

Strategic Family Therapy untuk meningkatkan efektivitas pola komunikasi antar anggota keluarga

Tri Utami Afriyanti^{1*}

¹Universitas Muhammadiyah Malang

STUDI KASUS

Abstract

Subjek adalah satu keluarga yang mengalami suatu permasalahan yaitu problem atau masalah dalam berkomunikasi dalam anggota keluarga yang terdiri dari seorang ayah, seorang ibu dan dua orang anak laki-laki. Problem komunikasi yang terjadi menyebabkan kurang harmonisnya kondisi keluarga, sehingga menyebabkan terjadinya kerenggangan diantara masing-masing anggotanya. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu teknik observasi dan wawancara. Tujuan pemberian intervensi adalah untuk mengetahui bagaimana penerapan Strategic Family Therapy dapat menangani permasalahan dalam keluarga. Hasilnya menunjukkan adanya perubahan yang positif, dimana seluruh anggota keluarga dapat membuat kesepakatan bersama untuk kepentingan dan kenyamanan dalam keluarga.

Keywords: Strategic Family Therapy, efektifitas, komunikasi, keluarga

Pendahuluan

Keluarga merupakan sebuah bentuk unit sosial terkecil dalam sebuah masyarakat. Dimana dari keluargalah perkembangan setiap individu berawal, apakah nantinya menjadi individu yang berkembang penuh dengan kebahagiaan, ataukah individu yang tumbuh menjadi individu yang berkembang penuh dengan konflik seperti hidup dengan penuh ketegangan, kecurigaan, kesedihan sehingga mengakibatkan seseorang memiliki kesehatan psikologis yang kurang baik.

Dari setiap permasalahan yang terjadi dalam keluarga timbul dari interaksi timbal balik yang kurang harmonis sehingga menyebabkan terjadinya konflik-konflik dalam hubungan antar anggota keluarga. Sama halnya dimana manusia merupakan makhluk sosial, oleh karena itu kehidupan manusia selalu ditandai dengan adanya hubungan dan pergaulan antar manusia. Pergaulan itu dapat dilakukan dalam lingkungan keluarga, masyarakat, sekolah, organisasi sosial dan lain-lain. Pergaulan manusia merupakan salah satu bentuk komunikasi dalam masyarakat yang nantinya akan menjadi dasar dalam melakukan hubungan atau berinteraksi antar individu, karena komunikasi sangat erat kaitannya dengan hubungan interpersonal. Dalam bagian ini perlu diketahui tentang pengertian hubungan interpersonal, tahap-tahap hubungan interpersonal, faktor-faktor yang menumbuhkan hubungan interpersonal dalam komunikasi interpersonal, teori-teori hubungan interpersonal dan ciri-ciri hubungan interpersonal yang baik. Hubungan interpersonal adalah dimana ketika kita berkomunikasi, kita bukan sekedar menyampaikan isi pesan, tetapi juga menentukan kadar hubungan interpersonalnya. Jadi ketika kita berkomunikasi kita tidak hanya menentukan content melainkan juga menentukan relationship (hubungan).

Anggota keluarga terdiri dari Ayah, Ibu dan juga anak merupakan satu kesatuan yang kuat apabila terdapat hubungan yang baik antara mereka. Interaksi antar pribadi yang terjadi dalam keluarga ini berpengaruh terhadap keadaan keluarga yaitu menentukan keadaan keluarga yang harmonis (bahagia) atau sebaliknya. Dalam keluarga tentunya kedekatan antara anggota keluarga sangatlah dibutuhkan, selain itu adanya komunikasi interpersonal merupakan hal yang dibutuhkan dan penting dilakukan dalam keluarga. Komunikasi interpersonal yang dimaksud disini bukan hanya sekedar

OPEN ACCESS

Volume
5

Nomor
1

*Korespondensi penulis
triotamiafriyanti.89@gmail.com

Diterima 7 Sept 2016

Disetujui 25 Nop 2016

TERBIT
Januari 2017

berbicara ketika berpapasan dengan anggota keluarga di rumah, melainkan adanya hubungan timbal balik antara anggota keluarga untuk berbagi berbagai hal dan makna dalam keluarga seperti saling berkumpul bersama dengan saling menceritakan pengalaman menarik dari masing-masing anggota keluarga. Tujuan dari komunikasi interpersonal dalam keluarga yaitu untuk mengetahui dunia luar, untuk mengubah sikap dan perilaku (Widjaja,2000).

Zaman seperti saat ini tidak sedikit keluarga yang merasakan bahwa kurangnya keharmonisan dalam keluarga, kurangnya kedekatan anatara orangtua dan anak maupun anatara kakak dan adik (anak). Untuk mempererat hubungan dalam keluarga, Jika hubungan antar sesama anggota keluarga terbina dengan erat, baik hubungan secara fisik maupun emosional, maka hubungan yang harmonis dalam kehidupan berumah tangga pun akan terjalin secara utuh. Hal tersebut sangatlah penting, karena saat ini tidak sedikit ditemukan di dalam sebuah keluarga adanya sikap acuh tak acuh terhadap anggota keluarganya sendiri sehingga selalu mementingkan keegoisan atas emosional tinggi yang dimilikinya. Adakalanya merasa prihatin saat memperhatikan interaksi sebuah keluarga dalam suatu tempat umum seperti di tempat makan, di mana sang ayah dan kedua anak sibuk dengan gadget masing-masing, hingga sang ibu juga tidak mau kalah sibuk dengan smartphone yang dimilikinya. Mereka bersama secara fisik, tetapi tidak ada kebersamaan secara emosional karena masing-masing sibuk dengan gadgetnya. Hal tersebut merupakan salah satu permasalahan yang menjadi pemicu dari tiga masalah utama yang dihadapi orangtua, yaitu kesulitan berkomunikasi yang baik dengan anak, merasa anak sulit diarahkan, dan sulit memahami perilaku anak. Sementara tiga masalah utama yang anak rasakan adalah orangtua jarang meluangkan waktu dengannya, orangtua asyik dengan gadget nya, dan anak sulit berkomunikasi dengan orangtua.

Komunikasi yang efektif dalam keluarga terkadang dianggap kurang penting. Sebagian orang tua bahkan berpikir untuk lebih mementingkan pekerjaan, mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan sang anak agar anak tidak merasa kekurangan baik untuk kebutuhan dirumah maupun disekolah. Padahal perlu diketahui bahwa anak tidak hanya mengharapkan kebutuhan fisiknya terpenuhi, akan tetapi kebutuhan dalam hal kasih sayang orangtua merupakan kebutuhan utama dan sangatlah penting bagi perkembangan anak. Menjaga komunikasi antar anggota keluarga sangatlah penting, bila komunikasi terjalin baik antara anggota keluarga maka akan ada keterbukaan diantara anggota keluarga satu sama lain. Komunikasi juga akan memperkuat ikatan keluarga sehingga dapat meningkatkan kualitas hubungan didalam keluarga itu sendiri.

Metode dan Hasil Asesmen

Metode Asesmen

Metode yang digunakan pada kasus ini adalah wawancara dan observasi. Wawancara dilakukan dengan subjek dan juga anggota keluarga subjek yaitu Ayah, Ibu dan juga kakak subjek. Adapun tujuan dari wawancara yang dilakukan adalah untuk mengumpulkan dan menggali data terkait dengan permasalahan yang dialami oleh subjek.

Sedangkan observasi dilakukan pada saat wawancara dan kegiatan sehari-hari subjek khususnya ketika subjek disekolah. tujuan dari penggunaan metode observasi ini adalah untuk melihat pola perilaku, ekspresi wajah subjek dan anggota keluarga dalam segala keadaan atau situasi.

Hasil Asesmen

Berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan, didapatkan data bahwa keluarga mengalami masalah yaitu Ayah, Ibu, anak laki-laki (kakak) dan anak laki-laki (adik). Anak pertama dari keluarga tersebut kini menjadi mahasiswa di salah satu perguruan tinggi swasta di malang, sedangkan sang adik masih duduk di bangku sekolah menengah pertama (SMP) dimana usia antara anak pertama dan anak ke dua berjarak 5 tahun. Ayah kini beekerja di salah satu Bank swasta di malang, dimana sebelumnya ayah bekerja di sebuah pabrik sebagai marketing pemasaran dengan penghasilan yang tidak terlalu besar akan tetapi dapat mencukupi kebutuhan hidup rumah tangga. Dan ibu hanyalah seorang ibu rumah tangga yang sebelumnya pernah bekerja sebagai seorang sales marketing di toyota akan tetapi berhenti bekerja sejak hamil anak ke dua. Semenjak menikah ayah dan

ibu merupakan keluarga yang harmonis, dimana ayah dan ibu sebelumnya sudah lama menjalin hubungan (berpacaran) selama \pm 2 tahun. Hingga memiliki anak pertama keluarga terlihat sangat harmonis dan bahagia, saling berbagi tanggung jawab dalam mengurus anak dan mengurus rumah tangga. Antara ayah dan ibu memiliki kesepakatan bersama untuk tinggal tidak bersama orang tua maupun mertua karena ingin membangun hubungan rumah tangga bersama dan membesarkan anak bersama tanpa campur tangan orang tua, sesekali mereka berkunjung ke rumah orang tua dihari libur.

Saat anak berusia 2,5 tahun, ayah mendapatkan pekerjaan tetap di Bank yang kini tempat ayah bekerja. Kehidupan keluarga semakin bahagia dan memiliki rutinitas berlibur bersama dihari libur yaitu berkunjung ke rumah orang tua, mengajak anak berlibur ke tempat-tempat wisata dan lain sebagainya. Karena melihat perkembangan anak yang aktif dan pintar akhirnya ayah dan ibu memutuskan untuk menyekolahkan anak ke sekolah PAUD disaat anak berusia 3 tahun. Ibu hamil anak ke dua pada saat anak pertama berusia \pm 4 tahun.

Pada saat ibu hamil anak kedua mulai terjadi konflik antara ayah dan ibu, dimana ayah yang mulai disibukkan dengan pekerjaannya sehingga rutinitas liburan seperti sebelumnya jarang dilakukan, dan kini orang tua yang lebih sering datang untuk menengok. Hingga suatu hari sang ibu mendapatkan struk makan disebuah rumah makan akan tetapi ayah mengakui bahwa ayah makan bersama teman lama yang sedang berkunjung ke malang. Ibu menerima alasan ayah apada saat itu, hingga akhirnya ibu protes dengan ayah akibat kesibukan ayah yang tidak wajar, dimana setiap hari libur ayah selalu keluar dengan alasan ada acara dikantor, piket mingguan, hingga adanya acara berkumpul dengan teman-teman sekolahnya dulu. Selama 3 bulan ayah sibuk dengan kesibukannya sendiri menyebabkan ibu kesal dan penasaran dengan aktivitas suaminya. Suatu hari ibu merasa curiga dan memberanikan diri untuk memeriksa HP sang ayah, disitulah ibu menemukan sebuah SMS dan juga seringnya berkomunikasi via telephone dengan seorang perempuan yang diduga itu adalah kekasih gelap sang ayah.

Pertengkaran demi pertengkaran terjadi diantara keduanya dan hampir menuju proses perceraian dan ibu beberapa kali melakukan percobaan bunuh diri dan menggugurkan kandungannya tersebut. Hanya saja ayah ingin mempertahankan rumah tangganya tersebut dengan terus memperbaiki kesalahannya pada keluarga. Ayah berjanji pada ibu untuk meminta kesempatan kedua dan tidak akan mengulangi perbuatannya lagi, ayahpun dimaafkan oleh ibu dengan syarat ayah harus membuktikan perbuatannya tidak terulang lagi dan tidak ada lagi kebohongan-kebohongan yang dilakukannya. Hingga anak kedua lahir disaat kondisi perekonomian keluarga sedang menurun dan proses kelahiran harus dengan melakukan operasi karena posisi bayi yang terlilit tali pusar. Hal tersebut mengharuskan sang ayah berhutang pada kantor dan juga meminta bantuan pada orang tua.

Bayi laki-laki lahir dengan selamat dan sehat, sang ibu menangis dan menyesali perbuatannya yang dulu pernah ingin menggugurkan kandungannya tersebut dan kini telah lahir dengan operasi dan menguras kantong keluarga. Ayah mengatakan pada ibu bahwasannya tidak ada gunanya menyesali hal tersebut, kini melangkahlah kedepan dengan mulai kehidupan yang baru dan mendidik anak dengan baik. Ada sedikit kebencian dihati ibu, dimana ibu teringat akan perbuatan suaminya dahulu. Dengan lahirnya buah hati kedua tersebut membuat kehidupan rumah tangga sedikit demi sedikit membaik, kedua orang tua ini mulai membagi waktu dalam mengasuh kedua putranya tersebut. Suatu hari sang ayah mendapatkan kepercayaan untuk melanjutkan pendidikannya ke jenjang magister, dimana tawaran tersebut didapatnya dari tempat ayah bekerja. Ayah menerima tawaran tersebut tanpa berdiskusi terlebih dahulu dengan ibu sehingga awalnya ibu tidak mempercayai bahwasannya sang ayah harus berkuliah di hari sabtu dan minggu. Hingga akhirnya sang ibu menerima surat kontrak kerja ayahnya mengenai kewajibannya dalam melanjutkan sekolah dan ibupun mempercayainya.

Saat kakak mulai duduk di bangku sekolah dasar, kakak tumbuh dengan baik dan perkembangannya sangat baik, kakak selalu berprestasi selama sekolahnya hingga lulus SMA dengan nilai yang baik dan mendapatkan kemudahan dalam memasuki perguruan tinggi. Sang adikpun demikian, tumbuh kembangnya baik dan juga selalu berprestasi walau tidak sependai kakaknya sang adik juga terus berusaha untuk menjadi seorang juara. Hingga sang adik menginjak bangku

SMP, prestasi sang adik menurun secara drastis, dimana sang adik yang sedari SD selalu mendapatkan peringkat, di SMP kini tidak lagi berprestasi dan keinginannya dalam belajarpun kini menurun secara drastis. Berbeda dengan sang kakak, kakak disini merupakan seorang yang sangat penurut dan tidak pernah membantah perkataan kedua orang tuannya. Sedangkan sang adik merupakan seorang yang selalu memberontak dan masa bodoh dengan keadaan dirumah maupun di sekolah.

Setiap hari subjek atau si adik berangkat kesekolah berjalan kaki bersama dengan teman sebelah rumahnya yang mana telah menjadi temannya sedari TK. Sekolah adik tidak jauh dari rumah, dan kakak kuliah jika ada jam kuliah saja. Jika tidak ada kuliah sang kakak lebih sering dirumah dengan membantu ibu dan juga menghabiskan waktu dengan membaca buku. Sedangkan ayah bekerja dan kuliah, hingga dirumahpun sibuk dengan kesibukannya masing-masing. Ibu sibuk dengan mengurus rumah, bersih-bersih dan berkumpul dengan tetangga-tetangga disore hari. Kini intensitas atau kebiasaan bersama yang sebelumnya seringkali dilakukan bersama yaitu liburan bersama, berkunjung kerumah orangtua, hingga mengajak anak liburan disaat liburan sekolahpun tidak pernah lagi dilakukan. Si adik yang terkadang protes ingin jalan-jalan tidak pernah dihiraukan oleh orangtuanya, hingga keinginan-keinginannya yang tidak terpenuhi membuat sang adik merasa dirinya kini hidup tanpa diperhatikan oleh ibu dan ayahnya membuat adik lebih sering memilih bermain diluar rumah, pulang kerumah jika sudah sore hari ataupun malam hari. Sedangkan kakak kini mulai disibukkan dengan tugas-tugas kuliahnya sehingga tidak lagi memiliki waktu untuk bermain dengan adiknya membuat adanya jarak dan kerenggangan anatara adik dan kakak.

Permasalahan yang terjadi di keluarga tersebut tidaklah kunjung selesai sehingga menyebabkan keadaan menjadi parah, ayah jarang pulang kerumah dengan tepat waktu dan seringkali pulang diluar malam, jarang melakukan komunikasi sehingga menyebabkan anak kehilangan figur ayah dirumah. Sedangkan anak laki-laki (adik) malas dirumah dan jarang pulang jika tidak dipaksa pulang oleh ibunya, selain itu prestasinya menjadi menurun, lebih senang bermain game dan menghabiskan waktu bersama teman-temannya. Anak laki-laki (kakak) awalnya betah berada dirumah namun karena kesibukan kuliahnya dan setiap kali kakak pulangpun jarang ada orang dirumah membuat kakak menjadi malas dan tidak betah berada dirumah dan memilih bermain dan menginap di kos-kosan teman-temannya.

Selain itu ibu yang kini memilih untuk membantu Ibu RT membuka kursus menjahit dirumahnya sehingga memiliki kesibukan diluar sehingga kurangnya memberikan perhatian pada anak, sibuk dengan kegiatannya sendiri sehingga ikut menyumbang permasalahan dalam keluarga. Keadaan keluarga seperti ini awalnya bukanlah menjadi masalah besar bagi anggotanya. Namun ternyata keadaan yang terus menerus seperti ini menyebabkan konflik yang tak kunjung selesai dan terpola sebagai siklus dalam keluarga.

Permasalahan yang terjadi tersebut tidak kunjung mendapatkan solusi masalah, pada dasarnya dilatarbelakangi oleh kurangnya komunikasi antar anggota keluarga sehingga menyebabkan terjadinya disfungsi keluarga. Konflik dalam keluarga tersebut terjadi secara berulang yaitu: Ayah (Low Cooperation) Ayah tidak berusaha untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi dalam keluarga, sehingga ayah kurang menjalankan fungsi dan perannya sebagai kepala keluarga. Ibu tidak memberikan kasih sayang dan sibuk dengan kesibukannya sendiri. Anak (distancer) mengambal jalan dengan menghindari permasalahan yang terjadi dalam keluarga, yaitu dengan memilih menghabiskan waktu bersama orang lain daripada jika harus berada dirumah, menurunnya prestasi sebagai pelarian dalam menghadapi permasalahan yang terjadi (Harriet Goldhor Lerner dalam Olson dan Olson, 2000). Apa yang terjadi pada keluarga sudah menjadi siklus dan terpola sehingga terus dilakukan karena permasalahan komunikasi, (Zhang et al., 2005; Koerner & Cvancara 2002; Ballard-Reisch & Weigel 2006) menyatakan bahwasanya Komunikasi keluarga yang efektif terjadi apabila tidak terdapat kekakuan dan formalitas di dalam keluarga tersebut. Sehingga antara anggota keluarga dapat melakukan komunikasi dari hati ke hati secara dialogis dalam berbagai kondisi dan situasi. Banyak konflik timbul dalam keluarga disebabkan oleh pola komunikasi keluarga, terutama dalam hubungan remaja dengan ibu bapak.

Komunikasi dalam keluarga memiliki peran yang sangat penting. Dimana sebuah komunikasi yang baik dapat mempengaruhi keharmonisan keluarga. Keluarga yang harmonis antara yang satu dengan yang lainnya akrab, sudah pasti telah memiliki komunikasi yang lancar. Sebaliknya, ada pula

keluarga yang selalu terlihat tegang atau kurang harmonis. Dan setelah diteliti, ternyata diantara mereka tidak terjalin komunikasi yang baik. Sedangkan permasalahan yang dialami oleh keluarga subjek tersebut berdampak buruk bagi hubungan antara anggota keluarga subjek. Pola komunikasi yang buruk membuat hubungan anggota keluarga menjadi jauh. Terlebih setelah ayahnya memilih untuk melanjutkan pendidikan lagi dan memiliki kesibukan lainnya membuat hubungan antara anak dan ayah tidak harmonis. Disisi lain masalah keluarga juga bisa berkembang karena adanya perbedaan yang cukup besar dalam hal sikap dan nilai, hal ini terlihat dari sikap ayah yang tidak berusaha untuk menyelesaikan konflik yang terjadi terkesan membuat ayah menjadi sosok yang kurang dapat menjalankan fungsinya dalam keluarga tersebut, sedangkan anak melampiaskan kekesalan pada ayah dengan menghindari untuk berada dirumah. Padahal kedekatan dalam keluarga sangatlah penting. Keluarga dipandang sebagai satu unit fungsi, sehingga diperlukan pula sebagai satu kesatuan. Bila ada salah satu anggota keluarga yang menunjukkan masalah yang amat menonjol, maka ini dianggap sebagai symptom dari sakitnya keluarga. Jadi, yang terutama diperhatikan adalah "relationship" atau hubungan di antara anggota keluarga. Mulai dari hal-hal apa saja yang dapat diinterpretasi adalah suasana yang diciptakan oleh relasi keluarga itu dan bukannya symptom-symptom yang muncul (Perez, 1979).

Prognosis

Berdasarkan hasil dari pemeriksaan secara keseluruhan, dapat diketahui prognosis melalui kelebihan dan kelemahan yang dimiliki, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antar anggota keluarga memiliki prognosis yang cukup baik. Hal ini dikarenakan adanya dukungan dari dalam keluarga yaitu adanya dukungan dari orangtua maupun sebaliknya dan adanya inisiatif dari klien untuk mencari solusi atas permasalahan yang dialaminya tersebut.

Intervensi dan Hasil

Intervensi

Intervensi yang diberikan adalah dengan menggunakan Strategic Family Therapy yang memiliki tujuan untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dalam keluarga. Dalam hal ini terapis akan berperan aktif dalam merencanakan strategi dan mengarahkan jalannya terapi, dan terapis terlibat langsung dalam mencapai tujuannya untuk mengurangi atau menghilangkan permasalahan-permasalahan yang ada dalam keluarga atau perilaku yang nampak (Goldenberg, 2008).

Adapun prosedur intervensi yang akan dilakukan adalah sebanyak 4 sesi yaitu terdiri dari social stage, problem stage, interaction stage, dan yang terakhir adalah tahap Goal setting dimana puncak dari proses terapi yang akan dilakukan. Sesi pertama merupakan sesi yang sangat penting, "Jika ingin terapi berjalan dengan baik, maka seharusnya dimulai dengan benar". Terapis dan keluarga harus mendefinisikan masalah yang akan dipecahkan, kemudian terapislah yang menemukan situasi seperti apa yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah.

Empat tahap yang rinci serta tujuan yang akan dicapai pada setiap tahapannya, yaitu sebagai berikut:

Sesi I. Tahap Sosial (Social Stage), Pada sesi ini terapis menghadirkan seluruh anggota keluarga untuk datang pada proses intervensi, terapis membangun rapport dengan seluruh anggota keluarga agar suasana mencair dan seluruh anggota keluarga merasa nyaman berada ditempat terapi, terapis melakukan kontrak kerja dengan seluruh anggota keluarga, terapis memberikan penjelasan dari prosedur intervensi yang akan dilakukan, terapis juga melakukan pengamatan pada seluruh anggota keluarga yang datang.

Sesi II. Tahap Masalah (Problem Stage) : Pada sesi ini terapis menguraikan apa yang sudah terapis ketahui pada pengamatan sebelumnya, terapis meminta semua anggota keluarga masing-masing untuk memberikan pendapat akan permasalahan yang sedang terjadi, terapis kemudian membantu untuk mendefinisikan dan menyimpulkan permasalahan yang sedang terjadi dalam keluarga.

Sesi III. Tahap Interaksi (Interaction Stage) : Pada sesi ini terapis meminta seluruh anggota keluarga untuk berdiskusi bersama mengenai ketidaksepakatan mengenai permasalahan yang terjadi, dalam

proses ini terapis ikut terlibat dalam diskusi dan mengamati urutan pembicaraan atau struktur pengaturan perilaku yang malfungsi yaitu: kualitas dan fungsi orangtua, fungsi serta mengenai kualitas anak, dan lain sebagainya. Kemudian terapis meminta seluruh anggota keluarga untuk saling memahami perilaku yang menjadi masalah dalam keluarga.

Sesi IV, Tahap menentukan Goal Setting : Pada tahap ini terapis menanyakan perubahan yang diharapkan oleh masing-masing anggota keluarga, terapis menetapkan komitmen pada seluruh anggota keluarga untuk melakukan perubahan pola perilaku, terapis merencanakan tindakan-tindakan yang dilakukan kedepannya yaitu pemberian tugas (homework) pada orangtua dan anak, yaitu diminta untuk memperbaiki hubungan dengan memulai saling berkomunikasi (ayah, ibu dan anak diminta saling menghubungi ketika berjauhan, berbicara ketika bersama-sama dan saling memberikan perhatian), ayah meluangkan waktu pada hari libur dimana sebelum ayah berangkat kuliah ataupun ketika ayah pulang cepat sebisa mungkin tidak sering membawa pekerjaan kantor ke rumah, begitu pula dengan ibu, yang mana kursus tidak seharusnya dilakukan sepanjang hari, kakak dan adik yang sebelumnya mencari kesibukan diluar rumah kini mulai betah dirumah dengan saling memberikkan dukungan dalam segala hal yang sedang dikerjakan. Adanya keterbukaan antara ayah, ibu dan juga anak-anak. Keempat terapis memotivasi seluruh anggota keluarga untuk menampilkan perilaku baru yang telah disepakati bersama.

Kemudian yang terakhir akan dilakukan follow up bersama anggota keluarga satu minggu setelah dilakukannya intervensi.

Hasil

Berdasarkan hasil dari intervensi yang telah dilakukan, diketahui bahwa sebelumnya terdapat suatu permasalahan keluarga yang dialami oleh satu keluarga yang terdiri dari ayah, ibu, dan dua orang anak laki-laki. Permasalahan yang sedang dihadapi adalah terjadinya pola komunikasi antara anggota keluarga yang kurang baik. Dengan diberikannya intervensi keluarga yang memiliki tujuan untuk membantu menyampaikan permasalahan yang dirasakannya kepada seluruh anggota keluarganya.

Hasilnya menunjukkan perubahan yang positif yaitu dimana ayah, ibu dan juga anak-anak dapat memperbaiki hubungan diantaranya dengan saling berkomunikasi dan memberikan perhatian sesama anggota keluarga, ayah dan ibu kini mulai meluangkan waktu untuk berkumpul bersama anak-anak dan mulai melakukan aktivitas bersama baik disaat liburan maupun saat makan bersama dirumah dengan tujuan agar dapat meningkatkan kedekatan antar anggota keluarga serta memberikan dukungan sosial dalam keluarga, dan mulai adanya keterbukaan antar anggota keluarga.

Pembahasan

Perlu kita ketahui bahwasannya kehidupan berkeluarga tidak lepas dari permasalahan-permasalahan diantara anggotanya, salah satunya adalah kurangnya komunikasi diantara anggota keluarga. Dalam keluarga tentunya kedekatan antara anggota keluarga sangatlah dibutuhkan, selain itu adanya komunikasi yang baik merupakan hal yang sangat dibutuhkan dan penting untuk dilakukan dalam keluarga. Komunikasi dalam keluarga yang dimaksud bukan hanya sekedar berbicara ketika berpapasan satu sama lain dengan anggota keluarga di rumah, melainkan adanya hubungan timbal balik antara anggota keluarga untuk berbagi cerita dan pengalaman yang dialami dalam keluarga. Sehingga komunikasi menjadi hal yang penting dalam keluarga, untuk memberikan rasa aman dan kelekatan (attachment) kepada pasangan atau anggota keluarga, sehingga dapat saling memberikan penghargaan dan berkomitmen bersama. Kelekatan (attachment) melibatkan kontak fisik, stabilitas hubungan, dan konsistensi suatu hubungan. Istilah ini digunakan secara khusus untuk digunakan dalam menggambarkan hubungan antara orangtua dan anak yang saling menjaga. Selain itu untuk menciptakan hubungan yang harmonis, serta dapat mengetahui apa yang diinginkan dan yang tidak diinginkan oleh salah satu anggota keluarga, dan dapat mengetahui apa yang menjadi masalah atau kendala yang sedang dialami oleh setiap anggota keluarga.

Dalam menangani permasalahan yang dialami oleh keluarga, digunakan strategic family therapy untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi. Berdasarkan asesmen yang dilakukan ditemukan bahwasanya kurangnya terjadi komunikasi antar anggota keluarga sehingga tidak ada kedekatan

diantara anggota keluarga tersebut. Permasalahan antara ayah dan ibu menjadi pemicu utama terganggunya hubungan didalam keluarga. Terlebih ketika ayah memutuskan untuk menerima beasiswa untuk melanjutkan kuliah dari kantor tempat ia bekerja menyebabkan semakin terganggunya hubungan antar keluarga, dan menciptakan adanya jarak antara ayah dan ibu serta antara kedua anaknya. Hal tersebut semakin memburuk dengan sikap acuh tak acuh anak pada kedua orangtua sehingga semakin memburuknya pola komunikasi dan kurangnya intensitas kebersamaan keluarga untuk dapat berkumpul bersama.

Dengan intervensi keluarga yang telah diberikan agar dapat mempertahankan hubungan antar anggota keluarga sehingga tercipta rasa nyaman dalam keluarga. Yaitu dimana ayah, ibu dan anak-anak bersedia untuk memperbaiki hubungan dengan memulai saling berkomunikasi antar anggota keluarga, ayah dan ibu meluangkan waktu berkumpul bersama anak-anak untuk meningkatkan kedekatan serta memberikan dukungan sosial dalam keluarga, ayah dan ibu membagi waktu dalam hal pekerjaan dan juga kepentingan lainnya untuk menciptakan kebersamaan yang harmonis bersama anak-anak, seluruh anggota keluarga berusaha untuk saling terbuka terhadap anggota keluarganya. Selain itu seluruh anggota keluarga sudah mulai memahami dan berkomitmen untuk saling memberikan dukungan dalam menjalankan solusi yang telah disepakati pada sesi sebelumnya. Permasalahan yang sudah lama tidak kunjung selesai dapat ditemukan solusi yang paling tepat sehingga permasalahan tersebut dapat terselesaikan, yaitu memperbaiki hubungan diantara anggota keluarga satu sama lain dan meningkatkan kedekatan antar anggota keluarga. Dengan kesepakatan yang telah dibuat diharapkan dapat memperbaiki hubungan di dalam keluarga.

Dengan pemberian intervensi ini, dapat dikembangkan dengan pemikiran bahwa terdapat aspek yang menjadi fokus perhatian saat individu mengusahakan tujuannya, yaitu perhatian pada diri sendiri dan orang lain. Artinya terjadi perubahan pada keluarga subjek yang hasilnya bergantung pada keputusan masing-masing pihak anggota keluarga yang tidak hanya memikirkan kepentingan diri sendiri namun juga memikirkan pengaruhnya yang akan terjadi terhadap anggota keluarga yang lainnya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan, dapat diketahui keluarga ini mengalami permasalahan keluarga terkait dengan hubungan antara suami dan istri, orang tua dan anak, hingga antara kakak dan adik. Hal tersebut dikarenakan adanya permasalahan utama antara ibu dan ayah sehingga menyebabkan adanya jarak antara keduanya dan masing-masing mencari kesibukan tanpa memperhatikan kepentingan dan kebutuhan anak dan mengakibatkan anak mencari pelampiasan di luar.

Karena kurangnya komunikasi antar anggota keluarganya menyebabkan permasalahan terjadi dalam keluarga, sehingga membuat hubungan antar anggota keluarga menjadi renggang. Intervensi yang diberikan yaitu Strategic Family Therapy, sedangkan hasil dari terapi keluarga ini menunjukkan kearah positif dan tentunya memerlukan dukungan dari seluruh anggota keluarga agar nantinya dapat dilanjutkan kedepan dengan lebih baik lagi. Kemudian terapis memberikan saran agar setiap anggota keluarga mampu menjaga komunikasi secara efektif dan saling terbuka antara orang tua dan anak, dan juga antara ayah dan ibu. Kemudian mampu meningkatkan intensitas kebersamaan guna menambah kedekatan antara anggota keluarga sehingga terciptanya keharmonisan dalam keluarga.

Referensi

- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders, Fifth Edition. Arlington:VA
- Alwisol (2007). Psikologi Kepribadian, Edisi Revisi. Universitas Muhammadiyah Malang Press.
- Corey, G. 2009. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy Eighth Edition. USA: Thomson Higher Education

- Davidson, G.C., Neale, J.M., & Kring, A.M. (2006). Psikologi Abnormal. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Goldenberg. H. Goldenberg. I, 2008. Family Therapy (an overview, seventh edition). USA: Thomson Brooks/ Cole.
- Kaplan. Sandock, 1997. Sinopsis Psikiatri. Jakarta: Bina Aksara. Latipun. 2008. Psikologi Konseling. UMM Press.
- Loyd, H & Dallos, R. 2006. Solution-focused brief therapy with families who have a child with intellectual disabilities: A description of the content of initial sessions and the processes. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*. 11, 367-386.
- Rahmad, Jalaludin, 2001. Psikologi Komunikasi. Bandung: Pustaka Pelajar.