

## Research Article

## Efforts to Form a Good Family Through Family Counseling and Psychotherapy

**Elvia Kurniawati**

Universitas Negeri Padang

E-mail: [elviakurniawati09@gmail.com](mailto:elviakurniawati09@gmail.com)**Mudjiran**

Universitas Negeri Padang

E-mail: [mudjiran.unp@gmail.com](mailto:mudjiran.unp@gmail.com)**Yeni Karneli**

Universitas Negeri Padang

E-mail: [yenikarneli@fip.unp.ac.id](mailto:yenikarneli@fip.unp.ac.id)

Copyright © 2024 by Authors, Published by Journal of Psychology, Counseling and Education.

Received : August 29, 2024

Revised : September 25, 2024

Accepted : October 7, 2024

Available online : October 25, 2024

**How to Cite:** Elvia Kurniawati, Mudjiran, & Yeni Karneli. (2024). Efforts to Form a Good Family Through Family Counseling and Psychotherapy. Journal Of Psychology, Counseling And Education, 2(3), 236-246. <https://doi.org/10.58355/psy.v2i3.50>

**Abstract**

This article discusses the importance of family counseling and psychotherapy in dealing with various problems that often occur in the family unit. Family counseling and psychotherapy are therapeutic approaches that aim to improve relationships and communication between family members and help overcome emotional and psychological problems that affect the family as a whole. Through various methods and techniques, family therapy can provide effective solutions to various conflicts, improve mental and emotional well-being, and strengthen family bonds. This article will also outline some of the approaches commonly used in family therapy, including systemic therapy, structural therapy, and strategic therapy. The methodology used in this study is a literature review with data collection from various reading sources. The results of this study are Counseling adolescents and parents requires an in-depth understanding of developmental challenges in adolescents and the role of counselors in providing appropriate assistance and support.

**Keywords:** Counseling, Psychotherapy, Family.

## Upaya Membentuk Keluarga yang Baik Melalui Konseling dan Psychotherapy Keluarga

### Abstrak

Artikel ini membahas pentingnya konseling dan psychotherapy keluarga dalam menghadapi berbagai masalah yang sering terjadi dalam unit keluarga. Konseling dan psychotherapy keluarga adalah pendekatan terapeutik yang bertujuan untuk meningkatkan hubungan dan komunikasi antar anggota keluarga serta membantu mengatasi masalah emosional dan psikologis yang mempengaruhi keluarga secara keseluruhan. Melalui berbagai metode dan teknik, terapi keluarga dapat memberikan solusi efektif untuk berbagai konflik, meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional, serta memperkuat ikatan keluarga. Artikel ini juga akan menguraikan beberapa pendekatan yang umum digunakan dalam terapi keluarga, termasuk terapi sistemik, terapi struktural, dan terapi strategis. Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah tinjauan literatur dengan pengumpulan data dari berbagai sumber bacaan. Hasil dari penelitian ini adalah Konseling remaja dan orang tua membutuhkan pemahaman mendalam tentang tantangan perkembangan pada remaja dan peran konselor dalam memberikan bantuan dan dukungan yang sesuai.

**Kata Kunci:** Konseling, Psikoterapi, Keluarga.

### PENDAHULUAN

Keluarga merupakan dasar dalam masyarakat yang memiliki peran penting dalam perkembangan individu. Kesehatan mental dan emosional anggota keluarga sangat dipengaruhi oleh dinamika dan interaksi dalam keluarga tersebut. Konflik antar anggota keluarga, komunikasi yang buruk, dan masalah individu seperti depresi atau kecemasan dapat merusak keseimbangan dan keharmonisan keluarga. Konseling dan psychotherapy keluarga hadir sebagai intervensi untuk membantu keluarga mengatasi masalah-masalah tersebut. Dengan pendekatan holistik, konseling dan psychotherapy keluarga tidak hanya fokus pada individu tetapi juga pada hubungan antar anggota keluarga dan bagaimana mereka berinteraksi satu sama lain.

Konseling adalah proses belajar yang bertujuan agar konseli (klien) dapat mengenal diri sendiri, menerima diri sendiri serta realistis dalam proses penyesuaian dengan lingkungannya. Suatu hubungan pribadi yang uniki dalam konseling dapat membantu individu (klien) membuat keputusan, pemilihan dan rencana yang bijaksana, serta dapat berkembang dan berperanan lebih baik di lingkungannya. Konseling membantu konseli untuk mengerti diri sendiri, mengeksplorasi diri sendiri, dan dapat memimpin diri sendiri dalam suatu masyarakat.

Dalam konseling diharapkan konseli dapat mengubah sikap, keputusan diri sendiri sehingga ia dapat lebih baik menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan memberikan kesejahteraan pada diri sendiri dan masyarakat sekitarnya. Konseling bertujuan membantu individu untuk mengadakan interpretasi fakta-fakta, mendalami arti nilai hidup pribadi, kini dan mendatang. Konseling membantu

individu untuk mengembangkan kesehatan mental, perubahan sikap, dan tingkah laku. Konseling menjadi strategi utama dalam proses bimbingan dan merupakan teknik standar serta merupakan tugas pokok seorang konselor di Pusat Pendidikan.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi perpustakaan (*library research*). Penelitian memanfaatkan data pustaka antara lain buku, makalah, jurnal, catatan, dan ringkasan penelitian sebelumnya. Suatu proses sistematis yang digunakan untuk mengumpulkan, mengkaji, dan menarik kesimpulan dari data dengan menggunakan teknik atau metode tertentu guna menemukan jawaban atas permasalahan yang ditemui dalam penelitian kepustakaan.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Konseling Pasangan

Konseling pasangan berbeda dengan jenis konseling lainnya karena salah satu atau kedua pasangan mencari bantuan karena dia yakin bahwa hubungan mereka sedang dalam kesulitan. Penekanan pada permasalahan hubungan itu sendiri, setidaknya pada tahap awal proses konseling, inilah yang menjadikan konseling pasangan sebagai suatu spesialisasi.

Dalam Brammer terdapat perbedaan psikoterapi individu dan konseling pernikahan, yang menggambarkan psikoterapi, terapis berhubungan langsung dengan klien, yang, pada gilirannya, prihatin langsung dengan gejala, riwayat perkembangan, struktur karakter, dan realitasnya. Pada perbedaan tersebut menjelaskan bahwa hubungan langsung dan individual antara entitas yang terpisah yaitu konselor perkawinan, suami, istri, dan pernikahan. Selain gejala-gejala, riwayat perkembangan, dan kenyataan yang menjadi perhatian masing-masing suami dan istri, perkawinan menggantikan pola konfliknya sendiri dengan karakter individu.

Oleh karena itu, penting untuk dicatat bahwa psikoterapi individu merupakan bagian dari konseling pernikahan; namun di dalamnya ditambahkan penekanan pada pola-pola konflik dalam pernikahan, serta gejala-gejala pernikahan dan sejarah perkembangannya. Ini berarti bertemu kedua pasangan pada waktu yang sama dalam banyak kasus.

Foster membedakan konseling pernikahan dengan psikoterapi karena konseling pernikahan harus berhubungan dengan elemen ketiga, yaitu hubungan pernikahan, serta sejarah individu dan konflik suami-istri. Namun, ia tidak memperjelas hubungan dinamis di antara ketiga elemen tersebut. Konselor pernikahan yang naif atau tidak berpengalaman cenderung fokus pada hubungan dalam konseling pernikahan saja, berkonsentrasi pada masalah atau gejala seperti pertengkaran dan ketidakbaikan. Oleh karena itu, ia berusaha memuluskan hubungan antara suami dan istri. Umumnya, hasilnya hanya dangkal. Psikoterapi perkawinan biasanya berarti bahwa terapis memulai dengan masing-masing pasangan itu sendiri dan masalah unik mereka. Jadi, terapis pernikahan bekerja dengan individu tersebut.

Dalam Brammer (1982) terdapat daftar yang menyangkut masalah-masalah yang harus ada konsensus dalam pernikahan. Namun harus diingat bahwa

perselisihan hanya merupakan gejala dari hubungan yang buruk, dan bahwa sebelum hubungan tersebut diselesaikan, terapi individu terhadap konflik pribadi yang bersangkutan umumnya harus ditangani oleh konselor.

- a) Keuangan. Apakah ketidakmampuan untuk menyepakati masalah keuangan merupakan upaya untuk menutupi perbedaan pendapat yang lebih mendasar? Mitra manakah (atau keduanya) yang tidak terbiasa menangani keuangan? Apakah kesulitan keuangan merupakan gejala dari ketidakdewasaan secara keseluruhan? Apa pentingnya uang bagi individu ini dan pasangannya?
- b) Kehidupan Sosial. Apakah orang-orang ini sebenarnya mempunyai tujuan sosial yang berbeda? Apakah mereka berbeda secara temperamen dalam hal kemampuan bersosialisasi? Apakah masing-masing kurang memahami kebutuhan sosial satu sama lain? Mengapa salah satu dari mereka sangat menekankan kehidupan sosial? Apakah ada ketidakpuasan mendasar terhadap tuntutan kehidupan keluarga secara umum atau terhadap tuntutan pernikahan secara khusus?
- c) Hubungan Orang Tua-Anak. Apakah ada perbedaan pendapat mendasar mengenai disiplin? Apakah salah satu dari orang-orang ini mempunyai gagasan yang menyimpang tentang disiplin? Apakah ada identifikasi berlebihan terhadap seorang anak atau anak-anak yang dilakukan oleh salah satu orang tuanya? Apakah ada rasa iri terhadap kedekatan salah satu orang tua dengan anak? Apakah kesulitan orang tua-anak merupakan pengganti permusuhan? Apakah ada kebencian terhadap tanggung jawab pernikahan yang diungkapkan melalui kesulitan orang tua dan anak?
- d) Nilai Keagamaan dan Kehidupan. Apakah perbedaan agama hanya untuk menutupi perbedaan yang lain? Mengapa pasangan ini menikah terlebih dahulu? Mengapa pasangan ini kini mengalami kesulitan dengan perbedaan yang ternyata dirasa bisa diselesaikan sebelum menikah? Apa arti agama bagi masing-masing individu ini? Seberapa besar upaya nyata yang telah mereka lakukan untuk mengatasi perbedaan ini? Seberapa pentingkah agama dan nilai-nilai kehidupan genetis lainnya bagi klien-klien ini ketika mereka tumbuh dewasa?
- e) Mertua. Apakah mertuanya masalahnya atau justru dari klien dan ke arah mereka? Kalau tidak ada persatuan dalam menangani masalah ini, bagaimana bisa ada persatuan dalam masalah lain? Apakah rasa cemburu merupakan masalah besar? Apakah salah satu klien mengeluh tentang mertuanya karena orang tuanya sendiri yang bermasalah? Seberapa matang individu ini dalam menjaga kemandiriannya?
- f) Segitiga Dalam Keluarga. Mengapa individu ini khawatir jika pasangannya mempunyai hubungan dekat dengan anggota keluarga lainnya? Apakah ini pernah menjadi pernikahan yang dekat? Apakah klien ini pada dasarnya posesif? Apakah pasangannya mengungkapkan permusuhan dengan memberikan pengabdian yang berlebihan kepada anggota keluarga lainnya?
- g) Hubungan Di Luar Nikah. Bagaimana klien ini gagal membangun perkawinan yang memenuhi kebutuhan pasangannya? Apakah dia terlalu bermusuhan atau terlalu pemaaf? Apakah klien ini benar-benar tertarik untuk membangun kembali marriage? Atau apakah klien ini memainkan peran sebagai martir? Jika ini klien

yang "nyasar". apakah dia terlalu menyesal atau terlalu menantang? Apa yang ingin dia capai melalui keterikatan di luar nikah? Individu seperti apa yang dia pilih untuk membuat segitiga, dan mengapa dia memilih individu ini?

- h) Tekanan Pekerjaan. Mengapa tekanan pekerjaan menimpa pernikahan? Apakah individu tersebut benar-benar berada dalam pekerjaan buntu atau jenis pekerjaan yang salah? Apakah salah satu atau keduanya memiliki kebencian atau rasa malu sehubungan dengan prestise pekerjaan tersebut dan tingkat pendapatannya? Apakah jam kerjanya terlalu panjang atautkah pekerjaan tersebut dijadikan sebagai pelarian dari rumah? Apa tujuan awal pasangan ini sehubungan dengan status ekonomi? Apakah istri iri dengan karier suaminya?
- i) Aktualisasi Diri yang Tidak Memadai. Apakah individu ini benar-benar terbebani dengan terlalu banyak tanggung jawab dan terlalu banyak tekanan? Apakah dia benar-benar ingin membantu dirinya sendiri atau dia menginginkan solusi ajaib? Apakah klien ini tidak siap untuk memikul tanggung jawab dalam kehidupan keluarga. Apakah ada hal-hal praktis yang dapat dilakukan untuk memberikan kesempatan kepada individu ini untuk melakukan aktivitas kreatif yang belum pernah ia coba? Apakah peti ini benar-benar berusaha melepaskan diri dari narasinya?
- j) Latar Belakang Budaya yang Berbeda. Peran apa yang dimainkan oleh pembangkangan keluarga dalam pilihan awal satu sama lain? Apakah pada dasarnya seseorang menikmati apa yang dia anggap sebagai peran yang lebih unggul? Apa persamaan yang dimiliki pasangan ini? Apakah seseorang menggunakan perbedaan budaya untuk menutupi ketidakpuasan yang lebih mendasar? Tentu saja perlu ditekankan bahwa konselor tidak boleh menanyakan pertanyaan-pertanyaan ini kepada klien secara langsung. Sebaliknya, konselor harus menggunakannya untuk mengembangkan kesadarannya sendiri mengenai apa yang ada di balik permasalahan klien. Mungkin ada baiknya untuk menekankan kembali pentingnya analisis periodik konselor mengenai reaksinya sendiri terhadap masalah-masalah klien.

### Konseling Keluarga

Konseling keluarga adalah suatu proses bantuan profesional yang bertujuan untuk membantu pasangan yang mengalami masalah dalam hubungan mereka. Konseling ini erat kaitannya dengan psikologi terapeutik, yang melibatkan penggunaan berbagai pendekatan dan teknik psikologis untuk membantu pasangan mengatasi masalah mereka. Sejarah konseling pasangan dimulai dengan peran utama pendeta dan pekerja sosial di gereja, lembaga kesejahteraan masyarakat, dan organisasi layanan keluarga. Namun, seiring berjalannya waktu, konseling pasangan telah berkembang menjadi kegiatan khusus yang memerlukan izin khusus di beberapa negara bagian, seperti California, untuk beriklan sebagai konselor pernikahan dan keluarga Mitchell, B. A. (2010). Berikut akan dipaparkan garapan masalah dari konseling keluarga:

a) Masalah Dalam Konseling Keluarga

Masalah dalam konseling dalam konteks filsafat adalah situasi di mana seorang penasihat atau terapis memegang posisi netral terhadap keputusan

pasangan untuk bercerai atau tidak. Mereka tidak memiliki hak untuk memutuskan apakah perceraian adalah solusi terbaik atau tidak bagi pasangan yang mencari konseling pernikahan. Sebaliknya, peran penasihat pernikahan adalah untuk membantu pasangan dalam proses aktualisasi diri mereka, membimbing mereka dalam mempertimbangkan berbagai faktor yang terlibat, baik itu memilih untuk tetap bersama atau berpisah.

Penting bagi konselor untuk menyadari bahwa ada beberapa pasangan yang telah mengalami pemisahan emosional yang dalam dan lama, sehingga rekonsiliasi mungkin tidak mungkin terjadi. Dalam kasus-kasus ini, perceraian mungkin menjadi satu-satunya solusi yang memungkinkan bagi pasangan untuk menghadapi realitas hidup tanpa saling menyalahkan. Namun demikian, perceraian tidak selalu menjadi jalan keluar, dan dalam beberapa kasus, pemisahan dapat membantu pasangan menghadapi masalah mereka dengan lebih konstruktif dan memungkinkan pertumbuhan individu yang lebih baik Brammer (1982).

### b) Efek Gangguan Pada Anak -Anak.

Efek gangguan pada anak-anak akibat perceraian orang tua adalah topik yang kompleks dan memiliki dampak jangka panjang yang signifikan pada perkembangan dan kesejahteraan anak Hurlock, E. B. (1999). Mari kita jelaskan secara terperinci mengenai hal ini.

- 1) Pemisahan sebagai Transisi: Terkadang, pemisahan atau perceraian merupakan langkah yang diperlukan untuk mengakhiri sebuah pernikahan yang tidak sehat. Ini bisa memfasilitasi hubungan yang lebih bersahabat antara kedua orang tua setelah perceraian dan mengurangi kepahitan yang tidak perlu, yang bisa merusak lingkungan keluarga.
- 2) Pengaruh pada Anak-Anak: Anak-anak yang terjebak di tengah perceraian orang tua seringkali mengalami dampak psikologis dan emosional yang signifikan. Dalam analisis efek perceraian pada anak-anak, beberapa ahli menunjukkan bahwa perceraian bukanlah pengalaman paling traumatis bagi anak-anak. Sebaliknya, pernikahan yang tidak bahagia, yang sering disebut sebagai perceraian emosional, bias lebih merusak bagi anak-anak dari pada perceraian itu sendiri.
- 3) Faktor yang Mempengaruhi Dampak: Bagaimana keputusan untuk bercerai dibuat memiliki dampak besar terhadap anak-anak. Misalnya, tingkat kemarahan dan serangan verbal yang tinggi antara orang tua dapat berdampak negatif pada anak-anak. Anak-anak juga bisa menjadi korban dalam konflik perkawinan antara orang tua, dan hal ini dapat mempengaruhi perkembangan emosional mereka.
- 4) Dampak Konflik Perkawinan pada Anak-Anak: Konflik dalam perkawinan dapat berdampak negatif pada anak-anak dalam berbagai cara:
  - a) Anak-anak sering kali menjadi penyangga antara orang tua.
  - b) Mereka bisa dianggap sebagai alat untuk memperkuat pernikahan yang tidak stabil.
  - c) Anak-anak dapat menjadi sasaran dari konflik antara orang tua, yang membebani mereka secara emosional.

- d) Tindakan impulsive dari orang tua, seperti keputusan atau perubahan besar, bias melukai anak-anak.
  - e) Anak-anak mungkin terpapar dengan konflik yang berlarut-larut antara orang tua.
  - f) Konflik perkawinan dapat menyulitkan resolusi fase oedipal pada anak-anak.
- 5) Peran Konselor: Saat perceraian terjadi, konselor dapat membantu anak-anak melewati periode yang sulit ini dengan memberikan dukungan dan pemahaman. Penting bagi anak-anak untuk mengetahui bahwa mereka tidak bersalah atas perceraian tersebut, bahwa orang tua mereka masih mencintai mereka, dan bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi situasi tersebut Brammer (1982).
- 6) Pernikahan Kembali: Pernikahan kembali salah satu atau kedua orang tua setelah perceraian dapat memperumit situasi bagi anak-anak. Mereka mungkin merasa cemburu atau terganggu oleh perhatian yang diberikan orang tua kepada pasangan baru, sementara orang tua tiri mungkin menghadapi kesulitan dalam membangun hubungan yang baik dengan anak-anak mereka Mubarok (2005).

Dalam rangka menangani kompleksitas masalah ini, konseling konselor keluarga sering kali diperlukan. Namun, penting untuk diingat bahwa tidak ada solusi yang cocok untuk setiap situasi, dan setiap kasus perlu ditangani secara individual dengan mempertimbangkan kebutuhan dan kesejahteraan semua anggota keluarga yang terlibat.

### **Konseling Orang tua dan Anak**

Orang tua mempunyai dua jenis masalah yang luas dan saling tumpang tindih. Pertama, orang tua mungkin mempunyai kecemasan dan permasalahan yang tidak semata-mata berkaitan dengan anak, namun diturunkan kepada anak melalui sikap tegang, ketidakkonsistenan emosi, ketegasan, kesembronoan, dan sejenisnya. Dalam kasus seperti ini, prosedurnya sama dengan konseling orang dewasa, namun dengan upaya untuk membantu orang tua memahami dampak perilakunya terhadap anak.

Kedua, orang tua mungkin bermaksud baik namun tidak cukup karena ketidaktahuan akan perspektif perkembangan untuk memahami bahwa setiap orang melewati fase fisik, mental, dan emosional tertentu dalam pertumbuhan dari bayi hingga dewasa. Pengetahuan ini biasanya sangat menenteramkan hati orang tua dan membantu mereka mengantisipasi serta menghadapi masalah perkembangan dengan lebih percaya diri. Perilaku anak-anak harus dievaluasi berdasarkan norma untuk tingkat usia tertentu, meskipun orang tua perlu berhati-hati terhadap pola yang tidak lazim dan generalisasi yang berlebihan. Pendekatan perkembangan memberikan orang tua kerangka di mana batasan dapat ditetapkan. Rasa bersalah, kecemasan, dan sikap menghukum orang tua kemudian dapat dikurangi atau dihilangkan. Orang tua menginginkan informasi yang akurat tentang perilaku normatif.

Beberapa masalah perkembangan yang terus-menerus dihadapi oleh seorang konselor yang bekerja dengan orang tua anak kecil adalah agresivitas, ketegangan seksual, masalah eliminasi, dan hubungan dengan anak lain. Ide-ide spesifik bagi orang tua dalam menangani masalah-masalah ini berada di luar cakupan buku ini, namun terdapat banyak literatur mengenai pengasuhan anak dan penelitian tentang perkembangan anak.

Sebagaimana anak-anak belajar banyak cara untuk mengendalikan dan memanipulasi orang tuanya, demikian pula orang tua menerapkan berbagai teknik manipulatif kepada anak-anaknya. Menciptakan rasa bersalah dengan menekankan "seharusnya" adalah salah satunya. Cara kasih diberikan atau ditahan adalah contoh lainnya. Salah satu pendekatan konseling utama yang digunakan terhadap orang tua adalah membantu mereka memahami cara-cara manipulatif dalam mengelola perilaku anak-anak mereka dan beralih ke bentuk komunikasi yang lebih aktual. Orang tua yang teraktualisasi menekankan tanggung jawab diri pada anaknya dan sadar akan kebutuhan otonomi anak meskipun menyakitkan bagi orang tua. Dia bersedia untuk "melepaskan anak itu". bahkan dengan risiko besar, untuk menjadi orang yang mengaktualisasikan dirinya sendiri. Konseling dengan orang tua menekankan pada masalah pengalihan tanggung jawab atas pilihan dari orang tua ke anak dan membantu orang tua menafsirkan batas Brammer (1982).

### **Mengevaluasi Hasil Konseling dan Psikoterapi dengan Anak -Anak**

Levitt pada tahun 1957 menyimpulkan bahwa hasil konseling dan psikoterapi dengan anak-anak menunjukkan bahwa anak-anak yang tidak diobati memiliki perbaikan yang sama dengan anak-anak yang menerima perawatan dari waktu ke waktu. Hasil ini menimbulkan keraguan terhadap efektivitas metode psikoterapi dengan anak-anak yang bermasalah. Namun, Levitt juga mencatat bahwa data yang ada tidak cukup kuat untuk menjadi pesimistis secara keseluruhan terhadap metode-metode tersebut. Mungkin ada fenomena pembatalan yang mempengaruhi hasil rata-rata dari berbagai studi Hoopes & Fisher, B. L. (1984).

Perbedaan yang signifikan antara anak-anak dan orang dewasa terletak pada tingkat komunikasi yang mereka gunakan. Anak-anak lebih bergantung pada orang dewasa, yang mengharuskan konselor untuk mempertimbangkan kebutuhan dan interaksi dengan orang dewasa yang dekat dengan anak tersebut. Fleksibilitas anak-anak dan kurangnya pertahanan yang kokoh membuat terapi dengan mereka menjadi kurang stabil dan sulit diprediksi dalam hasilnya. Karena tantangan ini, konselor harus menerima lebih banyak tanggung jawab dalam mengarahkan dan melindungi klien mereka Gottman, J. (2012).

Jadi, meskipun hasil konseling dan psikoterapi dengan anak-anak seringkali sulit diprediksi dan hasilnya bisa bervariasi, penting bagi konselor untuk tetap terlibat aktif dalam membimbing dan melindungi anak-anak dalam proses terapi.

Selain itu ada Spesialisasi dalam konseling anak mempertimbangkan perbedaan yang mencolok antara anak-anak dan orang dewasa, terutama dalam hal komunikasi dan ketergantungan pada orang dewasa. Berikut adalah beberapa poin penting terkait dengan materi tersebut:

1. Komunikasi: Anak-anak memiliki kemampuan komunikasi yang terbatas, baik

dalam hal pemikiran konseptual maupun kemampuan verbalisasi. Karena itu, konselor harus mengandalkan perilaku dan media non-verbal untuk mencapai komunikasi yang memadai dengan anak-anak. Terapi permainan sering digunakan sebagai media komunikasi yang efektif.

2. Ketergantungan: Anak-anak secara alami lebih tergantung pada orang dewasa, dan peran orang dewasa dalam kehidupan anak sangat penting. Konselor sering bekerja sama dengan orang dewasa terdekat, seperti ibu, untuk memperoleh informasi tentang anak dan mendapatkan bantuan dalam merencanakan terapi. Tanpa dukungan orang dewasa, kemajuan anak dalam terapi bisa terhambat.
3. Membantu Orang Tua: Konselor juga dapat memberikan terapi atau dukungan kepada orang tua anak. Orang tua yang memiliki pemahaman yang lebih baik tentang anak mereka dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan anak. Melalui pelatihan keterampilan mengasuh anak, konselor dapat membantu orang tua dalam memahami dan mengelola perilaku anak.
4. Tanggung Jawab Terapis: Terapis memiliki tanggung jawab besar dalam memastikan kesejahteraan anak dalam terapi. Mereka mungkin perlu mengambil peran sebagai advokat anak, memastikan bahwa kebutuhan dan kepentingan anak diutamakan dan dilindungi Brammer (1982).

Dengan memahami dan merespons perbedaan-perbedaan ini, konselor dapat memberikan perawatan yang lebih efektif dan responsif terhadap kebutuhan khusus anak-anak dalam konteks konseling dan psikoterapi.

### Menasihati Orang Tua Dari Anak Kecil

Menasehati orang tua dan anak kecil dalam konteks konseling dan pengasuhan adalah suatu proses di mana konselor memberikan dukungan, pemahaman, dan arahan kepada orang tua untuk membantu mereka memahami dan mengatasi masalah yang mereka hadapi dalam mendidik dan merawat anak-anak mereka Brehm, S. S. (2002). Prinsip-prinsip pengasuhan menurut Brammer (1982) adalah sebagai berikut:

1. Keterlibatan Orang Tua dalam Terapi: Karena orang tua bertanggung jawab atas kebahagiaan dan perkembangan anak-anak mereka, konselor anak sering menekankan pentingnya melibatkan orang tua dalam proses terapi. Orang tua memiliki peran yang signifikan dalam mengubah lingkungan anak dengan mengubah perilaku dan pendekatan mereka terhadap pengasuhan.
2. Tantangan dalam Pengasuhan Modern: Orang tua modern sering menghadapi banyak konflik dan tantangan dalam memahami prinsip-prinsip pengasuhan yang tepat karena adanya banyak informasi yang bertentangan. Hal ini bisa membuat mereka merasa bingung, tidak percaya diri, dan kurangnya pengetahuan dalam mengasuh anak.
3. Jenis Masalah Orang Tua: Orang tua dapat menghadapi dua jenis masalah yang terkait dengan pengasuhan anak. Pertama, masalah mereka sendiri yang tidak langsung memengaruhi anak-anak mereka. Kedua, ketidakpahaman mereka terhadap tahapan perkembangan anak dan kebutuhan mereka. Konselor membantu orang tua memahami dampak perilaku mereka pada anak dan

- memberikan informasi tentang perkembangan anak untuk membantu mereka menghadapi masalah dengan lebih percaya diri.
4. Pengetahuan tentang Perkembangan Anak: Orang tua perlu memahami bahwa setiap anak melewati tahapan fisik, mental, dan emosional tertentu dalam perkembangannya. Pengetahuan tentang perkembangan anak membantu orang tua memahami dan mengantisipasi masalah yang mungkin timbul dengan lebih baik.
  5. Edukasi Orang Tua: Konselor memberikan informasi yang akurat tentang perilaku normatif anak sesuai dengan usia mereka. Hal ini membantu mengurangi rasa bersalah dan kecemasan orang tua serta memperkuat kerangka kerja dalam mengasuh anak.
  6. Masalah Perkembangan yang Persisten: Beberapa masalah perkembangan yang persisten seperti agresivitas, ketegangan seksual, masalah eliminasi, dan interaksi dengan anak-anak lain mungkin memerlukan penanganan khusus. Konselor dapat memberikan saran spesifik kepada orang tua tentang cara mengatasi masalah-masalah ini.

Dengan memahami prinsip-prinsip pengasuhan dan memberikan dukungan serta informasi kepada orang tua, konselor dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung bagi perkembangan anak-anak Brammer (1982)..

### Konseling Remaja dan Orang tua

Konseling remaja dan orang tua adalah proses bimbingan dan dukungan yang bertujuan untuk membantu remaja dan orang tua dalam menghadapi tantangan perkembangan dan hubungan mereka. Dalam konseling remaja, konselor harus mempercayai potensi remaja untuk menyelesaikan masalah mereka sendiri dan tumbuh secara pribadi. Namun, konselor juga harus siap untuk memberikan bantuan dan dukungan saat diperlukan, tanpa mengambil alih masalah mereka sepenuhnya. Ini melibatkan memberikan ruang bagi remaja untuk menemukan solusi sendiri sambil mendukung mereka dalam prosesnya.

Namun, terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam konseling remaja, seperti kekhawatiran perkembangan yang khas pada usia tersebut. Ini termasuk memilih karier, mengambil keputusan tentang pendidikan tinggi, membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya, menemukan identitas sosial, mengelola ketegangan seksual, serta memahami hubungan dengan orang tua Brammer (1982). Top of Form

### KESIMPULAN

Konseling keluarga, evaluasi hasil konseling dan psikoterapi dengan anak-anak, menasehati orang tua dari anak kecil, dan konseling remaja dan orang tua merupakan aspek penting dalam bidang konseling. Dalam konseling keluarga, fokus pada membantu pasangan dalam menemukan solusi untuk masalah mereka. Evaluasi hasil konseling dengan anak-anak menyoroti tantangan dalam komunikasi dan peran konselor dalam mengarahkan dan melindungi klien. Sementara itu, menasehati orang tua dari anak kecil melibatkan memberikan dukungan dan informasi tentang prinsip-prinsip pengasuhan yang tepat. Konseling remaja dan

orang tua membutuhkan pemahaman mendalam tentang tantangan perkembangan pada remaja dan peran konselor dalam memberikan bantuan dan dukungan yang sesuai.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anissa, Firman, & Neviyarni S. (2024). The Role of School Personnel in Implementing Guidance and Counseling in the Era of Globalization. *Quality : Journal Of Education, Arabic And Islamic Studies*, 2(3), 198–207. <https://doi.org/10.58355/qwt.v2i3.84>
- Brammer, L. M & Shostrom, E.L. (1982). *Therapeutic Psychology: Fundamentals of Counsleing and Psychotherapy*. New Jersey: Prentice-Hall. Inc.
- Brehm, S. S. (2002). *Intimate Relationship. Edisi ketiga*. New York: The MacGraw-Hill Companies, Inc.
- Gottman, J. (2012). *Why marriages succeed or fai*. New York: A&C Black.
- Hoopes & Fisher, B. L. (1984). *A premarital education program*. New York: W. W. Norton.
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. EdisiKelima. .* Jakarta : Erlangga.
- Mitchell, B. A. (2010). Midlife Marital Happiness and Ethnic Culture: A Life Course Perspective. *Journal of Comparative Family Studies* , 167.
- Mubarok, A. (2005). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Bina Rena Pariwara.
- Mutia Hafizah, Firman, & Neviyarni S. (2024). Opportunities and Challenges for Implementing Guidance and Counseling in Junior High Schools in Technological Development. *Manajia: Journal of Education and Management*, 2(3), 104–118. <https://doi.org/10.58355/manajia.v2i3.79>
- Nilas Siti Wulandari, Netrawati, & Zadrian Ardi. (2024). Overcoming Aggressive Behavior of Bullies Through Gestalt Counseling Approach Empty Chair Technique for Students of Islamic Boarding Schools. *Quality : Journal Of Education, Arabic And Islamic Studies*, 2(3), 247–253. <https://doi.org/10.58355/qwt.v2i3.73>
- Pu'ad Maulana, Neviyarni S, Yarmis Sukur, Rahmad Firmansyah, & Thessia Permata Bunda. (2024). Analysis of the Guidance and Counseling Program in Elementary Schools and the Implications for Its Development and Solutions to Problems. *Manajia: Journal of Education and Management*, 2(3), 140–153. <https://doi.org/10.58355/manajia.v2i3.62>
- Rike Wulandari, Firman, & Neviyarni S. (2024). Analysis of Guidance and Counseling Programs in High School. *Quality : Journal Of Education, Arabic And Islamic Studies*, 2(3), 188–197. <https://doi.org/10.58355/qwt.v2i3.83>
- Titik Wiyul Fithri, Zadrian Ardi, & Netrawati. (2024). Implementation of Feminist Counseling Services on Student Behavior in Education. *Quality : Journal Of Education, Arabic And Islamic Studies*, 2(3), 237–246. <https://doi.org/10.58355/qwt.v2i3.71>