakaria, J. (2017). Gaya Pengurusan Konflik dan Kesannya Terhadap Institusi Kekeluargaan dalam Novel Saga. *Akademika* 87(2), 77-87.
- Kurniawati, A. (2013). *Dampak Psikologis Kehidupan Keluarga Pada Pernikahan Poligami*. (Disertasi Sarjana), Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia.
- Laporan Indeks Kesejahteraan Keluarga Malaysia (2019). Lembaga Pembangunan Penduduk dan Keluarga Negara (LPPKN). Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat, Kuala Lumpur.
- Laporan Statistik Perkahwinan dan Perceraian Malaysia (2020). *Jabatan Statistik Malaysia*. Kuala Lumpur.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Ledermann, T., Bodenmann, G., Rudaz, M., & Bradbury, T.N. (2010). Stress, Communication and Marital Quality in Couples. *Family Relations*, 59(2), 195-206.
- López-Cepero Borrego, J., Estrada-Pineda, C., Chan-Gamboa, E. C., & Fuente-Barrera, A. (2021). Effect of victimization and perceived support on maintenance of dating relationships among college students in Guadalajara, Mexico. *Journal of interpersonal violence*, 36(5-6), 2182-2198.
- Luthfi, M. (2017). Komunikasi Interpersonal Suami dan Isteri dalam Mencegah Perceraian di Ponorogo. *ETTISAL Journal of Communication*, 2(1), 51-61.

- Mariam, A. M., Sahlawati, A. B., Salasiah, H. H., & Zulkefli, A. (2020). Metodologi Pembentukan Model Psikologi Komunikasi Isteri Bermadu Mengurus Konflik Rumah Tangga Menurut Perspektif Islam. *Attarbawiy: Malaysian Online Journal of Education*, 4(2), 22-34.
- Marika, R., Saija, M., Johanna, R. (2011). Do Individual Coping Strategies Help or Harm in the Work-Family Conflict Situation? Examining Coping as a Moderator between Work-Family Conflict and Well-Being. *International Journal of Stress Management*, 18(1), 24-48.
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1, 101-107.
- Ministry of Health Malaysia (2019). Institute for Public Health (IPH) Report. Adolescent Health Survey. National Health and Morbidity Survey, NHMS 2019. Ministry of Health Malaysia.
- Mohd Foad, S. (2005). *Pengurusan Konflik*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Mohd Ismail, M., & Bushrah, B. (2014). Faktor Sokongan Individu Terhadap Kecemerlangan Wanita Bekerjaya dan Berumah Tangga. *Jurnal Teknologi (Social Sciences)* (Johor: UTM Press), 5-16.
- Mohd Kiram, N., Raja Ariffin, R. M., & Zakaria, J. (2017). Conflict Management Styles and Its Impact on Family Institution in Novel Saga. *Penerbit Univ Kebangsaan Malaysia*, 87(2), 77-87
- Mohsin, M. N., & Shabbir, M. (2013). Effect Of Test Anxiety on Secondary School Science Students' Attitude. *International Journal of Educational Science and Research (IJESR)*, 3(1), 107-112.
- Nawal, S., Azizah, M. R., Zanariah, D., & Nora'inan, B. (2022). Sistem Sokongan Kekeluargaan Terhadap Orang Kurang Upaya Pendengaran: Satu Kupasan Awal. *Persidangan Antarabangsa Sains Sosial dan Kemanusiaan ke-7*.
- Ninawati. (2018). *Implementasi Konsep Sakinah Mawaddah Warahmah dalam Keluarga*, (Disertasi Sarjana). Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam-Banda Aceh.
- Noor Rahamah, A. B. (2012). Wanita Bekerja dan Pengurusan Keluarga. *Journal of Society and Space*, 155-162.
- Nur Saadah, M., & Hilwa, A. (2015). Strategi Daya Tindak dan Program Sokongan Sosial untuk Penjaga Tidak Formal. *Journal of Sciences and Humanities*, 10(1), 170-183.
- Nurairhan Firdaus, S. A. R., Suzana, M.H., Rozmi, I., & Ezarina, Z. (2016). Pengaruh Personaliti Perfeksionisme Terhadap Daya Tindak Diadik dalam Perkahwinan: Suatu Kertas Konseptual. *Asian Social Work Journal (ASWJ)*, 1(1), 30-36
- Nuraini, N., & Siti Marziah, Z. (2021). Konflik Perkahwinan dan Strategi Daya Tindak Individu yang Kehilangan Pekerjaan Semasa Pandemik Covid-19: Impak Kepada Kualiti Perkahwinan. *Jurnal Wacana Sarjana*, 5(2), 1-16.
- Nurul Naimah, R., & Mohd Yusri, M. (2018). Tekanan dalam Keluarga: Faktor-faktor, Kesan dan Strategi Daya Tindak Menangani Tekanan. *Journal of Human Development and Communication*, 7, 135-142
- Patent, V., & Searle, R. H. (2019). Qualitative meta-analysis of propensity to trust measurement. *Journal of Trust Research*, 9(2), 136-163.
- Penley, J. A., Tomaka, J., & Wiebe, J. S. (2002). The association of coping to physical and psychological health outcomes: A meta-analytic review. *Journal of Behavioral Medicine*, 25, 551-603.
- Pfaltzgraff, R. (2008). Iran with Nuclear Weapons Anticipating the Consequences for U.S. Policy. *Cambridge: Institute for Foreign Policy Analysis*, 17(4), 111.
- Rahman, Z. B. A., & Awang, J. (2004). *Peningkatan Komunikasi Sebagai Penyelesaian Masalah dalam Kaunseling Perkahwinan dan Keluarga. Islam: Past, Present and*

- Future*, International Seminar On Islamic Thoughts Proceedings. 7-9 December 2004. 669.
- Rotenberg, K. J, Fox, C., Green, S., Ruderman, L., Slater, K., Stevens, K., & Carlo, G. (2005). Construction and validation of a children's interpersonal trust belief scale. *British Journal of Development Psychology*, 23, 271-292.
- Rumaya, J, Hanina, H, H., & Sa'odah, A. (2013). Dinamik Perkahwinan dan Keluarga. Dalam Rozumah, B., & Rumaya, J. *Pengantar perkahwinan dan keluarga*. (49-50). Serdang: Universiti Putra Malaysia.
- Rusu, P. P., Bodenmann, G., & Kayser, K. (2019). Cognitive emotion regulation and positive dyadic outcomes in married couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(1), 359-376.
- Saadah, A. (2002). Keluarga dan Pekerjaan. Dalam Jayaletchumi, M., Rohani, A. & Abdullah, A, M. *Keluarga dan Keibubapaan*. (155-163). Serdang: Universiti Putra Malaysia.
- Schnettler, B., Miranda, H., Sepu'lveda, J., Denegri, M., Mora, M., & Lobos, G., et al. (2013). Psychometric properties of the satisfaction with food-related life scale: Application in southern Chile. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 45(5), 443-449
- Shahid, H., & Kazmi, S. F. (2016). Role of emotional regulation in marital satisfaction. *International Journal for Social Studies*, 2(4), 47-60.
- Sucharew, H., & Macaluso, M. (2019). Methods for Research Evidence Synthesis: The Scoping Review Approach. *Journal of Hospital Medicine*, 14(7), 416-418.
- Sufean Hussin & Jamaluddin Tubah (2004). Keluarga Ibu Tunggal: Senario Fenomena Dan Dasar Sosial Mengenariesnya. *Prosiding Seminar Pembangunan Keluarga Kebangsaan 2004*. Universiti Malaya
- Suzana, M. H., Jamiah, M., & Siti Marziah, Z. (2020). Kebimbangan Berkomunikasi Dengan Pasangan Dan Kepuasan Perkahwinan Dalam Kalangan Individu Melayu yang Berkahwin di Lembah Klang, Malaysia. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 34(2), 218-226.
- Varghese, M., Kirpekar, V., & Loganathan, S. (2020). Family Interventions: Basic Principles and Techniques. *Indian J Psychiatry*, 62(Suppl 2), S192-S200.
- Wang, Y., & Peng, J. (2017). Work-Family Conflict and Depression in Chinese Professional Women: The Mediating Roles of Job Satisfaction and Life Satisfaction. *Int J Ment Health Addiction*, 15, 394-406.
- Wieselquist, J., Rusbult, C. E., Foster, C., & Agnew, C. (1999). Commitment, Pro-Relationship Behavior, and Trust in Close Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(5), 942-966.
- Williams, G., & Smith, A. P. (2018). A Longitudinal Study of the Well-being of Students Using the Student Wellbeing Process Questionnaire (Student WPQ). *Journal of Education, Society and Behavioural Science*, 24(4), 1-6. DOI: 10.9734/jesbs/2018/40105
- Women's Aid Organization (WAO). (2020). *Domestic Violence Statistics*. <https://wao.org.my/domestic-violence-statistics/>
- Yamagishi, T., Akutsu, S., Cho, K. & Inoue, Y. (2015). Two Component Model of General Trust: Predicting Behavioral Trust from Attitudinal Trust. *Social Cognition*, 33(5), 436-458.
- Young, S. G. & McGrath, R. E. (2021). Character strengths as predictors of trust and cooperations in economic decision making. *Journal of Trust Research*, 10(2), 159-179.
- Yu, D., Anser M.K., Peng M.Y.P., Nassani A.A., Askar S.E., Zaman K., Aziz A.R.A., Abro M.M.Q., & Sasmoko, J.M.K. (2021). Nationwide lockdown, population density, and financial distress brings inadequacy to manage COVID-19: Leading the services sector into the trajectory of global depression. *Healthcare*, 9 (2), 220

- Yulia Agustin (2020). *Konsep Sabar Menurut Imam Al-Ghazali Ditinjau dari Perspektif Konseling Islam*. Skripsi thesis, UIN AR-RANIRY.
- Yulianti Ratnasari. (2018). *Konsep Keluarga Sakinah Menurut Al-Ghazali*. Tesis Sarjana, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Zhang, M. (2021). Assessing Two Dimensions of Interpersonal Trust: Other-Focused Trust and Propensity to Trust. *Frontiers in Psychology*. 12:654735. doi:10.3389/fpsyg.2021.654735
- Zulkifli Mohamad Al-Bakri (2022, April 5). Pengertian Takwa. *Maktabah al-Bakri*. <https://maktabahalbakri.com/881-pengertian-takwa/>