

***Studi Literatur : Bimbingan Konseling Untuk Keluarga Dalam Meningkatkan Ketahanan Keluarga***

Novi Inayah Muswita<sup>1</sup>, Siti Muyana,<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Bimbingan dan konseling, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia ; <sup>2</sup>

Bimbingan dan konseling, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia

[Novi1900001096@webmail.uad.ac.id](mailto:Novi1900001096@webmail.uad.ac.id)<sup>1</sup>

[Siti.muyana@bk.uad.ac.id](mailto:Siti.muyana@bk.uad.ac.id)

**Abstrak**

Penjelasan dari penelitian yang dilakukan penulis berdasarkan peranan signifikankonseling untuk keluarga dalam meningkatkan ketahanan keluarga.Pada penelitian ini, melakukan konseling kepada subjek penelitian dengan tujuan untuk menolong keluarga untuk mengatasi permasalahan keluarga yang bersifat rumit dan ada beberapa aspek yang terlibat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai dan mengevaluasi tentang pendekatan konseling keluarga yang dapat digunakan untuk mempertahankan ketahanan keluarga yang menghadapi persoalan. Pada penelitian ini, pendekatan studi literatur sistematik untuk memperoleh informasi dan pembahasan untuk mendapatkan kesimpulan dari tujuan penelitian. Proses pemilihan literatur terdiri dari tiga kriteria, yaitu : periodisasi,katakunci,dan pembatasan. Penelitian ini menyimpulkan bahwadalam mempertahankan ketahanan sebuah keluarga dapat terlihat sebagai suatu gambaran konsep yang didukung oleh faktor pendukung dan pendorong untuk mempertahankan sebuah keluarga. Dari hasil penelitian ini, didapatkan bahwa konseling mempunyai fungsi dan peran yaitu : menolong keluarga untuk mengatasi masalah krisis, memberikan solusi penyelesaian masalah, mendorong pengeluaran potensi dari masing – masing anggota keluarga, meningkatkan keterampilan dan kerja sama untuk mempertahankan ketahanan keluarga.

**KataKunci:** konseling, keluarga, ketahanan keluarga, permasalahan keluarga

### **Pengertian Bimbingan**

Proses bimbingan menurut Dunsmoor & Miller (Dalam McDaniel) Tahun 1969 merupakan bantuan yang diberikan terhadap perorangan atau sekelompok agar dapat dipahami dan digunakan secara optimal untuk mengembangkan dalam bentuk sistemik pada bidang kepribadian, jabatan, ataupun pendidikan melalui jalur perorangan maupun kelompok sehingga memperoleh penyesuaian baik terhadap lingkungan ataupun kondisi individu tersebut ada.

Sedangkan menurut Leverer (Dalam McDaniel) Tahun 1959, proses bimbingan didefinisikan sebagai bagian dari pendidikan yang diberikan secara teratur dan sistematis untuk membantu para remaja dalam mengembangkan pola pemikirannya sehingga dapat mengarahkan kehidupannya sendiri dan pada akhirnya memperoleh pengalaman pribadi yang dapat diberikan kepada masyarakat.

Pengertian proses bimbingan konseling dapat disimpulkan bahwa pelayanan yang diberikan kepada individu atau kelompok dapat dilakukan secara berulang-ulang sehingga menghasilkan perubahan yang diharapkan selama proses bimbingan.

### **Pengertian Konseling**

Bahasa konseling berasal dari istilah kata *counsel*, yang artinya bersama atau bicara bersama. Berbicara bersama merupakan proses pembicaraan bersama antara konselor dengan seorang klien. Konseling dapat diartikan menurut Baruth dan Robinson pada tahun 1987 "*people coming together to gain an understanding of problem that beset them were evident*".

Beberapa penjelasan tentang konseling bisa dipahami melalui gambaran atau persepsi yang tak sama. Sebagian ahli berpendapat bahwa konseling dapat menekan diri pribadi klien sementara ahli lainnya berpendapat menekan pada diri konselor itu sendiri. Masih banyak pendapat lainnya yang berpendapat mempunyai pendapat yang tak sama sehingga menimbulkan perbedaan pada pandangan ahli yang mempunyai latar belakang yang berbeda.

### **Tokoh Konseling Keluarga**

Seorang psikiatris bernama Virginia Satir merupakan seorang pekerja sosial yang tergabung dalam *Chicago Psychiatric Institut* (CPI). Virginia tertarik pada pekerjaan di Bowen dalam *National Institut of Mental Health* (NIMH). Bowen adalah seorang Menninger Clinic bertempat di Topeka Kansas. Satir dan Jackson di MRI berusaha untuk mengembangkan komunikasi keluarga. Salah satu gagasan Satir adalah tentang keterampilan untuk menjelaskan maupun melakukan komunikasi dengan kompleks yang terdapat di beberapa metodenya. Buku yang terkenal adalah "*Conjoint Family Therapy*" yang berisikan tentang terapi desimilasi dalam keluarga sebagai salah satu cara komunikasi dalam keluarga.

Setelah keluar dari MRI, Satir diangkat menjadi Direktur *Esalen Institut* di Big Sur, California. Satir merupakan orang terkenal dalam mengajarkan dan memberi pelatihan kepada individu maupun kelompok tentang psikologi humanistik. *Esalen* memberikan perhatiannya terhadap pertumbuhan, kesadaran serta minat yang sama dalam proses sensori. Target kerjaan terapeuntik Esalen di lapangan adalah sebagai berikut :

1. Harga diri setiap anggota keluarga
2. Kualitas penyampaian komunikasi antar anggota keluarga
3. Aturan setiap perilaku dan pernyataan afeksi keluarga
4. Hubungan toleransi antara anggota keluarga dengan masyarakat dan lembaga lainnya.

Beberapa hal dalam pemikiran pandangan Satir tentang manusia, yaitu :

1. Manusia adalah makhluk.

Tiap pemikiran tentang keyakinan dan kepercayaan manusia sebagai makhluk ciptaan Tuhan pasti memiliki relasi dengan sang pencipta, yakni relasi bagaimana manusia itu bisa diciptakan dan untuk apa manusia itu diciptakan? Yaitu untuk menjalankan perintah sang penciptanya demi kebahagiaan manusia baik kebahagiaan di dunia maupun kebahagiaan di akhirat.

2. Manusia merupakan makhluk yang paling tinggi derajatnya serta yang paling indah di antara makhluk lain, karena hal ini maka seorang manusia diamanatkan menjadi seorang pemimpin atau dengan istilah lainnya “Kholifah fil ardh”.

### **Fungsi Keluarga**

Sebuah keluarga adalah tempat pertama tumbuh dan kembang bagi seorang anak baik secara fisik, emosi, spiritual dan sosial. Keluarga merupakan sumber kasih sayang, pelindung dan identitas bagi setiap anggota keluarga. Dalam menjalankan fungsi dari sebuah keluarga yang sangat penting pada masyarakat adalah dari generasi ke generasi. Fungsi utama keluarga Dari kajian lintas budaya menurut Minuchin pada tahun 1974, yakni secara internal memberikan perlindungan secara psikososial bagi setiap anggota keluarga dan secara eksternal menurunkan tradisi dan nilai budaya secara turun temurun kepada anggota keluarga.

### **Ketahanan Keluarga**

Ketahanan sebuah keluarga merupakan kualitas relasi dalam keluarga yang memberikan perhatian terhadap kesehatan emosi dan kesejahteraan (*well-being*) keluarga. Defrain dan Stinnett (2003) mengemukakan terdapat enam karakteristik bagi keluarga yang kukuh dengan indikasi yaitu Memiliki komitmen. Dengan komitmen

maka keberadaan setiap anggota keluarga di akui dan dihargai. Setiap anggota keluarga wajib untuk saling membantu satu sama lainnya sehingga dapat diistilahkan dengan semboyan “satu untuk semua dan semua untuk satu”. Dengan katalain terdapat kesetiaan terhadap setiap anggota keluarga agar mendapatkan kehidupan yang bahagia sehingga itu menjadi prioritas yang diutamakan bagi setiap anggota keluarga.

### **Metode Penelitian**

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan studi literatur sistematis atau *systematic literature review* (SLR). Sumber data pada penelitian ini mengambil dari beberapa jurnal atau artikel yang juga sama membahas tentang metode konseling dalam ketahanan keluarga untuk menghadapi masalah dalam keluarga. Pengertian dari studi literatur review merupakan metode meringkas atau memberikan analisa kritis terhadap artikel atau jurnal bukan penelitian yang diambil tentang objek yang dibahas pada penelitian (Hart, 1998). Pendekatan ini mempunyai tujuan untuk memperoleh pandangan tentang teori dan konsep konseling ketahanan keluarga yang paling banyak digunakan. Objek penelitian ini adalah konseling ketahanan keluarga. Oleh karena itu, teknik pengumpulan data diambil dari banyak sumber data yang tersedia, seperti : buku, artikel yang dipublikasi, indeks kumulatif yang membahas tema penelitian yang sama dengan yang ingin dibahas oleh penulis.

### **Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Untuk memecahkan permasalahan psikologis, secara umum dapat menggunakan teknik atau metode penyelesaian masalah yang sesuai dan sama. Kempler (1968) mengungkapkan tidak adanya metode konseling dalam ilmu psikoterapi eksperiensial, karena kemampuan orang tersebut yang dapat digunakan untuk menyelesaikan masalah. Kesimpulan dari Kempler, adalah psikoterapi eksperiensial lebih berfokus untuk menyelesaikan masalah psikologis secara kekuatan kuratif dari klien itu sendiri. Dalam bidang terapi konseling, konselor mempunyai tugas untuk memiliki keterampilan komunikasi yang mampu membangun relasi dengan klien, seperti kemampuan berkata –

kata yang jelas, mempunyai sikap yang ramah dan sopan, dan mampu memberikan jawaban yang tegas kepada klien agar klien dapat memahami bahwa konselor mengerti permasalahannya (Afdal, 2015).

Dari hasil literatur yang telah diartikan, ada beberapa teknik konseling yang penting untuk dikuasai, yaitu : *joining, use of self, family sculpture, family art therapy, conjoint family therapy, symbolic drawing of family life space, family puppet interviews, role playing, family-life fact chronology, metaphor*, menggunakan sentuhan, penggunaan humor, *multiple family therapy, communication stances*, dan *“I” statements*. Teknik – teknik tersebut mampu menolong konselor untuk mengerti masalah yang sedang ingin diselesaikan oleh klien, dari hasil konseling tersebut didapatkan sebuah solusi yang diberikan oleh konselor untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Afdhal (2015) memberikan pendapat bahwa penggunaan teknik konseling yang baik, bertujuan untuk mendorong keluarnya potensi kreatif dari internal klien, memotivasi, dan meningkatkan rasa kepercayaan diri kepada pasien untuk menyelesaikan masalah dengan baik. Teknik konseling yang digunakan harus baik sesuai dengan kebutuhan pasien, dapat membantu konselor untuk mendorong keterampilan pasien menyelesaikan masalah sulit agar meningkatkan ketahanan klien untuk menghadapi permasalahan. Dalam hasil ini, dapat mendorong kemampuan ketahanan keluarga pada klien.

Adapun langkah – langkah konseling keluarga yang umum dilakukan, yaitu :

1. Konselor dan klien mendefinisikan masalah yang dihadapi klien
2. Klien menghususkan perubahan positif yang dikehendaki setelah dilakukan konseling
3. Konselor dan klien mendiskusikan tujuan yang telah ditetapkan mengenai apakah tujuan itu realistis, kemungkinan manfaatnya, atau kemungkinan kerugiannya;
4. Konselor dan klien membuat keputusan apakah melanjutkan konseling dengan menetapkan teknik yang akan dilaksanakan, mempertimbangkan kembali tujuan yang akan dicapai, atau melakukan evaluasi ulang.

5. Menerapkan teknik *implementasi*, menentukan dan melaksanakan teknik konseling yang digunakan untuk mencapai tingkah laku yang diinginkan yang menjadi tujuan konseling
6. Evaluasi, melakukan kegiatan penilaian apakah kegiatan konseling yang telah dilaksanakan mengarah dan mencapai hasil sesuai dengan tujuan konseling; *Feedback* atau memberikan dan menganalisis umpan balik untuk memperbaiki dan meningkatkan proses konseling (Rahayu, 2017).

Dalam konseling keluarga, mempunyai banyak pendekatan dalam praktek konseling keluarga. Tujuan pendekatan tersebut adalah untuk mengatasi masalah keluarga yang sedang dihadapi dengan mudah dan menolong konselor memberikan jalan keluar masalah dengan mudah. Pentingnya pendekatan ini penting untuk digunakan karena perkembangan teori dan model ketahanan keluarga dan mengarah pada manfaat individu atau kelompok.

Kesimpulannya dalam ketahanan keluarga penting untuk memperhatikan fungsi konseling dan hubungannya bersama faktor – faktor secara keseluruhan yang mempengaruhi. Penyebabnya adalah faktor ketahanan seseorang tidak bergantung hanya pada faktor psikis dan muncul saat masa awal kehidupan keluarga, tapi juga ikut berkembang dan diuji sesuai dengan perkembangan waktu. Konseling sangat dibutuhkan untuk mengembangkan dukungan keluarga, memperbaiki pola komunikasi, dan mengembangkan efikasi diri ataupun tingkat koherensi.

## **Simpulan**

Dari hasil pembahasan yang telah dijabarkan, penulis memperoleh pemahaman yaitu konseling keluarga sangat penting untuk menolong keluarga untuk menghadapi masalah dan kondisi krisis dalam keluarga. Konseling juga berfungsi untuk memperoleh alternatif penyelesaian masalah yang sesuai, mendorong keluarnya kemampuan atau potensi keluarga, meningkatkan kerja sama, dan peran serta tanggung jawab masing – masing anggota keluarga. Dalam konseling keluarga, penting untuk memperhatikan model, metode, pendekatan ataupun teknik yang tepat yang menolong konselor dalam

memberikan konseling terhadap keluarga tersebut. Pada dasarnya, konselor berfokus untuk meningkatkan kehadiran keluarga untuk menyelesaikan masalah bersama. Oleh karena itu, keluarga memerlukan pembagian fungsi anggota keluarga untuk memenuhi kebutuhan keluarga, menjalin komunikasi yang baik, dan bersama mengatasi masalah. Pembagian peran dan fungsi dalam keluarga tidak menjadikan salah satu anggota keluarga mempunyai kedudukan yang lebih tinggi.

Pada penelitian ini, juga menemukan ada hubungan antara konseling keluarga dan ketahanan keluarga berkaitan dengan kaitan utilitas yang menolong keluarga untuk menghadapi masalah dan meningkatkan ketahanan keluarga. Dalam konseling keluarga perlu memperhatikan bentuk konseling yang tepat. Dari hasil studi literaturreview, menekankan bentuk konseling keluarga melalui teknik, model, ataupun pendekatan yang tepat agar membantu keberhasilan ketahanan keluarga.

Secara khusus, pengujian literaturreview ini menyimpulkan bahwa adanya terapi atau konseling keluarga dalam menghadapi masalah dalam keluarga, perlu memperhatikan hal – hal berikut :

1. Fleksibilitas terapi untuk beragamlatarpersoalanyang tidaksama antara satu keluarga dengan lainnya;
2. Sifathumanistikdariterapi agar lebih mampu menyentuh sisi terdalam pasien dan tidaksemata terpakupada prosedurilmiah yang ketat;
3. Keadilandalammemandang persoalan;
4. Melibatkan pertimbangankontekslokal-kulturalyang secara sistemikberdampak pada keluarga dan ketahanan keluargaitu sendiri.

**DaftarPustaka**

Bernard

H.W&FullmerDW,1969,*PrinciplesofGuidance*,Harper&RowPublisher,NewYork.

Davidson,J.K&Moore,N.B,1996,*MarriageandFamily*,AllynandBacon,Boston.

Walsh,F.(2016).Family resilience:A developmentalsystems. *European JournalofDevelopmental*,13(3),313–

324.

FN Laila. 2017. Bimbingan Konseling Keluarga dan Remaja.

<https://core.ac.uk/download/pdf/146505548.pdf> diakses tanggal 1 Agustus 2022 pukul 20.30 wib

Y Sari.2019. Skripsi. Pelaksanaan Bimbingan Konseling Keluarga

<http://repository.radenintan.ac.id/5881/1/SKRIPSI%20YULITA.pdf> diakses tanggal 1 Agustus 2022 pukul 21.00 wib

Ahmad Atabik.Artikel.

<https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/konseling/article/download/1075/987> diakses tanggal 1 Agustus 2022 pukul 20.30 wib

U.Ulfiah. PSYMPATHIC : Jurnal Ilmiah Psikologi eISSN: 2502-2903, pISSN: 2356-3591 Volume 8, Nomor 1, 2021: 69-86 DOI: 10.15575/psy.v8i1.12839.

<https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/viewFile/12839/5749> diakses tanggal 1 Agustus 2022 pukul 19.30 wib

<https://satir.web.unc.edu/about-virginia-satir> diakses tanggal 1 Agustus 2022 pukul 19.30 wib

<https://dp3akb.jabarprov.go.id/official/bimbingan-konseling-keluarga/#:~:text=Family%20Conseling%20atau%20konseling%20keluarga,se>

**PROSIDING**  
Seminar Antarbangsa Bimbingan dan konseling  
Universitas Ahmad Dahlan  
Sabtu, 27 Agustus 2022

[mua%20anggota%20keluarga%20berdasarkan%20kerelaan](#) diakses tanggal 1 Agustus 2022 pukul 20.15 wib

<https://dosen.ung.ac.id/JumadiTuasikal/home/2020/1/30/50-defenisi-konseling.html> diakses tanggal 1 Agustus 2022 pukul 20.30 wib

<http://digilib.uinsby.ac.id/12667/28/Bab%202.pdf> diakses tanggal 1 Agustus 2022 pukul 20.15 wib