TASHDIQ
ISSN 3030-8917
Jurnal Kajian Agama dan Dakwah
Vol 19 No 3 Tahun 2026

PENGARUH IBADAH SUNNAH DALAM KELUARGA UNTUK MEMBANGUN KELUARGA HARMONIS

Mayla Trianandha[1], Vina Setyawati[2], Zulaikha Albarru Hasyfa[3], Winda Desmat[4], Kayla Rara Yopita[5], Merysa Agustina[6], Ahlun Nazi Siregar[7]
Program Studi Kebidanan, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA), Universitas Muhammadiyah Riau

Email: meyla6466@gmail.com

ABSTRAK

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam membentuk karakter, akhlak, serta kepribadian setiap individu. Dalam perspektif Islam, keharmonisan keluarga tidak hanya ditentukan oleh terpenuhinya kebutuhan material, tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas spiritual yang dibangun melalui pengamalan ajaran agama. Salah satu bentuk penguatan spiritual tersebut adalah pembiasaan ibadah sunnah dalam kehidupan keluarga. Makalah ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh ibadah sunnah dalam keluarga terhadap upaya membangun keluarga yang harmonis berdasarkan perspektif Islam. Metode yang digunakan adalah studi kepustakaan (library research) dengan mengkaji berbagai literatur berupa jurnal ilmiah, buku, dan sumber-sumber relevan yang membahas ibadah sunnah, keluarga sakinah, serta keharmonisan keluarga. Hasil kajian menunjukkan bahwa pembiasaan ibadah sunnah, seperti salat sunnah berjamaah, membaca Al-Qur'an, berzikir, berdoa bersama, puasa sunnah, sedekah, dan mengikuti kajian keagamaan, memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kualitas komunikasi, kedekatan emosional, pembentukan akhlak, serta penguatan nilai-nilai religius dalam keluarga. Meskipun demikian, penerapan ibadah sunnah masih menghadapi berbagai tantangan, seperti kesibukan aktivitas, perkembangan teknologi, perbedaan tingkat religiusitas, serta kurangnya keteladanan dalam keluarga. Oleh karena itu, diperlukan komitmen seluruh anggota keluarga, keteladanan orang tua, pembiasaan ibadah secara konsisten, serta penguatan pendidikan agama agar ibadah sunnah dapat menjadi budaya dalam kehidupan keluarga. Dengan demikian, penerapan ibadah sunnah secara berkelanjutan dapat menjadi salah satu upaya efektif dalam mewujudkan keluarga yang sakinah, mawaddah, wa rahmah sesuai dengan ajaran Islam.

Kata Kunci : Ibadah Sunnah, Keluarga Harmonis, Keluarga Sakinah, Keharmonisan Keluarga, Perspektif Islam.

Article History
Received: Juli 2026
Reviewed: Juli 2026
Published: Juli 2026

Plagirism Checker No 27676

Copyright : Author
Publish by : Tashdiq

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memiliki peran strategis dalam membentuk karakter, moral, dan kepribadian setiap individu. Dalam perspektif Islam, keluarga tidak hanya dipandang sebagai ikatan antara suami dan istri yang sah, tetapi juga sebagai wadah untuk mewujudkan kehidupan yang dipenuhi ketenangan (*sakinah*), kasih sayang (*mawaddah*), dan rahmat (*rahmah*). Menurut Mubarak (2026), konsep keluarga sakinah dalam Al-Qur'an menekankan pentingnya menjadikan nilai-nilai keimanan sebagai fondasi utama dalam membangun hubungan yang harmonis. Oleh karena itu, keharmonisan keluarga tidak hanya diukur dari terpenuhinya kebutuhan materi, tetapi juga dari kualitas hubungan spiritual, komunikasi yang baik, serta komitmen seluruh anggota keluarga dalam menjalankan ajaran Islam secara konsisten.

TASHDIQ
ISSN 3030-8917
Jurnal Kajian Agama dan Dakwah
Vol 19 No 2 Tahun 2026

Perkembangan zaman yang ditandai dengan kemajuan teknologi, meningkatnya tuntutan ekonomi, serta perubahan pola kehidupan masyarakat telah membawa berbagai tantangan terhadap kehidupan keluarga. Kesibukan pekerjaan, penggunaan media digital yang berlebihan, serta berkurangnya waktu kebersamaan sering kali menyebabkan menurunnya kualitas komunikasi dalam rumah tangga. Jawas (2025) menjelaskan bahwa keluarga Muslim yang mampu mempertahankan keharmonisan adalah keluarga yang menjadikan ajaran Islam sebagai pedoman dalam menyelesaikan berbagai persoalan kehidupan. Dengan demikian, penguatan nilai-nilai spiritual melalui pembiasaan ibadah menjadi salah satu upaya penting untuk menjaga hubungan yang harmonis di tengah berbagai tantangan kehidupan modern.

Salah satu bentuk penguatan spiritual dalam keluarga adalah melalui pembiasaan ibadah sunnah yang dilakukan secara rutin dan bersama-sama. Ibadah sunnah seperti salat dhuha, salat tahajud, membaca Al-Qur'an, berzikir, berdoa bersama, berpuasa sunnah, serta bersedekah tidak hanya meningkatkan kualitas hubungan seorang hamba dengan Allah Swt., tetapi juga memperkuat hubungan sosial antarsesama anggota keluarga. Iranti (2025) menyatakan bahwa pembiasaan ibadah yang dilakukan secara konsisten dalam keluarga mampu membangun budaya religius, meningkatkan rasa kebersamaan, serta menumbuhkan sikap saling menghormati dan saling mendukung dalam kehidupan rumah tangga. Kondisi tersebut menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terbentuknya keluarga yang harmonis.

Keluarga harmonis merupakan keluarga yang mampu menjalankan fungsi-fungsi keluarga secara optimal, baik dalam aspek pendidikan, sosial, ekonomi, maupun keagamaan. Keharmonisan tersebut tercermin melalui adanya komunikasi yang efektif, rasa saling menghargai, kerja sama, serta penyelesaian konflik yang dilakukan secara bijaksana berdasarkan nilai-nilai Islam. Salsabila (2024) menjelaskan bahwa implementasi ajaran Al-Qur'an dalam kehidupan keluarga berperan penting dalam menciptakan suasana rumah tangga yang damai dan penuh kasih sayang. Dengan demikian, pembiasaan ibadah sunnah dapat menjadi salah satu media untuk memperkuat implementasi nilai-nilai Islam dalam kehidupan keluarga sehari-hari.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas konsep keluarga sakinah dan pendidikan keluarga dalam Islam, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh ibadah sunnah terhadap keharmonisan keluarga masih relatif terbatas. Sebagian besar penelitian lebih menitikberatkan pada aspek komunikasi keluarga, pendidikan karakter, atau implementasi nilai-nilai keislaman secara umum. Mubarak (2026) menegaskan bahwa penguatan spiritual merupakan unsur penting dalam membangun keluarga sakinah, sedangkan Salsabila (2024) lebih menekankan implementasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam kehidupan rumah tangga. Hal tersebut menunjukkan masih adanya kesenjangan penelitian (*research gap*) mengenai hubungan antara pembiasaan ibadah sunnah dengan tingkat keharmonisan keluarga.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai pengaruh ibadah sunnah dalam keluarga untuk membangun keluarga harmonis menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana pembiasaan ibadah sunnah dapat memperkuat hubungan emosional, meningkatkan kualitas komunikasi, serta menumbuhkan sikap saling menghargai dalam keluarga. Selain memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keluarga Islam, Iranti (2025) dan Jawas (2025) menegaskan bahwa penguatan aspek spiritual melalui pengamalan ajaran Al-Qur'an dan Sunnah merupakan salah satu kunci utama dalam mewujudkan keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah.

PEMBAHASAN

Pengertian dan Konsep Ibadah Sunnah dalam Islam

Ibadah sunnah merupakan segala bentuk ibadah yang dianjurkan dalam ajaran Islam, tetapi tidak bersifat wajib untuk dilaksanakan. Meskipun tidak berdosa apabila ditinggalkan, pelaksanaannya memiliki nilai pahala dan menjadi salah satu bentuk ketaatan seorang muslim

kepada Allah Swt. Ibadah sunnah berfungsi sebagai penyempurna ibadah wajib sekaligus menjadi sarana untuk meningkatkan kualitas keimanan, ketakwaan, dan kedekatan seorang hamba kepada Allah. Oleh karena itu, ibadah sunnah memiliki peran penting dalam membentuk karakter seorang muslim agar senantiasa istiqamah dalam menjalankan ajaran agama. Menurut Salsabila (2024), kehidupan keluarga yang berlandaskan nilai-nilai Al-Qur'an akan lebih mudah mencapai ketenangan dan keharmonisan apabila setiap anggota keluarga memiliki komitmen dalam mengamalkan ajaran Islam secara konsisten.

Konsep ibadah sunnah dalam Islam tidak hanya berorientasi pada hubungan vertikal (*hablum minallah*) antara manusia dengan Allah Swt., tetapi juga memberikan dampak terhadap hubungan sosial (*hablum minannas*). Pelaksanaan ibadah sunnah, seperti salat sunnah berjamaah, membaca Al-Qur'an, berzikir, berdoa bersama, puasa sunnah, maupun sedekah, mampu menanamkan nilai-nilai kesabaran, keikhlasan, kedisiplinan, serta rasa syukur dalam kehidupan sehari-hari. Nilai-nilai tersebut secara tidak langsung membentuk pribadi yang lebih bijaksana dalam berinteraksi dengan anggota keluarga sehingga mampu menciptakan suasana rumah tangga yang penuh kasih sayang dan saling menghormati. Hal ini menunjukkan bahwa ibadah sunnah memiliki dimensi spiritual sekaligus sosial dalam kehidupan seorang muslim.

Dalam perspektif Islam, pelaksanaan ibadah sunnah juga menjadi salah satu sarana pembinaan keluarga. Ketika ibadah sunnah dilakukan secara bersama-sama, setiap anggota keluarga memperoleh kesempatan untuk memperkuat ikatan emosional sekaligus meningkatkan kualitas spiritual. Mubarak (2026) menjelaskan bahwa keluarga yang menjadikan nilai-nilai Al-Qur'an sebagai pedoman hidup akan lebih mudah mewujudkan ketenangan (*sakinah*), karena setiap anggota keluarga memiliki kesadaran untuk saling mengingatkan dalam kebaikan dan menjalankan kehidupan sesuai dengan tuntunan syariat. Dengan demikian, pembiasaan ibadah sunnah dapat menjadi media pendidikan agama yang efektif dalam lingkungan keluarga.

Ibadah sunnah juga memiliki fungsi sebagai pembentuk akhlak dan karakter. Kebiasaan melaksanakan ibadah secara rutin mampu menumbuhkan sifat disiplin, tanggung jawab, empati, serta kepedulian terhadap sesama. Misalnya, kebiasaan bersedekah mengajarkan nilai kepedulian sosial, sedangkan salat malam dan membaca Al-Qur'an membentuk pribadi yang sabar, rendah hati, dan dekat dengan Allah Swt. Karakter-karakter tersebut sangat dibutuhkan dalam kehidupan rumah tangga karena mampu mendorong terciptanya komunikasi yang baik, penyelesaian konflik secara bijaksana, dan hubungan yang dilandasi rasa saling menghargai. Oleh sebab itu, ibadah sunnah tidak hanya memberikan manfaat bagi individu, tetapi juga berkontribusi terhadap terciptanya lingkungan keluarga yang harmonis.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa konsep ibadah sunnah dalam Islam tidak terbatas pada pelaksanaan amalan yang bersifat individual, tetapi juga memiliki pengaruh terhadap pembentukan kehidupan keluarga yang religius dan harmonis. Pembiasaan ibadah sunnah mampu memperkuat keimanan, meningkatkan kualitas hubungan antaranggota keluarga, serta menanamkan nilai-nilai moral yang menjadi fondasi keluarga sakinah. Oleh karena itu, penerapan ibadah sunnah secara konsisten dalam kehidupan keluarga merupakan salah satu bentuk implementasi ajaran Islam yang dapat mendukung terwujudnya keluarga yang damai, penuh kasih sayang, dan berorientasi pada kebahagiaan dunia maupun akhirat.

Konsep Keluarga Harmonis dalam Perspektif Islam

Keluarga harmonis dalam perspektif Islam merupakan keluarga yang dibangun atas dasar keimanan, ketakwaan, serta pelaksanaan ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari. Keharmonisan keluarga tidak hanya diukur dari terpenuhinya kebutuhan ekonomi atau materi, tetapi juga dari terciptanya hubungan yang penuh ketenangan (*sakinah*), kasih sayang (*mawaddah*), dan rahmat (*rahmah*) di antara seluruh anggota keluarga. Menurut Mubarak (2026), konsep keluarga sakinah dalam Al-Qur'an menempatkan nilai-nilai tauhid, akhlak mulia, dan tanggung jawab sebagai fondasi utama dalam membangun rumah tangga yang damai dan sejahtera. Oleh karena itu, keluarga harmonis merupakan hasil dari keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan spiritual, emosional, sosial, dan material.

Dalam Islam, keharmonisan keluarga diwujudkan melalui hubungan yang saling menghormati, saling memahami, dan saling melengkapi antara suami, istri, serta anak-anak. Setiap anggota keluarga memiliki hak dan kewajiban yang harus dilaksanakan secara adil sesuai dengan tuntunan syariat. Jawas (2025) menjelaskan bahwa keluarga Muslim yang harmonis dibangun melalui komitmen bersama untuk menjadikan Al-Qur'an dan Sunnah sebagai pedoman dalam setiap pengambilan keputusan maupun penyelesaian masalah rumah tangga. Dengan demikian, komunikasi yang baik, musyawarah, serta sikap saling menghargai menjadi unsur penting dalam menciptakan hubungan keluarga yang sehat dan penuh kasih sayang.

Selain hubungan yang baik antarsesama anggota keluarga, Islam juga menekankan pentingnya penguatan aspek spiritual sebagai pondasi keharmonisan rumah tangga. Pelaksanaan ibadah wajib dan ibadah sunnah secara konsisten dapat menumbuhkan rasa syukur, kesabaran, keikhlasan, serta tanggung jawab dalam menjalankan peran masing-masing. Iranti (2025) menyatakan bahwa keluarga yang membiasakan pengamalan ajaran Al-Qur'an dan Sunnah dalam kehidupan sehari-hari cenderung memiliki hubungan yang lebih erat, suasana rumah yang lebih tenang, serta kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi berbagai persoalan keluarga. Hal tersebut menunjukkan bahwa kualitas spiritual memiliki hubungan yang erat dengan terciptanya keharmonisan keluarga.

Karakteristik keluarga harmonis dalam perspektif Islam juga ditandai dengan adanya kerja sama dalam mendidik anak, menjaga komunikasi yang terbuka, menyelesaikan konflik secara bijaksana, serta menanamkan nilai-nilai akhlak kepada seluruh anggota keluarga. Pendidikan agama yang dimulai dari lingkungan keluarga berperan penting dalam membentuk kepribadian anak sekaligus memperkuat hubungan antara orang tua dan anak. Salsabila (2024) menjelaskan bahwa implementasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam kehidupan keluarga mampu menciptakan suasana rumah tangga yang dipenuhi kasih sayang, saling menghormati, serta memiliki tujuan bersama dalam meraih kebahagiaan dunia dan akhirat. Oleh karena itu, keluarga harmonis tidak hanya menjadi tempat tinggal bersama, tetapi juga menjadi lingkungan utama dalam membentuk generasi yang berakhlak mulia.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa konsep keluarga harmonis dalam perspektif Islam merupakan perpaduan antara penguatan nilai spiritual, pelaksanaan hak dan kewajiban secara seimbang, komunikasi yang baik, serta penerapan ajaran Al-Qur'an dan Sunnah dalam kehidupan sehari-hari. Keharmonisan keluarga bukanlah kondisi yang terbentuk secara instan, melainkan hasil dari proses pembinaan yang dilakukan secara terus-menerus oleh seluruh anggota keluarga. Mubarak (2026) dan Iranti (2025) menegaskan bahwa keluarga yang menjadikan ajaran Islam sebagai pedoman hidup akan lebih mudah mewujudkan keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah sehingga mampu menciptakan lingkungan yang aman, damai, dan penuh keberkahan bagi setiap anggotanya.

Jenis-Jenis Ibadah Sunnah yang Dapat Diterapkan dalam Keluarga

Ibadah sunnah merupakan amalan yang dianjurkan dalam Islam sebagai pelengkap ibadah wajib sekaligus sarana untuk meningkatkan kualitas keimanan dan ketakwaan kepada Allah Swt. Meskipun tidak diwajibkan, pelaksanaan ibadah sunnah memberikan banyak manfaat, baik bagi individu maupun kehidupan keluarga. Dalam lingkungan keluarga, pembiasaan ibadah sunnah mampu membangun suasana religius, meningkatkan kedekatan emosional, serta memperkuat komunikasi antaranggota keluarga. Menurut Iranti (2025), keluarga yang secara konsisten menerapkan nilai-nilai Al-Qur'an dan Sunnah dalam kehidupan sehari-hari akan lebih mudah mewujudkan keluarga yang *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*. Oleh karena itu, berbagai bentuk ibadah sunnah dapat dijadikan sebagai kebiasaan positif yang dilakukan bersama seluruh anggota keluarga.

Beberapa jenis ibadah sunnah yang dapat diterapkan dalam keluarga antara lain sebagai berikut.

- Salat sunnah berjamaah, seperti salat tahajud, salat dhuha, salat rawatib, dan salat witir, yang dapat meningkatkan kedisiplinan beribadah serta mempererat kebersamaan keluarga.
- Membaca Al-Qur'an (tilawah) secara bersama-sama sebagai upaya meningkatkan pemahaman terhadap ajaran Islam sekaligus menanamkan nilai-nilai akhlak kepada anak-anak.
- Berzikir dan berdoa bersama setelah salat maupun pada waktu-waktu tertentu agar tercipta ketenangan hati serta memperkuat ikatan spiritual dalam keluarga.
- Puasa sunnah, seperti puasa Senin–Kamis, puasa Ayyamul Bidh, dan puasa enam hari di bulan Syawal, yang melatih kesabaran, kedisiplinan, dan pengendalian diri.
- Sedekah sunnah, baik dalam bentuk materi maupun bantuan kepada sesama, sebagai bentuk pembelajaran kepedulian sosial dan rasa syukur kepada Allah Swt.
- Mengikuti majelis ilmu atau kajian keislaman, baik secara langsung maupun melalui media digital, untuk meningkatkan pengetahuan agama seluruh anggota keluarga.
- Memperbanyak salawat kepada Nabi Muhammad saw., menghafal Al-Qur'an, serta membiasakan doa dalam setiap aktivitas sebagai bentuk penguatan spiritual keluarga.

Berbagai bentuk ibadah sunnah tersebut memiliki tujuan yang sama, yaitu meningkatkan kualitas hubungan manusia dengan Allah Swt. (*hablum minallah*) sekaligus memperbaiki hubungan antarsesama manusia (*hablum minannas*). Salsabila (2024) menjelaskan bahwa implementasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam kehidupan keluarga akan membentuk karakter yang religius, menumbuhkan rasa tanggung jawab, serta memperkuat komunikasi yang harmonis. Ketika anggota keluarga terbiasa melaksanakan ibadah secara bersama-sama, akan tumbuh sikap saling mengingatkan dalam kebaikan, saling menghormati, dan bekerja sama dalam menjalankan kehidupan rumah tangga sesuai dengan tuntunan Islam.

Selain memberikan manfaat spiritual, pembiasaan ibadah sunnah juga berkontribusi terhadap pembentukan karakter setiap anggota keluarga. Kebiasaan melaksanakan salat sunnah mengajarkan kedisiplinan dan tanggung jawab, sedangkan membaca Al-Qur'an serta berzikir menumbuhkan ketenangan jiwa dan kesabaran. Di sisi lain, puasa sunnah melatih pengendalian diri, sementara sedekah menanamkan nilai kepedulian sosial, empati, dan keikhlasan. Jawas (2025) menyatakan bahwa keluarga yang menjadikan Al-Qur'an dan Sunnah sebagai pedoman hidup akan lebih mudah membentuk akhlak mulia serta menciptakan hubungan yang dilandasi rasa kasih sayang dan saling menghormati.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa jenis-jenis ibadah sunnah yang diterapkan dalam keluarga tidak hanya berfungsi sebagai bentuk ketaatan kepada Allah Swt., tetapi juga menjadi sarana pendidikan karakter, pembinaan akhlak, serta penguatan hubungan emosional antaranggota keluarga. Mubarak (2026) menegaskan bahwa keluarga yang membiasakan nilai-nilai keagamaan dalam kehidupan sehari-hari akan lebih mudah mewujudkan keluarga yang *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*. Oleh karena itu, pembiasaan berbagai bentuk ibadah sunnah secara konsisten dapat menjadi salah satu langkah efektif dalam membangun keluarga yang harmonis sesuai dengan ajaran Islam.

Pengaruh Ibadah Sunnah terhadap Keharmonisan Keluarga

Keharmonisan keluarga merupakan salah satu tujuan utama dalam kehidupan rumah tangga menurut ajaran Islam. Keluarga yang harmonis ditandai dengan adanya hubungan yang penuh kasih sayang, saling menghormati, komunikasi yang baik, serta kerja sama dalam menjalankan tanggung jawab masing-masing. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mewujudkan kondisi tersebut adalah dengan membiasakan pelaksanaan ibadah sunnah dalam kehidupan sehari-hari. Ibadah sunnah tidak hanya berfungsi sebagai bentuk pendekatan diri kepada Allah Swt., tetapi juga menjadi media pembinaan karakter dan penguatan hubungan antaranggota keluarga. Menurut Iranti (2025), keluarga yang menjadikan pengamalan Al-Qur'an dan Sunnah sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari cenderung memiliki hubungan yang lebih

erat, suasana rumah yang lebih damai, serta mampu menghadapi berbagai permasalahan dengan lebih bijaksana.

Pengaruh ibadah sunnah terhadap keharmonisan keluarga dapat dilihat dari berbagai aspek kehidupan rumah tangga. Melalui pembiasaan ibadah sunnah secara bersama-sama, anggota keluarga belajar untuk saling mengingatkan dalam kebaikan, membangun komunikasi yang positif, dan meningkatkan rasa tanggung jawab terhadap sesama. Praktik ibadah tersebut juga menjadi sarana untuk memperkuat nilai-nilai spiritual yang menjadi dasar dalam membentuk keluarga yang sakinah. Salsabila (2024) menjelaskan bahwa implementasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam kehidupan keluarga berkontribusi terhadap terciptanya hubungan yang harmonis karena setiap anggota keluarga memiliki kesadaran untuk menjalankan ajaran agama secara konsisten.

Secara lebih rinci, pengaruh ibadah sunnah terhadap keharmonisan keluarga dapat dijelaskan melalui beberapa aspek berikut.

- Meningkatkan kualitas komunikasi keluarga, karena kegiatan ibadah yang dilakukan bersama memberikan kesempatan bagi anggota keluarga untuk berinteraksi, berdiskusi, dan saling memberikan nasihat dalam suasana yang penuh ketenangan.
- Mempererat hubungan emosional, sebab pelaksanaan ibadah secara bersama-sama menumbuhkan rasa kebersamaan, kasih sayang, serta kepedulian antaranggota keluarga.
- Menanamkan nilai-nilai akhlak mulia, seperti kejujuran, kesabaran, tanggung jawab, keikhlasan, dan sikap saling menghormati yang menjadi dasar terciptanya keluarga harmonis.
- Mengurangi potensi konflik rumah tangga, karena ibadah sunnah membentuk pribadi yang lebih sabar, mampu mengendalikan emosi, serta lebih mengutamakan musyawarah dalam menyelesaikan permasalahan.
- Meningkatkan kualitas pendidikan agama dalam keluarga, sehingga orang tua dapat menjadi teladan bagi anak-anak dalam membangun kebiasaan beribadah sejak usia dini.
- Membentuk budaya religius dalam keluarga, yaitu terciptanya lingkungan rumah yang dipenuhi dengan aktivitas keagamaan sehingga seluruh anggota keluarga memiliki orientasi hidup yang sama dalam beribadah kepada Allah Swt.

Pelaksanaan ibadah sunnah secara konsisten juga berpengaruh terhadap pembentukan karakter setiap anggota keluarga. Salat sunnah berjamaah mengajarkan kedisiplinan dan kebersamaan, membaca Al-Qur'an meningkatkan pemahaman terhadap ajaran Islam, sedangkan zikir dan doa bersama memberikan ketenangan batin dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan. Selain itu, puasa sunnah melatih kesabaran dan pengendalian diri, sedangkan sedekah sunnah menumbuhkan rasa empati serta kepedulian terhadap orang lain. Jawas (2025) menjelaskan bahwa keluarga yang menjadikan Al-Qur'an dan Sunnah sebagai pedoman hidup akan lebih mudah membentuk akhlak mulia serta menciptakan hubungan yang dipenuhi rasa kasih sayang, tanggung jawab, dan saling menghormati. Dengan demikian, pembiasaan ibadah sunnah memberikan dampak positif tidak hanya terhadap hubungan manusia dengan Allah Swt., tetapi juga terhadap kualitas hubungan antarsesama anggota keluarga.

Selain manfaat spiritual dan sosial, ibadah sunnah juga berperan dalam menciptakan ketahanan keluarga (*family resilience*). Keluarga yang terbiasa melaksanakan ibadah bersama cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan ekonomi, konflik rumah tangga, maupun berbagai tantangan kehidupan modern. Kebersamaan dalam beribadah memperkuat rasa saling percaya, meningkatkan dukungan emosional, dan menumbuhkan sikap saling memaafkan ketika terjadi perselisihan. Mubarak (2026) menegaskan bahwa keluarga yang membangun kehidupan berdasarkan nilai-nilai Al-Qur'an akan lebih mudah mewujudkan keluarga *sakinah*, karena setiap anggota keluarga memiliki kesadaran untuk menjaga keharmonisan melalui penguatan keimanan dan akhlak. Oleh karena itu, ibadah sunnah dapat dipahami sebagai salah satu strategi pembinaan keluarga yang berkontribusi dalam menciptakan rumah tangga yang harmonis, damai, dan penuh keberkahan.

TASHDIQ
ISSN 3030-8917
Jurnal Kajian Agama dan Dakwah
Vol 19 No 2 Tahun 2026

Tantangan dan Upaya Menerapkan Ibadah Sunnah dalam Membangun Keluarga Harmonis

Penerapan ibadah sunnah dalam kehidupan keluarga merupakan salah satu upaya untuk memperkuat nilai-nilai keislaman sekaligus membangun keluarga yang harmonis. Namun, dalam praktiknya terdapat berbagai tantangan yang menyebabkan pembiasaan ibadah sunnah belum dapat dilaksanakan secara optimal oleh setiap keluarga. Perubahan gaya hidup masyarakat, kesibukan bekerja, aktivitas pendidikan, serta perkembangan teknologi informasi sering kali mengurangi waktu kebersamaan antaranggota keluarga. Akibatnya, kesempatan untuk melaksanakan ibadah bersama menjadi semakin terbatas. **Jawas (2025)** menjelaskan bahwa keluarga yang tidak menjadikan Al-Qur'an dan Sunnah sebagai pedoman utama dalam kehidupan sehari-hari cenderung mengalami kesulitan dalam membangun keharmonisan karena kurangnya pembinaan spiritual di lingkungan keluarga. Sejalan dengan itu, **Siska (2025)** mengemukakan bahwa keharmonisan rumah tangga juga dipengaruhi oleh penerapan prinsip-prinsip *maqashid syari'ah*, seperti terwujudnya sikap saling menghormati, tanggung jawab, komunikasi yang baik, serta kerja sama antara suami dan istri dalam menjalankan nilai-nilai Islam. Oleh karena itu, pembiasaan ibadah sunnah menjadi salah satu sarana untuk memperkuat hubungan spiritual sekaligus memperkokoh relasi antaranggota keluarga sehingga tercipta kehidupan rumah tangga yang harmonis.

Berbagai tantangan tersebut dapat memengaruhi kualitas pelaksanaan ibadah sunnah dalam keluarga. Hambatan yang paling sering dijumpai antara lain sebagai berikut.

- Kesibukan aktivitas sehari-hari, sehingga anggota keluarga memiliki waktu yang terbatas untuk melaksanakan ibadah sunnah secara bersama-sama.
- Pengaruh penggunaan teknologi digital, seperti telepon pintar, media sosial, dan hiburan digital yang mengurangi intensitas interaksi langsung dalam keluarga.
- Perbedaan tingkat pemahaman dan religiusitas, sehingga belum seluruh anggota keluarga memiliki kesadaran yang sama mengenai pentingnya pembiasaan ibadah sunnah.
- Kurangnya keteladanan dari orang tua, yang menyebabkan anak-anak kurang termotivasi untuk membiasakan ibadah sunnah dalam kehidupan sehari-hari.
- Kurangnya pengetahuan agama, terutama mengenai keutamaan dan manfaat ibadah sunnah dalam membangun kehidupan keluarga yang harmonis.
- Faktor lingkungan sosial, yang terkadang kurang mendukung terbentuknya budaya religius dalam keluarga.

Tantangan-tantangan tersebut apabila tidak diatasi dapat berdampak pada menurunnya kualitas hubungan antaranggota keluarga. Berkurangnya aktivitas ibadah bersama dapat menyebabkan komunikasi menjadi kurang efektif, rasa kebersamaan semakin menurun, serta berkurangnya kesempatan untuk saling memberikan nasihat dan motivasi dalam menjalankan ajaran Islam. Salsabila (2024) menjelaskan bahwa implementasi nilai-nilai Al-Qur'an dalam keluarga memerlukan komitmen seluruh anggota keluarga agar tercipta lingkungan yang mendukung pembentukan karakter religius. Oleh karena itu, pembiasaan ibadah sunnah tidak dapat dibebankan kepada satu individu saja, tetapi memerlukan kerja sama dan kesadaran bersama dari seluruh anggota keluarga.

Untuk mengatasi berbagai tantangan tersebut, diperlukan beberapa upaya yang dapat dilakukan secara bertahap dan berkelanjutan. Upaya tersebut antara lain:

- Menyusun jadwal ibadah keluarga, seperti salat sunnah berjamaah, membaca Al-Qur'an, atau berzikir bersama pada waktu tertentu.
- Meningkatkan keteladanan orang tua, karena perilaku orang tua menjadi contoh utama bagi anak-anak dalam membangun kebiasaan beribadah.
- Memanfaatkan teknologi secara positif, misalnya menggunakan aplikasi Al-Qur'an digital, kajian Islam daring, atau pengingat waktu ibadah untuk mendukung pembelajaran agama.
- Membangun komunikasi yang terbuka, sehingga setiap anggota keluarga dapat saling mengingatkan dan memberikan motivasi dalam menjalankan ibadah sunnah.

- Mengikuti kegiatan keagamaan, seperti majelis taklim, kajian Islam, atau program pembinaan keluarga yang diselenggarakan oleh masjid maupun lembaga pendidikan.
- Memberikan apresiasi terhadap kebiasaan baik, sehingga anggota keluarga, khususnya anak-anak, semakin termotivasi untuk membiasakan ibadah sunnah.

Penerapan berbagai upaya tersebut diharapkan mampu membentuk budaya religius dalam lingkungan keluarga. Ketika ibadah sunnah menjadi bagian dari rutinitas sehari-hari, hubungan antaranggota keluarga akan semakin erat karena dibangun atas dasar keimanan, kasih sayang, dan tanggung jawab bersama. Iranti (2025) menyatakan bahwa pembiasaan pengamalan Al-Qur'an dan Sunnah dalam kehidupan keluarga akan menciptakan suasana rumah yang lebih tenang, meningkatkan kualitas komunikasi, serta memperkuat hubungan emosional antaranggota keluarga. Sejalan dengan itu, Mubarak (2026) menegaskan bahwa keluarga yang menjadikan nilai-nilai Al-Qur'an sebagai pedoman hidup akan lebih mudah mewujudkan keluarga *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*. Dengan demikian, meskipun terdapat berbagai tantangan dalam menerapkan ibadah sunnah, upaya yang dilakukan secara konsisten dan melibatkan seluruh anggota keluarga dapat menjadi fondasi yang kuat dalam membangun keluarga yang harmonis sesuai dengan ajaran Islam.

KESIMPULAN

Ibadah sunnah memiliki peran yang penting dalam membangun keluarga harmonis karena tidak hanya berfungsi sebagai bentuk penghambaan kepada Allah Swt., tetapi juga menjadi sarana pembinaan spiritual, moral, dan sosial bagi seluruh anggota keluarga. Pembiasaan berbagai bentuk ibadah sunnah, seperti salat sunnah berjamaah, membaca Al-Qur'an, berzikir, berdoa bersama, puasa sunnah, dan sedekah, mampu memperkuat keimanan, meningkatkan kualitas komunikasi, serta menumbuhkan sikap saling menghargai, tanggung jawab, dan kasih sayang dalam kehidupan rumah tangga. Dengan menjadikan Al-Qur'an dan Sunnah sebagai pedoman hidup, keluarga dapat menciptakan suasana yang damai, penuh kebersamaan, dan berorientasi pada terwujudnya keluarga yang *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah*.

Meskipun penerapan ibadah sunnah dalam keluarga menghadapi berbagai tantangan, seperti kesibukan aktivitas, pengaruh teknologi digital, perbedaan tingkat religiusitas, dan kurangnya pembiasaan sejak dini, berbagai upaya dapat dilakukan untuk mengatasinya. Keteladanan orang tua, penyusunan jadwal ibadah bersama, peningkatan pendidikan agama, pemanfaatan teknologi secara positif, serta komunikasi yang baik antaranggota keluarga merupakan langkah-langkah yang dapat mendukung terbentuknya budaya religius di lingkungan keluarga. Oleh karena itu, pembiasaan ibadah sunnah secara konsisten menjadi salah satu strategi yang efektif dalam memperkuat ketahanan keluarga, meningkatkan kualitas hubungan antaranggota keluarga, serta mewujudkan kehidupan rumah tangga yang harmonis sesuai dengan nilai-nilai ajaran Islam.

DAFTAR PUSTAKA

Iranti, M. (2025). *Membangun rumah tangga sakinah: Panduan berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah*. *Journal of Islamic Studies and Education Forum (JISEF)*.

Jawas, P. Y. B. (2025). *Konsep keluarga sakinah dalam kehidupan rumah tangga Muslim perspektif Yazid bin Abdul Qadir Jawas*. *Jurisy*.

Mubarak, S. (2026). *Keluarga sakinah dalam perspektif Al-Qur'an*. *FATHIR: Jurnal Studi Islam*.

Salsabila, S. N. (2024). *Idealisme dan implementasi keluarga sakinah dalam Al-Qur'an*. *Al-Usroh: Jurnal Hukum Keluarga Islam*.

Siska, V. (2025). *Relasi suami istri perspektif maqashid syari'ah dalam membangun keluarga harmonis*. *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*.