

# Strategic Family Therapy untuk meningkatkan komunikasi dalam keluarga

Medina Nurul Islamiyah<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Universitas Muhammadiyah Malang

## STUDI KASUS

### Abstract

Strategic family therapy adalah model terapi yang bertujuan merubah pola interaksi keluarga sehingga bisa membenahi masalah-masalah dalam keluarga (gurman, kriskern & pinsof, 1986). Terapi keluarga muncul dari observasi bahwa masalah-masalah yang ada pada terapi individual mempunyai konsekuensi dan konteks sosial. Contohnya, klien yang menunjukkan peningkatan selama menjalani terapi individual, bisa terganggu lagi setelah kembali pada keluarganya. Dan juga dapat meningkatkan komunikasi karena keluarga bermasalah sering percaya pada pemahaman tentang arti penting dari komunikasi. Sedangkan dukungan sosial adalah informasi yang mengakibatkan seseorang atau individu merasa yakin bahwa ia dicintai dan diperhatikan, dihargai dan merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kemajuan. Pengertian diatas mencerminkan adanya dukungan sosial emosional yang berasal dari hubungan yang dekat dan intim. Pada umumnya menggambarkan mengenai peranan atau pengaruh yang dapat ditimbulkan oleh orang lain yang berarti seperti anggota keluarga, teman, saudara, dan rekan kerja. Salah satu bentuk dari dukungan sosial adalah dukungan sosial keluarga, keluarga merupakan tempat pertumbuhan dan perkembangan individu Metode yang dilakukan dalam terapi Strategic family therapy adalah Observasi dilakukan pada saat wawancara, kegiatan sehari-hari klien di rumah. Tujuan observasi adalah untuk melihat pola perilaku dan juga ekspresi wajah klien dalam segala keadaan atau situasi. Wawancara dilakukan dengan klien (autoanamnesa) dan keluarga klien (alloanamnesa). Tujuan dari wawancara ini adalah untuk mengumpulkan data-data terkait dengan klien. Diketahui bahwa Strategic family therapy mampu meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengatasi permasalahan dengan tujuan meningkatkan dukungan sosial di dalam keluarga. Hasilnya menunjukkan perubahan yang positif dimana semua anggota keluarga membuat kesepakatan untuk kepentingan bersama.

Keywords: Strategic family therapy, komunikasi, keluarga

### Pendahuluan

Sebuah keluarga adalah sebuah sistem sosial yang alami, dimana seseorang menyusun aturan, peran, struktur kekuasaan, bentuk komunikasi, cara mendiskusikan pemecahan masalah sehingga dapat melaksanakan berbagai kegiatan dengan lebih efektif. Keluarga juga disebut sebagai tingkat persepsi peran dan interaksi diantara kinerja peran dari macam-macam anggota.

Permasalahan secara umum dalam keluarga ini adalah dimana komunikasi yang tidak berjalan dengan baik antara tiap-tiap anggota keluarga hal ini dapat dilihat dari subjek 3 sebagai kakak yang tidak selalu menjalankan perintah dari orang tua untuk menanyakan kondisi dan keadaan subjek 4. Orang tua (subjek 1 dan 2) yang setiap saat menghubungi subjek 4 karena khawatir dan hal tersebut membuat subjek 4 merasa kurang nyaman yang akhirnya menyebabkan perilaku menjaga jarak dengan cara tidak membalas pesan singkat atau telephone dari orang tua maupun kakak. Dan dalam kasus ini perilaku yang hendak dirubah adalah komunikasi yang berjalan baik dan keterbukaan antara masing-masing anggota keluarga.

Salah satu cara untuk mengatasi permasalahan keluarga adalah menggunakan terapi keluarga yang bertujuan mengubah pola interaksi keluarga sehingga bisa membenahi masalah-masalah

### OPEN ACCESS

Volume  
2

Nomor  
1

\*Korespondensi penulis  
medinanurul89@gmail.com

Diterima 3 Sept 2013

Disetujui 20 Des 2013

TERBIT  
Januari 2014

dalam keluarga Gurman, Kniskern & Pinsof (1986). Terapi keluarga muncul dari observasi bahwa masalah-masalah yang ada pada terapi individual mempunyai konsekuensi dan konteks sosial. Terapi keluarga sering dimulai dengan fokus pada satu anggota keluarga yang mempunyai masalah. Khususnya, klien yang diidentifikasi adalah remaja laki-laki yang sulit diatur oleh orang tuanya. Tujuan umum terapi keluarga adalah meningkatkan komunikasi karena keluarga bermasalah sering percaya pada pemahaman tentang arti penting dari komunikasi (Patterson, 1982). Terapi keluarga mengajarkan penyelesaian tanpa paksaan, mengajarkan orang tua untuk menetapkan kedisiplinan pada anak-anak mereka, mendorong tiap anggota keluarga untuk berkomunikasi secara jelas satu sama lain, mendidik anggota keluarga dalam prinsip perubahan perilaku, tidak menekankan kesalahan pada satu anggota akan tetapi membantu anggota keluarga apakah harapan terhadap anggota yang lain masuk akal.

Dalam penelitian kasus diatas menggunakan teknik *strategic family therapy* yakni yang bertujuan untuk meningkatkan dukungan sosial di dalam keluarga dan meningkatkan dukungan sosial di dalam keluarga. Hasilnya menunjukkan perubahan yang positif dimana semua anggota keluarga membuat kesepakatan untuk kepentingan bersama. *Strategic Family Therapy* juga mempunyai tujuan dapat membantu dalam menghadapi permasalahan yang dialaminya saat ini (Santisteban, Coatsworth, Vidal, Mitrani, Gilles, & Szapocznik, 1997). Adapun beberapa prosedur intervensinya adalah (1) the social stage, (2) the problem stage, (3) the interaction stage, (3) defining desired changes, (4) ending the interview.

## **Metode dan Hasil Asesmen**

### **Metode Asesmen**

Metode yang digunakan adalah wawancara. Wawancara adalah teknik pengumpulan data atau informasi dari informan yang dilakukan dengan cara tanya jawab. Menurut beberapa ahli, wawancara juga di definisikan sebagai suatu teknik pengumpulan data dengan jalan mengadakan komunikasi dengan sumber data. Komunikasi tersebut dilakukan dengan dialog (tanya jawab) secara lisan, baik langsung maupun tidak langsung (I. Djumhur&Muh.Surya, 1985). Wawancara adalah salah satu metode untuk mendapatkan data dengan mengadakan hubungan secara langsung dengan informan atau face to face relation (Walgito, 1987). Wawancara pada kasus ini dilakukan secara autoanamnesa dan juga alloanamnesa. Tujuannya menciptakan hubungan baik diantara dua pihak yang terlibat (interview dan interviewee). Pada saat wawancara ini terjadi, memperhatikan keceemasan dan ketakutan sehingga memungkinkan interviewee dapat merasa nyaman mengungkapkan sikap dan perasaan saat wawancara terjadi.

### **Hasil Asesmen**

Permasalahan yang terjadi dan dialami oleh keluarga ini adalah permasalahan antara keinginan subjek 1 dan 2 akan perilaku subjek 4 yang sering tidak sesuai dengan keinginan dan harapan orang tua, yang di dalamnya terdapat pola interaksi yang satu arah. Dan harapan akan subjek 4 yang mengharapkan sikap ibunya yang tidak terlalu menghubungi subjek 4 setiap waktu dan setiap hari. Subjek merasa tidak dipercaya dan setiap kegiatan yang dilakukan selalu salah dimata orang tuanya.

Salah satu tokoh pendekatan *strategic*, yaitu (Haley,1999) menyebutkan bahwa rangkaian tingkah laku yang berulang akan semakin memperburuk masalah, tugas terapis adalah memformulasikan masalah dalam bentuk interaksi anggota keluarga dan merancang cara-cara penyelesaiannya yang bertujuan mengubah pola-pola tingkah laku yang kaku dan berulang akibat pemecahan problem yang tidak berhasil.

Dari hasil asesmen yang dilakukan pada semua anggota keluarga, terutama subjek 4 permasalahan komunikasi yang kurang membaik selama ini antar anggota keluarga disebabkan oleh perasaan risih dan tidak nyaman yang dirasakan subjek 4 ketika subjek 2 dan 1 secara terus-menerus yang menurut subjek hal itu menunjukkan kekhawatiran juga sekaligus ketidakpercayaan orang tua padanya, hal ini subjek sampaikan misalnya subjek mengatakan bahwa subjek sedang mengingap di kost teman, maka orang tua menanyakan pertanyaan-pertanyaan yang menunjukkan rasa ingin tau

yang tinggi. Sehingga mengakibatkan subjek 4 cenderung mengabaikan pesan singkat dan telephone dari orang tuanya. Awal mula subjek menjadi seperti sekarang ini adalah ketika akhir study subjek 4 di Malang subjek ingin mencoba bagaimana dunia malam yang hal tersebut menyebabkan subjek menjadi memiliki kebiasaan pulang malam, merokok bahkan minum-minuman keras.

Dari hasil asesmen pada subjek terdapat pola interaksi yang kurang baik antara anggota keluarga. salah satu contohnya subjek 4 sering dengan sengaja membuat kebohongan untuk bisa bermain bersama teman-temannya, serta tidak adanya keterbukaan antara subjek 4 dan anggota keluarga. sebagai kakak subjek 3 yang mengerti akan perilaku adiknya tidak setiap saat mengingatkan subjek 4 untuk menghindari perilaku-perilaku yang kurang baik yang sumbernya adalah dari lingkungan bermain subjek 4.

Orang tua sering kali mengingatkan subjek 3 untuk menegur adiknya supaya lebih memperhatikan keluarga, tidak hanya memikirkan bermain dan mendengarkan apa yang diperintah orang tua, namun hal tersebut terkadang tidak secara langsung disampaikan kepada subjek 4, karena sang kakak merasa bosan setiap waktu menasehati adiknya (subjek 4) hal ini yang menyebabkan pergaulan subjek tidak terpantau oleh orang tua.

## **Prognosis**

Prognosa untuk subjek untuk kearah yang lebih baik ada, karena selain kooperatif dalam setiap pertemuan yang telah dijadwalkan adanya keinginan dari masing-masing anggota keluarga untuk mencari penyelesaian akan permasalahan dalam keluarga sangat kuat, hal ini dapat dilihat dengan adanya kesepakatan yang tidak memerlukan waktu lama untuk para masing-masing individu mendiskusikan dan menyampaikan keinginan kedepannya di hadapan seluruh anggota yang lain dan terapis.

## **Intervensi dan Hasil**

### **Intervensi**

Intervensi dalam kasus ini menggunakan intervensi strategic family therapy yang memiliki 5 langkah dasar diantara lain the social stage yakni pada pertemuan pertama seluruh anggota keluarga diminta hadir untuk ditanya pendapatnya tentang masalah yang dihadapi. Dalam hal ini terapis perlu memperhatikan "mood" dalam keluarga, bagaimana orangtua dan anak saling berinteraksi. Catatan dalam tahap ini adalah terapis harus mampu menjalin hubungan yang cukup baik dengan seluruh anggota keluarga, dan tidak memihak pada siapapun pada tahap ini (Halley,1999).

Tahap kedua the problem stage dimana pada tahap ini terapis menggali masalah secara lebih mendalam dan mendetil. Sesuai dengan hierari dalam keluarga, pertanyaan diajukan kepada orang tua terlebih dahulu, khususnya yang tampak kurang terlibat. Dalam tahap ini terapis belum melakukan interpretasi, memberi saran atau menggali perasaan klien terlalu dalam.

Ketiga interaction stage adalah terapis mengetahui bagaimana setiap anggota keluarga memandang masalah yang dihadapi, pada tahap ini terapis mulai mendorong anggota keluarga membicarakan masalah. Tahap ke-empat adalah defining desired changes yakni setelah masalah atau interaksi dalam keluarga mengenai masalah yang sedang terjadi akan banyak isu yang akan menjadi lebih jelas, baik untuk keluarga maupun terapis dan dalam tahap ini terapis akan menjelaskan masalah secara kongkrit untuk kemudian mencari kesepakatan mengenai perubahan-perubahan yang diharapkan dalam keluarga, dan pencapaian harus secara kongkrit sehingga dapat terukur.

Terakhir yakni tahap ending the interview dimana terapis memberikan tugas-tugas yang harus dilakukan diluar sesi terapi dan biasanya melibatkan seluruh anggota keluarga yang bertujuan untuk mengubah perilaku anggota keluarga dan meningkatkan intensitas hubungan terapis – klien.

### **Hasil**

Setelah melakukan strategic family therapy subjek 2 (ayah) dan subjek 4 (anak) mampu menciptakan satu kesepakatan yang dibuat dari hasil diskusi seluruh keluarga untuk mengembangkan

kualitas komunikasi yang sempat kurang membaik antara anggota keluarga. Dalam terapi ini seluruh anggota keluarga juga menyampaikan perasaan dan harapan serta keinginan kedepannya terkait dengan permasalahan yang sedang dialami keluarga. Setelah terjadi kesepakatan yang di sepakati bersama yakni: (1) subjek 2 menyepakati untuk tidak lagi secara sering menghubungi subjek 4 dan mencari informasi kepada teman dan pacar subjek karena hal itu membuat subjek malu (2) subjek 4 akan merubah kebiasaan mengabaikan pesan dan telephone dari orang tua dan berjanji sebulan minimal sekali untuk pulang ke tuban (3) subjek 2 meminta agar subjek mengingat keluarga bila ingin berbuat hal-hal yang negative dan lebih sering lagi untuk sholat 5 waktu. (4) subjek 3 akan memberikan informasi apapun yang subjek 3 tahu mengenai kondisi subjek 4 dan menginformasikannya pada keluarga tanpa ditutup-tutupi (5) subjek 4 ingin dipercaya sepenuhnya oleh keluarga akan segala kegiatan yang dilakukan dimalang serta berjanji tidak akan melakukan hal yang dapat memalukan keluarga dan membuat keluarga khawatir.

## **Pembahasan**

Dari hasil pelaksanaan intervensi yang dilakukan terhadap msing-masing subjek dapat melakukan proses intervensi dengan baik dan dapat dikatakan berhasil dalam penerapan terapi yang diberikan hal ini terlihat setelah adanya kesepakatan di dalam keluarga hubungan antara masing-masing individu dalam keluarga menjadi membaik dan komunikasi yang terjadi sekarang menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Karena Strategic family therapy adalah model terapi yang bertujuan merubah pola interaksi keluarga sehingga bisa membenahi masalah-masalah dalam keluarga. Kemudian dengan dilakukannya diskusi dan kesepakatan yang dilakukan seluruh anggota keluarga membuat meningkatnya kualitas komunikasi yang lebih baik dengan mengetahui keinginan masing-masing anggota keluarga.

## **Simpulan**

Dalam laporan kasus keluarga ini dapat dikatakan teknik Strategic family therapy dirasa efektif untuk mengatasi permasalahan keluarga yang dihadapi mengenai komunikasi dan dukungan sosial dalam keluarga. Karena dalam Strategic family therapy tujuan utamanya adalah mengubah pola-pola tingkah laku yang kaku dan berulang akibat usaha-usaha pemecahan yang tidak berhasil sebelumnya. Yang dilatih keluarga dalam teknik ini adalah memformulasikan masalah dalam bentuk interaksi keluarga dan mendengarkan keinginan seluruh anggota keluarga untuk merancang kesepakatan rancangan cara-cara permasalahan keluarga. Yang terpenting pada teknik Strategic family therapy ini yakni perubahan tingkah laku yang sama-sama diharapkan semua anggota keluarga.

## **Referensi**

- American Psychiatric Association. (2000). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder 4th Edition with Text Revision (DSM-IV-TR). Washington: American Psychiatric Association.
- Brown, J. H., & Christensen, D. N. (1999). Family therapy, theory and practice, second edition. USA: Brooks/ Cole Publising Company.
- Haley, J. (1976). Problem solving theraphy. San Fransisco: Jossey – Bass.