

KONSELING KELUARGA DALAM MENANGANGI MASALAH ANAK KURANG PERCAYA DIRI AKIBAT BROKEN HOME

1. Erlinda Komala Dewi, 2. Dr. Akhmad Fajar Prasetya
Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, Indonesia
erlinda1900001083@webmail.uad.ac.id
akh.prasetya@bk.uad.ac.id

Abstrak

Keluarga adalah hal yang sangat berharga. Bahkan ada pepatah mengatakan bahwa harta yang paling berharga adalah keluarga. Keluarga memang sangat berpengaruh dalam kehidupan kita. Namun jika keluarga sudah berpisah maka akan mengganggu kehidupan. Terutama pada anaknya akan mendapatkan beberapa gangguan baik dari mental dan juga tumbuh kembangnya. Maka dari itu membutuhkan konseling keluarga untuk mengatasinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana konseling keluarga dapat menangani masalah anak yang kurang percaya diri akibat broken home. Penelitian ini menggunakan metode literature review. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa konseling keluarga berperan penting dalam tumbuh kembang anak terutama pada anak broken home.

Kata kunci: broken home, konseling, keluarga

Pendahuluan

Masa remaja awal adalah masa dimana anak mencapai tahap pertumbuhan, waktu remaja awal adalah antara usia 12 dan 15. Pada remaja saat itu sistem saraf yang memproses informasi berkembang dengan baik dengan cepat. Untuk memperoleh informasi berarti pertumbuhan otak sempurna sistem saraf yang memproses informasi berkembang dengan baik dengan cepat. Selain itu, ada reorganisasi selama masa pubertas Lobus frontal (hemisfer frontal ke hemisfer atau celah tengah) pada lobus prefrontal ini bekerja dalam merencanakan dan mengambil keputusan yang tepat (Sary, n.d.). Remaja dianggap sebagai periode yang penuh dengan krisis dan badai yang penuh tekanan dan mudah stres karena dipenuhi dengan konflik dan perubahan suasana hati. Selain masa remaja, ada berbagai perubahan dalam aspek biologis, kognitif, dan sosio-emosional untuk mempersiapkan diri

PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

memasuki usia dewasa. Remaja juga mengalami puncak emosionalitasnya dan perkembangan emosi tingkat tinggi. Perkembangan emosi remaja awal menunjukkan sifat sensitive, emosinya bersifat negatif dan temperamental (mudah tersinggung, marah, sedih dan murung). Remaja yang berkembang di lingkungan yang kurang kondusif, kematangan emosionalitasnya terhambat sehingga akan mengakibatkan tingkah laku negatif misalnya agresif, lari dari kenyataan (Sary, n.d., p. 9).

Remaja membutuhkan bimbingan keluarga ketika menghadapi tugas-tugas perkembangan yang sulit. Keluarga penting dalam membimbing remaja melalui tugas-tugas perkembangan masa dewasa. (Wulandri & Fauziah, 2019a) mengatakan keluarga memegang peranan yang sentral dalam perkembangan sosial anak-anak, hal ini tidak perlu diragukan lagi karena keluarga merupakan kelompok yang pertama dalam kehidupan manusia. Keluarga merupakan tempat anak-anak belajar dan menyatakan diri sebagai manusia sosial dalam hubungan interaksi dengan kelompoknya. Orang tua yang memberikan cinta, perhatian, kasih sayang dan bahagia dengan kehidupan pernikahan mereka akan menjadi sosok yang hangat dan suportif terhadap anak-anak mereka, sedangkan hubungan orang tua yang tidak sehat akan menyebabkan anak-anak mereka memiliki kecemasan dan perasaan depresi yang tinggi (Nayana, 2013). Namun, terkadang orang tua tidak dapat memenuhi perannya secara optimal seperti orang tua pada umumnya yang lengkap, yang dapat menyediakan semua kebutuhan anak-anaknya dengan cara yang penuh kasih, emosional, finansial, ini dikenal sebagai broken home.

Masalah keluarga seperti broken home bukan menjadi masalah yang baru tetapi merupakan masalah utama yang menjadi akar-akar kehidupan sang anak. Keluarga merupakan dunia keakraban dan diikat oleh ikatan batin sehingga menjadi hal yang sangat penting bagi kehidupannya (Wulandri & Fauziah, 2019b). Istilah broken home biasa di gunakan untuk menggambarkan kondisi keluarga yang berantakan akibat orang tua yang tidak lagi peduli dengan situasi dan keadaan keluarga di rumah. Orang tua tidak lagi perhatian terhadap anak-anaknya, baik masalah di rumah, sekolah, sampai pada perkembangan pergaulan anak di masyarakat (Fahlevi, 2015). Rumah tangga yang hancur merupakan kondisi di mana orang tua tidak memberikan perhatian atau kasih sayang dan tidak ada komunikasi dua arah dalam kondisi demokratis. Sebagai keluarga broken home terdapat pengaruh pada tumbuh kembang anak-anak keluarga tersebut. Perkembangan anak dalam keluarga broken home bisa terhambat oleh masalah keluarga (Wulandri & Fauziah, 2019a). Berdasarkan pendapat tersebut dapat

PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

disimpulkan bahwa broken home dapat memberikan dampak negatif terhadap perilaku maupun tumbuh kembang anak di luar lingkungan keluarganya, berbagai permasalahan di luar rumah pun bisa saja terjadi akibat tekanan batin atau masalah pribadi yang dipendam dari broken home.

Sementara itu, menurut (Fahlevi, 2015, p. 403) menggambarkan rumah tangga yang broken home merupakan keluarga yang retak, tanpa kehadiran salah satu dari kedua orang tua yang disebabkan karena meninggal, perceraian atau meninggalkan keluarga dalam keluarga broken home, hak anak untuk memiliki lingkungan keluarga yang nyaman tidak terpenuhi karena orang tua seringkali melibatkan anak-anak dalam konflik keluarga. Hal ini mempengaruhi perkembangan anak dan dapat mempengaruhi proses pembentukan karakter dan kepribadian, terutama untuk kehidupan masa depan. Seorang remaja ketika keluarganya sedang dilanda masalah di mana ayah dan ibunya tidak lagi bersatu dapat menggambarkan kondisi ini sebagai rumah yang rusak. Remaja yang mengalami hal ini pasti akan mengalami shock dan menggoyahkan konsep dirinya. Konsep diri yang terjadi pada remaja yang keluarganya mengalami broken home tentunya membuat mereka merasa minder, tidak percaya diri, takut, malu, dan sebagainya. Tentu saja, para remaja merasa tidak nyaman dengan kondisi yang sebenarnya dialami oleh keluarganya. Mungkin ada sebagian yang terlihat biasa saja, hidup dalam keadaan seperti itu, dan tetap sabar. Tidak semua orang bisa hidup seperti itu, kebanyakan anak yang mengalami broken home akan merasakan depresi karena keluarga berantakan atau yang mengakibatkan citra diri negatif (*10410143 Bab 2.Pdf, n.d.*)

Keluarga harus didasari oleh cinta, saling pengertian, dan perdamaian. Namun banyak fenomena yang telah ditemukan dalam beberapa tahun terakhir yaitu tentang masalah keluarga seperti pertengkaran, kecemburuan, perselingkuhan, perbedaan pendapatan, perbedaan prinsip hidup, atau bercerai. Permasalahan yang terjadi di rumah tangga sangat berbahaya jika dibiarkan saja permasalahan harus segera ditemukan solusi terbaik sehingga tidak menimbulkan dampak negatif pada anak atau keluarga yang lain. Penyelesaian berbagai permasalahan dalam keluarga salah satunya dapat di selesaikan melalui konseling keluarga sehingga permasalahan yang di hadapi dapat terselesaikan dan menanggulangi dampak negatif pada anak (Rahayu, 2017).

Memahami Pola Hubungan Disfungsional dalam Keluarga Anda

Banyak orang berharap begitu mereka meninggalkan rumah, mereka akan meninggalkan masalah keluarga dan masa kecil mereka. Namun, banyak yang menemukan bahwa mereka mengalami masalah yang sama, serta perasaan dan pola hubungan yang serupa, lama setelah mereka meninggalkan lingkungan keluarga. Idealnya, anak-anak tumbuh di lingkungan keluarga yang membantu mereka merasa berharga dan dihargai. Mereka belajar bahwa perasaan dan kebutuhan mereka penting dan dapat diungkapkan. Anak-anak yang tumbuh di lingkungan yang mendukung

seperti itu cenderung membentuk hubungan yang sehat dan terbuka di masa dewasa. Namun, keluarga mungkin gagal memenuhi banyak kebutuhan emosional dan fisik anak-anak mereka. Selain itu, pola komunikasi keluarga dapat sangat membatasi ekspresi perasaan dan kebutuhan anak. Anak-anak yang tumbuh dalam keluarga seperti itu cenderung mengembangkan harga diri yang rendah dan merasa bahwa kebutuhan mereka tidak penting atau mungkin tidak boleh dianggap serius oleh orang lain. Akibatnya, mereka dapat membentuk hubungan yang tidak memuaskan sebagai orang dewasa.

Jenis Keluarga Disfungsional

Berikut ini adalah beberapa contoh pola yang sering terjadi pada keluarga yang disfungsional.

- Satu atau dua wali memiliki cara berperilaku yang membentuk kebiasaan atau impulsif (misalnya, obat-obatan terlarang, minuman keras, tidak pandang bulu, bertaruh, menguras tenaga dan tambahan memanjakan) yang pada dasarnya mempengaruhi kerabat.
- Satu atau dua wali menggunakan bahaya atau kebrutalan yang sebenarnya sebagai metode penting untuk mengontrol. Anak-anak mungkin perlu mengamati kebiadaban, mungkin terpaksa mengambil bagian dalam penolakan kerabat, atau mungkin hidup dalam ketakutan tentang ledakan yang tidak stabil.
- Perlakuan ganda terhadap anak-anak oleh satu atau dua wali dan menganggap mereka sebagai properti yang peran dasarnya adalah untuk memenuhi kebutuhan fisik atau yang berpotensi dekat dengan rumah orang dewasa (misalnya untuk melindungi wali atau menghibur individu yang putus asa).
- Satu atau dua wali tidak dapat memberikan pertimbangan fisik atau uang yang penting untuk anak mereka, atau mengambil langkah untuk menarik diri. Pada dasarnya, satu atau dua wali lalai untuk memberi anak-anak mereka dorongan sehari-hari yang memuaskan.
- Satu atau dua wali menerapkan perintah tiran yang solid atas anak-anak. Seringkali keluarga-keluarga ini dengan teguh berpegang pada keyakinan tertentu (ketat, politik, moneter, individu). Konsistensi dengan asumsi pekerjaan dan dengan aturan adalah normal dengan hampir tidak ada kemampuan beradaptasi.

Ada banyak variabilitas dalam seberapa sering interaksi dan perilaku disfungsional terjadi dalam

PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

keluarga, dan dalam jenis dan tingkat keparahan disfungsi mereka. Namun, ketikapola seperti di atas adalah norma daripada pengecualian, mereka secara sistematis mendorong pelecehan dan / atau pengabaian. Anak-anak dapat:

- Dipaksa untuk memihak dalam konflik antara orang tua.
- Mengalami "pergeseran realitas" di mana apa yang dikatakan bertentangan dengan apa yang sebenarnya terjadi (misalnya, orang tua dapat menyangkal sesuatu terjadi yang sebenarnya diamati oleh anak, misalnya, ketika orang tua menggambarkan makan malam liburan yang menghancurkan sebagai "waktu yang baik").
- Diabaikan, diabaikan, atau dikritik karena perasaan dan pikiran mereka.
- Memiliki orang tua yang tidak tepat mengganggu, terlalu terlibat dan protektif.
- Memiliki orang tua yang tidak pantas jauh dan tidak terlibat dengan anak-anak mereka.
- Memiliki struktur dan tuntutan yang berlebihan yang ditempatkan pada waktu, pilihanteman, atau perilaku mereka; atau sebaliknya, tidak menerima pedoman atau struktur.
- Mengalami penolakan atau perlakuan istimewa.
- Dibatasi dari komunikasi penuh dan langsung dengan anggota keluarga lainnya.
- Diizinkan atau didorong untuk menggunakan narkoba atau alkohol.
- Dikurung di luar rumah.
- Ditampar, dipukul, dicakar, ditinju, atau ditendang.

Masalah yang Dihasilkan

Pelecehan dan penelantaran menghambat perkembangan kepercayaan anak-anak di dunia, pada orang lain, dan pada diri mereka sendiri. Kemudian sebagai orang dewasa, orang-orang ini mungkin merasa sulit untuk mempercayai perilaku dan perkataan orang lain, penilaian dan tindakan mereka sendiri, atau rasa kelayakan diri mereka sendiri. Tidak mengherankan, mereka mungkin mengalami masalah dalam pekerjaan akademis mereka, hubungan mereka, dan dalam identitas mereka.

Sama dengan orang lain, anggota keluarga yang dilecehkan dan diabaikan sering berjuang untuk menafsirkan keluarga mereka sebagai "normal." Semakin mereka harus mengakomodasi untuk

PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

membuat situasi tampak normal (misalnya, "Tidak, saya tidak dipukuli, saya hanya dipukul. Ayah saya tidak kejam, itu hanya caranya"), semakin besar kemungkinan mereka salah menafsirkan diri mereka sendiri dan mengembangkan konsep diri yang negatif (misalnya, "Saya memilikinya datang; Aku anak busuk").

Membuat Perubahan

Terkadang kita melanjutkan peran kita karena kita menunggu orang tua kita untuk memberi kita "izin"; untuk berubah. Tapi izin itu hanya bisa datang dari Anda. Seperti kebanyakan orang, orang tua dalam keluarga disfungsi sering merasa terancam oleh perubahan pada anak-anak mereka. Akibatnya, mereka dapat menggagalkan upaya Anda untuk berubah dan bersikeras bahwa Anda "berubah kembali." Itulah mengapa sangat penting bagi Anda untuk mempercayai persepsi dan perasaan Anda sendiri. Perubahan dimulai dengan Anda. Beberapa hal spesifik yang dapat Anda lakukan meliputi:

- Identifikasi pengalaman menyakitkan atau sulit yang terjadi selama masa kecil Anda.
- Buatlah daftar perilaku, keyakinan, dll. yang ingin Anda ubah.
- Di samping setiap item dalam daftar, tuliskan perilaku, keyakinan, dll. yang ingin Anda lakukan / miliki sebagai gantinya.
- Pilih satu item dalam daftar Anda dan mulailah mempraktikkan perilaku atau keyakinan alternatif. Pilih item termudah terlebih dahulu.
- Setelah Anda dapat melakukan perilaku alternatif lebih sering daripada aslinya, pilih item lain dalam daftar dan berlatihlah mengubahnya juga.

Selain bekerja sendiri, Anda mungkin merasa terbantu untuk bekerja dengan sekelompok orang dengan pengalaman serupa dan/atau dengan konselor profesional.

Pertimbangan Khusus

Saat Anda membuat perubahan, ingatlah hal-hal berikut:

- Berhentilah mencoba menjadi sempurna. Selain itu, jangan mencoba membuat keluarga Anda sempurna.
- Sadarilah bahwa Anda tidak mengendalikan kehidupan orang lain. Anda tidak memiliki kekuatan untuk membuat orang lain berubah.
- Jangan mencoba memenangkan perjuangan lama – Anda tidak bisa menang.
- Tetapkan batasan yang jelas - misalnya, jika Anda tidak berencana mengunjungi

orang tua Anda untuk liburan, katakan "tidak," bukan "jadilah."

- Identifikasi apa yang Anda inginkan terjadi. Ketahuilah bahwa ketika Anda berhenti berperilaku seperti dulu, bahkan untuk waktu yang singkat, mungkin ada reaksi merugikan dari keluarga atau teman-teman Anda. Antisipasi apa reaksinya (misalnya, air mata, teriakan, tanggapan mengintimidasi lainnya) dan putuskan bagaimana Anda akan merespons.

Penyebab Keluarga Broken Home

Pemisahan orang tua: Kapan pun, di mana pun dan bagaimanapun, berpisah bukanlah hal yang baik untuk kehidupan sehari-hari. Namun, itu berhasil. Perpisahan diakui menjadi tujuan utama bagi keluarga yang hancur. Perdebatan normal di antara pasangan adalah masalah keuangan, kesan seksual yang salah, pernikahan dini, kehamilan sekolah menengah, pelatihan, masalah medis, dan sebagainya. Ketika wali berpisah, biasanya salah satu dari mereka atau kadang-kadang keduanya keluar. Kemudian, pada saat itu, kekurangan satu atau dua wali akan mempengaruhi organisasi keluarga, kemudian keluarga akan hancur berkeping-keping.

Perceraian adalah tantangan terberat yang bisa terjadi pada pasangan terutama jika mereka memiliki anak. Memang menyakitkan bagi suami dan istri untuk akhirnya mengakhiri pernikahan mereka tetapi mereka adalah dua individu dewasa yang cukup kuat untuk menangani perubahan dalam hidup mereka. Dampak dari pergantian peristiwa ini dalam kehidupan keluarga lebih menghancurkan anak-anak.

Tidak hanya itu, mereka pada saat itu juga sedih mendengar kabar bahwa orang tua mereka akan bercerai. Namun hal terburuk yang bisa terjadi adalah efek jangka panjang yang pada akhirnya bisa merusak masa depan mereka. Melewati perceraian adalah situasi yang sangat sulit; biasanya anak-anak mereka yang selalu menderita. Pertengkaran orang tua adalah salah satu penyebab dasar keluarga berantakan. Uang sebagian besar menjadi penyebab dasar penyebab pertengkaran pasangan. Terlalu banyak uang dalam pikiran seseorang dapat menyebabkan keserakahan; ini akan membuat orang tersebut melupakan cinta terhadap pasangannya. Satu lagi adalah ketidaksetiaan; dalam pernikahan, pasangan harus setia terhadap pasangannya. Dalam situasi ini baik suami atau istri berselingkuh dengan orang lain yang pada akhirnya akan menyebabkan tidak setia kepada pasangannya.

Hilangnya kepercayaan adalah faktor lain. Setiap kali pasangan kehilangan kepercayaan satu sama lain, mereka berakhir dengan perceraian. Kepercayaan merupakan faktor penting dalam sebuah pernikahan, jika seseorang kehilangan kepercayaan kepadapasangannya, orang

PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

tersebut akhirnya bercerai atau dia memilih untuk berselingkuh, pertama kemudian berakhir dengan perceraian. Ketidakmampuan untuk mengelola atau menyelesaikan suatu konflik juga menjadi salah satu penyebabnya, dalam situasi ini baik suami maupun istri bertengkar tentang sesuatu tetapi tidak dapat menyelesaikannya. Hal ini membuat pasangan itu terbalik bahwa mereka tidak cocok dalam banyak hal dan seberapa banyak mereka mencoba untuk menyelesaikan ketidakcocokan mereka tidak akan terjadi apa-apa karena mereka berdua akan berakhir bertengkar lagi.

Kematian: Jelas bahwa kematian mengurangi kekuatan keluarga. Lebih buruk lagi, kematian terkadang mengarah pada keluarga yang hancur. Seperti alasan lain semua kematian dalam keluarga tidak serta merta membawa kehancuran, tetapi dengan kematian ibu atau ayah anak-anak menjadi ibu/ayah kurang. Ketika anak-anak menyadari bahwa orang tua tidak akan pernah kembali, mereka menjadi terganggu secara emosional. Apalagi jika pasangan yang ditinggalkan menjalani kehidupan yang drastis untuk mencari kebahagiaan setelah kehilangan pasangannya, akibatnya dalam keluarga tidak bisa sehat dan sejahtera untuk kehidupan keluarga. Kemudian mulai rusak. Di awal kehidupan, kehilangan ibu lebih merusak daripada kehilangan ayah. Ibu memainkan peran yang sangat penting dalam mengasuh anak selama tahun-tahun pembentukan kehidupan. Namun seiring bertambahnya usia anak, kehilangan ayah seringkali lebih serius daripada kehilangan ibu, terutama bagi anak laki-laki. Kadang-kadang ibu mungkin kekurangan waktu dan energi untuk memberi anak-anak perawatan yang mereka butuhkan karena dia memiliki beban ganda untuk mengurus rumah dan mencari nafkah. Tetapi jika anak-anak kehilangan kedua orang tuanya, efeknya menjadi dua kali lipat serius.

Administrasi tanpa syarat: Kegagalan dalam administrasi dalam keluarga adalah salah satu penyebab pecahnya keluarga. Jika ayah atau ibu atau kepala lainnya gagal untuk mengelola, akan ada masalah di antara anggota keluarga. Mereka akan bebas melakukan apa saja dan sesuka mereka di rumah dan di luar. Maka kehidupan yang tidak sistematis dan tidak tepat akan mempengaruhi sisa hubungan dalam keluarga. Jika hubungan semakin memburuk, pasti akan ada kehilangan kepedulian yang bisa berujung pada keretakan dalam keluarga.

orang tua atau teman : Alasan lain mengapa sebuah keluarga putus adalah karena pengaruh orang tua atau teman. Ketika pihak ketiga telah terlibat dalam masalah di dalam rumah, kata-kata kotor kemungkinan besar akan terjadi dan kesalahpahaman hanya akan bertambah buruk. Setiap orang memiliki teman; kami biasa berbagi masalah kami dengan mereka. Tapi bisa berdampak negatif. Kepada siapa kami pikir bantuan akan datang, nasihat tak terduga lainnya mungkin datang. Sering kali, keluarga yang hancur, terutama perpisahan orang tua terjadi karena pengaruh yang dibuat oleh teman-teman kita.

Masalah-masalah yang dihadapi oleh anak-anak dari keluarga yang rusak Anggota

PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

keluarga merupakan lingkungan pertama anak dan merupakan orang yang paling signifikan selama tahun-tahun awal kehidupan. Jenis keluarga di mana anak-anak tumbuh mempengaruhi perkembangan mereka dengan menentukan jenis hubungan yang mereka bagi dengan anggota keluarga yang berbeda. Rumah memberi anak-anak perasaan aman dan stabilitas. Ini penting untuk penyesuaian pribadi dan sosial. Apa pun yang mengganggu perasaan ini dapat dianggap berbahaya bagi anak-anak. Hubungan yang berbahaya melibatkan semua anggota keluarga dan kemungkinan broken home menjadi lebih besar.

Untuk anak-anak: Anak-anak adalah orang-orang yang mengalami efek buruk dari keluargayang rusak. Sebuah dampak cepat telah dihentikan pada mereka. Pada titik beberapa isolasi, anak-anak yang paling terpengaruh dan dirugikan mereka sebenarnya, secara nyata dan sosial. Anak-anak harus mengalami masa kanak-kanak dalam keluarga yang sehat di mana mereka bisa mendapatkan cinta, perhatian, dan perhatian dari orang tua mereka. Namun dalam keluargayang hancur, dari mana anak-anak akan mendapatkan cinta dan perhatian seperti itu? Oleh karena itu , anak-anak dari keluarga broken home biasanya tumbuh dengan berkelakuan rendahdan buruk. Anak-anak yang membuat masalah, persaingan dan ketidakpuasan di sekolah atau tempat berkumpul lainnya biasanya berasal dari keluarga yang rusak. Sebagian besar anak-anak yang dirawat di Rumah Tahanan, atau pusat-pusat sosial lainnya karena beberapa kesalahan serius, dibesarkan dari keluarga berantakan di mana tidak ada administrasi dan standar hidup yang layak. Keluarga yang rusak diikuti oleh masalah keuangan pada umumnya. Itulah mengapa; anak-anak cenderung lebih banyak mencuri dan merampok.

Rumah tangga yang rusak bisa membuat anak menjadi insecure. Tidak aman, dalam arti bahwa dia tidak lagi memiliki keluarga lengkap yang bisa dia sebut sebagai miliknya. Bagipikiran seorang anak, sebuah keluarga terdiri dari ayah, ibu, dan anak-anak. Dan hidup tanpa ayah atau ibunya akan menciptakan ketakutan dan rasa tidak aman dalam dirinya. Perasaan tidak aman ini bahkan akan terpicu jika dia berada di sekitar teman-temannya yang menjalanikehidupan normal, lengkap dan bahagia. Hal ini terutama berlaku dalam acara sekolah di manakehadiran orang tua diperlukan . Ada banyak kegiatan sekolah yang melibatkan orang tua danmelihat adegan seperti ini bahkan akan membuatnya merasa malu dengan situasi keluarganya.

Ketidakamanan, keraguan diri dan kurangnya rasa percaya diri pada seorang anak pada akhirnya dapat membuatnya tidak tertarik pada sekolah. Lebih sering, mereka yang putus sekolah adalah produk dari keluarga yang rusak. Terkadang reaksi anak terhadap pengumuman perceraian orang tuanya tidak terlihat. Dia menyimpan sendiri rasa sakit, syok dan kemarahan yang dia rasakan. Hal ini pada gilirannya membuatnya rentan terhadap kemarahan, depresi, balas dendam, alkohol, kejahatan, obat-obatan dan sebagainya. Dia menjadikan ini sebagai outletnya. Terlalu banyak depresi, kecanduan alkohol dan ketergantungan obat, jika tidak

diobati, dapat membuatnya sakit jiwa atau dapat mengubahnya menjadi penjahat. Dia bahkan mungkin mencoba bunuh diri jika dia tidak bisa lagi menangani semua kemalangan yang dia pikir membunuhnya dengan lembut

Meskipun, katakanlah, satu orang tua masih membimbing anaknya, kadang-kadang efek traumatis dari perceraian terlalu berat untuk ditangani oleh seorang anak sehingga ia bahkan mungkin kehilangan minat pada kehidupan itu sendiri.

1. Kepada orang tua: Akibat dari pecahnya keluarga kepada orang tua disebabkan oleh kematian dan sebab-sebab lain selain perceraian. Ketika mereka kehilangan anak-anak mereka, mereka mengembangkan kesedihan dan kecemasan. Penderitaan mental mereka berdampak buruk pada kesehatan mereka. Ada beberapa orang tua yang kehilangan kesehatan dan akhirnya meninggal. Di sana pecahnya keluarga adalah kehilangan besar bagi setiap anggota keluarga.

2. Kepada Masyarakat: Keluarga berantakan merupakan masalah utama masyarakat yang harus mendapat perhatian yang cukup. Perilaku pengaturan keluarga mempengaruhi aspek sosial, ekonomi dan politik suatu negara. Lebih banyak keluarga yang rusak menghasilkan lebih banyak pengaruh negatif di masyarakat. Masyarakat dibangun dengan kehidupan komunitari dari orang-orang yang tinggal di dalamnya. Namun masyarakat yang adil dan menyenangkan bertahan pada kekuatan dan kapasitas saling peduli satu sama lain. Harus ada standar hidup yang layak. Sementara itu, masyarakat dulunya memiliki serangkaian masalah perampokan, pembunuhan, pemerkosaan, pencurian, mengganggu orang lain, membuat keributan, dll. Dikatakan bahwa semua masalah sosial ini muncul dari orang-orang yang tidak mendapatkan pengajaran yang tepat di tempat mereka. rumah; biasanya mereka adalah keluarga yang rusak.

Emosional

Anak-anak cenderung mengalami kesulitan menghadapi perubahan. Ketika orang tua meninggalkan keluarga, orang tua tiri bergabung dengan keluarga, atau anak merasa kebutuhan emosional mereka tidak terpenuhi oleh ibu mereka, mereka mungkin mengungkapkan perasaan marah, dendam, bingung dan cemburu. Hal ini dapat menyebabkan kesepian, isolasi, depresi dan harga diri yang rendah jika anak tidak tahu bagaimana mengekspresikan perasaan mereka dengan

benar.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode penelitian literature review. Teknik pengumpulan data dengan mencari penelitian terdahulu sebagai referensi dan juga menganalisa data yang telah dikumpulkan.

Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru, ditemukan bahwa anak-anak dengan masalah di sekolah memiliki latar belakang kehidupan keluarga yang kurang harmonis. Kemudian guru merekomendasikan 6 siswa untuk diberikan intervensi psikologis. Keenam siswa tersebut mengalami patah rumah dan dikenal sebagai problem maker di sekolah. Keluarga broken home yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keluarga yang kurang harmonis, selalu konflik atau perkelahian antara suami dan istri, atau hambatan komunikasi antara suami dan istri atau antara orang tua dan anak, dan keluarga yang bercerai antara orangtua mereka.

Wawancara individu dilakukan pada 6 siswa ini. Hasil wawancara dengan siswa: 1) Mata pelajaran 1, kedua orang tua masih utuh, namun sering terjadi pertengkaran karena situasi ekonomi keluarga. Ayah bekerja sebagai buruh dan ibu sebagai ibu rumah tangga. Subjek sebagai anak pertama juga sering disalahkan ketika membuat adik-adiknya menangis atau menolak membantu orang tuanya. Dia merasa diabaikan oleh orang tuanya, dan merasa tertekan oleh perlakuan orang tuanya karena memanjakan adik-adiknya dan sering memarahinya. 2) Subjek 2, orang tuanya masih utuh, tetapi dia tinggal bersama neneknya. Hubungannya dengan orang tuanya tidak dekat karena orang tuanya sibuk bekerja di luar kota. Dia merasa orang tuanya tidak memperhatikan, jadi dia merasa kesal dan merasa tidak nyaman tinggal di rumah. 3) Subjek 3, kedua orang tuanya telah bercerai, ia tinggal bersama ibu kandung dan ayah tirinya. Dia merasa bahwa dia belum menerima cukup perhatian dan kasih sayang sejak saudara tirinya lahir, jadi dia lebih suka menghabiskan waktu bersama teman-temannya di luar, karena dia merasa tidak nyaman di rumah. 4) Subjek 4, ayahnya meninggalkan dia dan ibunya tanpa kejelasan sejak dia masih kecil. Kondisi ini membuatnya marah, bingung dan sedih. Ketika di sekolah, dia tidak merasa bersemangat untuk belajar. 5) Subjek 5, tinggal bersama orang tua mereka, tetapi sering terjadi pertengkaran, terutama dengan ibu, karena ia merasa dia tidak mengerti dan sering dituduh melakukan sesuatu. Orangtuanya tidak harmonis karena sering bertengkar. Ditambah lagi perlakuan ayahnya yang sering berkata kasar saat marah. Kondisi ini membuatnya merasa tidak mendapatkan perhatian kasih sayang. Subjek juga terkadang merasa kesal dengan sikap orang tuanya yang sering bertengkar. 6) Subjek 6, kedua orang tua masih utuh, tetapi terkadang mereka bertengkar. Ayah bekerja sebagai pengantar online dan ibu sebagai ibu rumah tangga.

Menurutnya, ia tidak mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orang tuanya, kondisi di rumah kurang menyenangkan, sehingga ia lebih suka menghabiskan waktu di luar bersama teman-temannya.

Apa manfaat dari konseling keluarga?

Manfaat konseling bervariasi dari keluarga ke keluarga, namun itu dapat mencakup:

- mengembangkan batas-batas yang sehat
- meningkatkan komunikasi
- mendefinisikan peran seseorang dalam keluarga
- meningkatkan dinamika dan hubungan keluarga
- menyediakan kekuatan dan alat koping untuk anggota keluarga
- mengatasi interaksi disfungsional
- meningkatkan kemampuan pemecahan masalah keluarga

Penelitian dari 2019 menunjukkan bahwa terapi keluarga secara efektif mengatasi masalah dengan anak-anak, termasuk:

- gangguan perilaku
- kecanduan zat
- perilaku menyinggung
- depresi

Jenis konseling keluarga

Beberapa konselor keluarga menawarkan kunjungan rumah atau sesi online. Ini dapat memberi keluarga lebih banyak hiburan daripada pertemuan berbasis kantor. Namun, keluarga lain mungkin lebih suka konseling di luar lingkungan rumah.

Ada beberapa jenis konseling keluarga:

- Terapi keluarga fungsional

Ini umumnya berpusat di sekitar keluarga dengan anak-anak atau remaja dengan masalah dekat dengan rumah atau sosial yang kompleks. Anak-anak dan orang tua mereka atau figur orang tua dapat pergi ke kelas 8-30 kali setiap minggu bersama-sama.

Kursus ini akan membantu keluarga dengan sistem pembelajaran untuk beradaptasi dengan cara anak-anak berperilaku dan lebih mengembangkan kerja keluarga.

- Perawatan multisistem

Diharapkan untuk menyelesaikan setiap perilaku dan masalah mendalam anak-anak dan remaja. Perawatan multisistem juga berpusat pada masalah yang lebih luas dengan cara anak berperilaku. Misalnya, diharapkan untuk membangun kerjasama mereka dengan kerangka sosial, seperti sekolah atau lingkungan.

- Perawatan transgenerasional

Ini termasuk penasihat yang menganalisis kerja sama lintas usia, misalnya, antara wali atau figur orang tua dan anak-anak. Tujuannya adalah untuk memahami apa arti reaksi masa lalu terhadap tantangan bagi komunikasi atau masalah keluarga saat ini. Perawatan transgenerasi membantu ketika masalah dan cara berperilaku bertahan sepanjang usia. Demikian juga, ini dapat membantu memperkirakan bagaimana masalah akan berkembang mulai sekarang, karena cara berperilaku sebelumnya merupakan indikator yang baik untuk cara berperilaku di masa depan.

- Perawatan keluarga vital singkat

Perlakuan ini diharapkan dapat mengubah contoh pergaulan antar kerabat. Jangka waktu mediasi terbatas menargetkan masalah keluarga yang mengarah pada efek samping rumit yang ditampilkan di masa muda. Perawatan keluarga vital paling terbatas akan berlangsung 12-16 pertemuan.

Penelitian melaporkan bahwa bentuk terapi ini memiliki manfaat jangka panjang. Para peneliti menemukan bahwa terapi keluarga strategis singkat lebih efektif daripada pengobatan seperti biasa, seperti terapi kelompok dan kelompok pelatihan orang tua, dalam mengurangi penangkapan dan penahanan dalam jangka pendek dan panjang.

- Terapi struktural

Terapi struktural berurusan dengan masalah yang muncul dari struktur keluarga. Ini bertujuan untuk mencapai hierarki keluarga yang berfungsi dan seimbang dengan batas-batas yang sesuai antara anggota. Perbedaan utama dalam terapi struktural adalah bahwa ia berfokus pada struktur daripada perilaku spesifik yang menyebabkan masalah.

Menemukan Terapis Keluarga

Memilih terapis yang tepat dapat memakan waktu dan usaha. Di bawah ini adalah saran untuk membantu Anda memulai pencarian Anda untuk kecocokan yang tepat:

- **Tanyakan kepada dokter perawatan primer Anda.** Spesialis keluarga sering dapat merujuk pasien ke pernikahan berkualitas dan administrasi pendampingan keluarga. Setelah bekerja dengan keluarga yang berbeda dengan masalah yang

PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

sebanding, spesialis keluarga sering kali mendapatkan pemahaman tentang penasihat keluarga mana yang paling siap membantu keluarga. Pikirkan tentang mencari panduan dari PCP Anda.

- **Pertimbangan damai.** Jika Anda memiliki tempat dengan pertemuan yang ketat, Anda dapat mencari bimbingan dari menteri, ulama, rabi, dan sebagainya. Seringkali keluarga dengan fondasi yang kuat dan kokoh memilih penasihat dengan kepercayaan diri mereka sendiri.
- **Referensi online.** Asosiasi Terapi Keluarga dan Pernikahan Amerika menawarkan layanan pencari penasihat berbasis internet yang memungkinkan Anda mencari pasangan berdasarkan wilayah geografis.
- **Proposal individu.** Salah satu sumber referensi spesialis yang paling luar biasa adalah bagi mereka yang sudah mendapatkan keuntungan dari layanan seorang penasihat. Jika Anda mengenal keluarga yang pernah menjadi sutradara, dapatkan informasi tentang pertemuan mereka dengan spesialis. Cari tahu bagaimana spesialis menyampaikan dan aktivitas eksplisit apa yang diberikan orang tersebut kepada rekan Anda.

Pertanyaan untuk berpose. Saat bertemu dengan seorang ahli tentang kemungkinan bekerja dengan keluarga Anda, Anda harus mengajukan pertanyaan berikut:

- Dari mana Anda memperoleh pendidikan tinggi ahli Anda?
- Apakah sertifikasi Anda dalam perawatan keluarga atau disiplin terkait?
- Siapa yang mengatur tahun klinis Anda yang paling berkesan?
- Berapa lama Anda berlatih?
- Apa keterlibatan Anda dalam isu khusus saya?
- Apa cara filosofis Anda dalam menghadapi nasihat keluarga? Ada berbagai cara berpikir dalam perawatan keluarga, dan Anda perlu tahu bagaimana spesialis keputusan Anda melihat keluarga.

KESIMPULAN

Keluarga adalah hal yang sangat berharga. Bahkan ada pepatah mengatakan bahwa

PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

harta yang paling berharga adalah keluarga. Keluarga memang sangat berpengaruh dalam kehidupan kita. Namun jika keluarga sudah berpisah maka akan mengganggu kehidupan. Terutama pada anaknya akan mendapatkan beberapa gangguan baik dari mental dan juga tumbuh kembangnya. Maka dari itu membutuhkan konseling keluarga untuk mengatasinya. Kaum muda membutuhkan keluarga sebagai pemandu dalam mengelola usaha-usaha formatif yang merepotkan. Keluarga sangat penting untuk mengarahkan pemuda melalui usaha formatif menuju kedewasaan. keluarga adalah tempat pertama bagi anak-anak untuk belajar dan mengekspresikan diri sebagai manusia sosial dalam interaksi dengan masyarakat. Keluarga juga bertanggung jawab untuk membesarkan anak-anak, mengalokasikan sumber daya rumah dan mengurus kebutuhan semua anggota keluarga. Keluarga yang mengalami gangguan akan mempengaruhi semua anggota, tidak hanya orang tua, tetapi juga anak-anak. Remaja yang dibesarkan dalam lingkungan yang harmonis, di mana orang tua mereka memberikan cinta, perhatian dan bimbingan dalam kehidupan keluarga, perkembangan kepribadian mereka cenderung positif.

Namun, tidak semua keluarga berjalan dengan harmonis. Ada keluarga yang berpisah atau disebut dengan broken home. Hal ini dapat mengganggu kesehatan mental dan emosional anak. Maka dari itu, dibutuhkan cara agar dapat mengatasinya. Salah satu cara yang dapat digunakan adalah dengan konseling keluarga. Pelecehan dan penelantaran menghambat perkembangan kepercayaan anak-anak di dunia, pada orang lain, dan pada diri mereka sendiri. Kemudian sebagai orang dewasa, orang-orang ini mungkin merasa sulit untuk mempercayai perilaku dan perkataan orang lain, penilaian dan tindakan mereka sendiri, atau rasa kelayakandiri mereka sendiri. Tidak mengherankan, mereka mungkin mengalami masalah dalam pekerjaan akademis mereka, hubungan mereka, dan dalam identitas mereka. Maka darinya dibutuhkan konseling keluarga agar dapat membantu anak mengontrol emosi dan mentalnya.

PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

Referensi

10410143 Bab 2.pdf. (n.d.).

Fahlevi, M. Alfeisyahri. (2015). Nilai Keperawanan Pada Remaja Putri Dengan Orang Tua

Bercerai. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(4).

<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v3i4.3880>

Nayana, Firra Noor. (2013). *KEFUNGSIAN KELUARGA DAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA*

REMAJA. 01, 15.

Rahayu, Sestuningsih Margi. (2017). *KONSELING KELUARGA DENGAN PENDEKATAN*

BEHAVIORAL: STRATEGI MEWUJUDKAN KEHARMONISAN DALAM KELUARGA. 9.

Sary, Yessy Nur Endah. (n.d.). *PERKEMBANGAN KOGNITIF DAN EMOSI PSIKOLOGI MASA*

REMAJA AWAL. 7.

Wulandri, Desi, & Fauziah, Nailul. (2019a). *PENGALAMAN REMAJA KORBAN BROKEN HOME*

(STUDI KUALITATIF FENOMENOLOGIS). 8, 9.

Wulandri, Desi, & Fauziah, Nailul. (2019b). *PENGALAMAN REMAJA KORBAN BROKEN HOME*

(STUDI KUALITATIF FENOMENOLOGIS). 8, 9.

Siregar, R. (2015). Urgensi konseling keluarga dalam menciptakan keluarga sakinah.

HIKMAH: Jurnal Ilmu Dakwah Dan Komunikasi Islam, 2(1), 77-91.

Rahayu, S. M. (2017). Konseling keluarga dengan pendekatan behavioral: Strategi mewujudkan keharmonisan dalam keluarga. In *Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2017* (pp. 264-272).

Laela, F. N. (2017). Bimbingan konseling keluarga dan remaja edisi revisi.

PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

Sumarwiyah, S., Zamroni, E., & Hidayati, R. (2015). Solution focused brief counseling(SFBC): Alternatif pendekatan dalam konseling keluarga. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1(2).

Afdal, A. (2015). Pemanfaatan konseling keluarga eksperensial untuk penyelesaian kasus kekerasan dalam rumah tangga. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 1(1).

Kibtyah, M. (2014). Peran Konseling Keluarga Dalam Menghadapi Gender Dengan Segala Permasalahannya. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 9(2), 361-380.

LAILI, F. M. (2015). *Penerapan Konseling Keluarga untuk mengurangi kecanduan Game online pada siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Surabaya* (Doctoral dissertation, State University of Surabaya).

Yanti, N. (2020). Mewujudkan keharmonisan rumah tangga dengan menggunakan konseling keluarga. *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(1), 8-12.

Sari, A. (2016). Konseling keluarga untuk mencegah perceraian. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(1).

Purnamasari, I. A. (2019). Layanan bimbingan konseling keluarga untuk meminimalisasi angka perceraian. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam*, 7(1), 41-60.

Ulfiah, U. (2021). Konseling Keluarga untuk Meningkatkan Ketahanan Keluarga. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 69-86.

Pratama, R., Syahniar, S., & Karneli, Y. (2016). Perilaku agresif siswa dari keluarga broken home. *Konselor*, 5(4).

Wulandari, D., & Fauziah, N. (2019). Pengalaman remaja korban broken home (studi kualitatif fenomenologis). *Jurnal Empati*, 8(1), 1-9.

PROSIDING

Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling

Universitas Ahmad Dahlan

Sabtu, 27 Agustus 2022

Aziz, M. (2015). Perilaku sosial anak remaja korban broken home dalam berbagai perspektif (Suatu penelitian di SMPN 18 kota Banda Aceh). *Jurnal Al-Ijtima'iyah*, 1(1).

Hasanah, M., & Maarif, M. A. (2021). Solusi Pendidikan Agama Islam Mengatasi Kenakalan Remaja Pada Keluarga Broken Home. *Attadrib: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 4(1), 39-49.

Trianingsih, R. (2019). Pengaruh Keluarga Broken Home Terhadap Perkembangan Moral dan Psikososial Siswa Kelas V SDN 1 Sumberbaru Banyuwangi. *Jurnal Pena Karakter*, 2(1), 9-16.

Hafiza, S., & Mawarpury, M. (2018). Pemaknaan kebahagiaan oleh remaja broken home. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 59-66.

Oktaviani, C. I. (2014). *Konsep diri remaja dari keluarga broken home* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).