

# **HAKIKAT KELUARGA**

**Oleh: Ehan**

## **A. PENDAHULUAN**

Pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dewasa ini telah mempercepat berubahnya nilai-nilai sosial yang membawa dampak positif dan negatif terhadap pertumbuhan bangsa, terutama kehidupan keluarga. Dampak positif adalah berkembangnya kecepatan dan tingkat berfikir di dalam berbagai bidang dan terjadi perubahan pola hidup yang lebih efisien dan pragmatis. Dampak negatif adalah bahwa masyarakat mengalami kesulitan dalam memahami dan merencanakan perkembangan yang begitu cepat dalam berbagai bidang sehingga terjadi benturan-benturan dengan nilai-nilai luhur dan agama.

Globalisasi yang termanifestasikan dalam strukturnya melibatkan semua jaringan dengan tatanan global yang seragam dalam pola hubungan yang kompetitif dalam berbagai kehidupan terutama dalam dimensi budaya dan ekonomi. Contoh sederhana dengan adanya televisi di setiap rumah pengaruh-pengaruh budaya yang kurang baik dengan mudah diserap oleh anak-anak dan remaja yang sedang mengalami transisi kepribadian sehingga sering berdampak kurang baik bagi kehidupannya. Dalam pengaruh ekonomi terus menerus kehidupan ini bertarung dengan nilai-nilai to have yaitu hidup serba benda dan prestise lahiriyah. Gejala ini tampak dalam gaya kehidupan remaja-remaja baik di kota-kota besar maupun dipinggiran dalam cara berpakaian mudah meniru dari gaya berpakaian yang mereka lihat di layar televisi yang dipertontonkan dalam sinetron atau infotainment yang serba glamour, sehingga meminggirkan aturan-aturan atau norma yang sudah ada.

Keluarga mempunyai peran yang sangat penting dalam pembentukan karakter dan kepribadian seseorang, karena keluarga merupakan tempat pendidikan yang pertama dan utama bagi anak. Perilaku seseorang di luar lingkungan akan mencerminkan bagaimana kehidupan dalam keluarganya, oleh karena itu baik buruknya moral suatu bangsa akan sangat bergantung pada bagaimana pendidikan diterapkan di keluarga. Jika individu dalam keluarga tumbuh dan berkembang dalam suasana yang harmonis dan saling menghargai, maka akan

melahirkan generasi yang baik, sebaliknya jika dalam keluarga sering terjadi pertengkaran, maka akan tumbuh generasi yang rapuh.

Untuk memperbaiki kondisi seperti ini, pendidikan keluarga sangatlah diperlukan. Lingkungan keluarga merupakan media pertama dan utama yang secara langsung atau tidak langsung berpengaruh terhadap perilaku dalam perkembangan anak didik. Tujuan pendidikan dapat dikatakan agar anak manusia menjadi mandiri dalam arti bukan hanya mampu mencari nafkah sendiri namun juga mengarahkan dirinya berdasarkan keputusannya sendiri untuk mengembangkan semua kemampuan fisik, mental, sosial dan emosional yang dimilikinya, sehingga dapat mengembangkan suatu kehidupan yang sehat dan produktif dengan memiliki kepedulian terhadap orang lain.

Penerapan konseling pada situasi yang khusus dan memfokuskan pada masalah-masalah yang berhubungan dengan situasi keluarga dan penyelenggaraannya melibatkan anggota keluarga, karena merupakan sistem yang mempengaruhi kehidupan anak atau keluarga lainnya. Konseling keluarga terutama diarahkan untuk membantu anak agar dapat beradaptasi lebih baik untuk mempelajari lingkungannya melalui perbaikan lingkungan keluarga {Brammer dan Shostrom, 1982}.

Menurut Fuadudin{1999}, dalam agama islam keluarga yang baik atau harmonis biasa disebut keluarga sakinah, yang mempunyai ciri utama adanya cinta kasih yang permanen antara anggota keluarga. Keluarga bertolak dari prinsip perkawinan sebagai sebuah perjanjian (mitsaqon gholizho) yang teguh untuk saling memenuhi kebutuhan satu sama lain yang dibangun atas dasar bahwa membangun keluarga adalah amanah yang harus dijaga sesuai dengan ajaran Alloh SWT.

Menurut Dadang Hawari tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh empat faktor yang saling berinteraksi satu sama lain yaitu: Faktor organo biologik, psiko edukatif, sosial budaya dan spiritual. Faktor organo biologik misalnya perkembangan mental intelektual dan mental emosional banyak ditentukan sejauh mana perkembangan otak dan kondisi fisik, hal ini juga akan dipengaruhi bagaimanakah asupan gizi yang diperoleh anak, bila gizi baik, maka pertumbuhan otak dan fisik akan optimal. Faktor psiko edukatif yaitu tumbuh kembang anak

akan dipengaruhi oleh sikap dan kepribadian orangtua dalam mendidik anaknya misalnya anak dibesarkan dengan rasa kasih sayang, penuh perhatian. Faktor sosial budaya penting bagi tumbuh kembang anak karena dalam proses pembentukan kepribadian anak dipengaruhi juga oleh budaya-budaya yang ada atau budaya dari luar. Oleh karena itu orang tua harus bisa memperhatikan keluarganya supaya tidak terbawa arus oleh budaya yang negatif sehingga akan merusak anak. Betapapun deras budaya masuk ke dalam kehidupan saat ini, bila anak telah dibentengi oleh agama, maka anak akan bisa menyaringnya. Oleh karena itu pendidikan spiritual (agama) sangatlah penting bagi anak.

## **B. PEMBAHASAN**

### **1. Pengertian Keluarga**

Keluarga dimulai dengan sepasang suami istri dan menjadi lengkap dengan hadirnya anak. Keluarga yang terdiri dari sepasang suami istri dan anaknya disebut keluarga inti. Keluarga merupakan kesatuan yang terkecil dalam masyarakat dan merupakan suatu lembaga yang sangat penting dalam pembangunan dan perkembangan suatu negara. Di negara kita ada yang disebut dengan istilah keluarga besar yaitu semua anggota keluarga ada kaitannya satu sama lain karena nenek moyang yang sama, atau karena perkawinan, dan bisa juga mereka saling mempengaruhi dalam pembentukan sikap, dan perkembangan pribadi anggota keluarga.

### **2. Tugas dan Tanggung Jawab Keluarga**

Tugas utama keluarga adalah untuk memenuhi kebutuhan jasmani, rohani dan sosial semua anggotanya, mencakup pemeliharaan dan perawatan anak-anak, membimbing perkembangan pribadi, serta mendidik agar mereka hidup bahagia. Dua komponen yang pertama yakni ayah dan ibu dapat dikatakan sebagai komponen yang sangat menentukan kehidupan anak, karena mereka merupakan pengasuh dan pendidik yang pertama dan utama bagi anak dalam lingkungan keluarga baik karena alasan biologis maupun psikologis.

Bagi keluarga anak merupakan anugerah dari Allah SWT yang mempunyai dua potensi yaitu bisa menjadi baik dan bisa pula menjadi buruk. Baik buruknya

anak sangat erat kaitannya dengan pendidikan yang diberikan oleh kedua orang tuanya.

Nipin Abdul Halim (2001 :27) mengemukakan beberapa tanggung jawab yang harus dipenuhi oleh orang tua terhadap anaknya antara lain merawat dengan penuh kasih sayang , memberikan nafkah yang baik dan halal, serta mendidik dengan baik dan benar. Ketiga kewajiban dan tanggung jawab tersebut hendaklah dilakukan secara konsekuen dan harus dipandang sebagai satu kesatuan yang tidak terpisahkan, serta dilaksanakan secara bersamaan dan berkesinambungan, mulai sejak anak berada dalam kandungan ibu sampai benar-benar dewasa.

### **3. Prinsip-Prinsip Alam Untuk Menciptakan Keluarga Bahagia**

Linda & Richard Eyre mengungkapkan 9 prinsip yang diadopsi dari alam untuk menciptakan keluarga bahagia:

#### **1.) Komitmen**

Hukum angsa adalah komitmen dan prioritas, sejauh angsa terbang selalu kembali ke kandang bersama keluarga dan mereka memprioritaskan anak-anak dengan ungkapan cinta yang lengkap dengan menyentuh kepala kepada anak-anaknya. Seperti angsa kita harus memahami bahwa komitmen merupakan ungkapan cinta yang paling lengkap.

#### **2.) Memuji**

Kepiting secara insting akan menarik ke bawah bila ada kepiting lain yang mencoba mendahuluinya. Keluarga harus mencari cara untuk membangun kepercayaan diri anak-anak kita dengan selalu memuji, dan bukan menyepelkan melalui kritik yang terus-menerus. Keluarga harus mendorong anak-anak untuk maju melampaui orang tuanya.

#### **3.) Komunikasi**

Ikan paus selalu komunikasi dengan keluarga walaupun jauh di laut lepas, nyanyian ikan betina digunakan untuk memanggil anak-anaknya. Seperti ikan paus keluarga harus berusaha berkomunikasi secara konstan, kita seharusnya mendengarkan satu sama lain bukan saling mengganggu.

#### 4.) Konsisten

Kura-kura binatang berjalan lambat dapat mengalahkan kelinci karena ia berjalan dengan konsisten. Seperti kura-kura kita harus tetap bangkit setiap hari untuk menjadikan keluarga kita lebih baik dan saling mencintai.

#### 5.) Disiplin

Belalai gajah bisa lunak ketika menimang dan membimbing anaknya, tapi bisa jadi kuat/keras ketika menghalau rintangan yang menghalanginya. Gajah punya sensitivitas, kelembutan dan disiplin yang tinggi. Dalam keluarga marilah kita mencoba menjadi lunak dan baik terhadap satu sama lain, tapi benar-benar tegas dalam hal menjaga aturan.

#### 6.) Rasa Aman

Pohon kayu merah adalah mahluk hidup tertinggi di bumi, mereka tumbuh dalam semak dengan akar saling terkait seolah berpegangan tangan. Seperti kayu merah kita harus tumbuh bersama dan semakin dekat satu sama lain sehingga menimbulkan rasa aman pada anak dan keluarga.

#### 7.) Tanggung jawab

Hukum yang diadopsi dari beruang adalah tanggungjawab, yaitu mengambil tanggung jawab penuh dan lengkap bagi keluarga dan semua anak. Memprioritaskan peran pegasuhan, memberi teladan dan berharap mereka menerima tanggungjawab. Anak dilatih sejak kecil untuk membantu pekerjaan rumah supaya terbiasa melaksanakan pekerjaan dengan penuh rasa tanggung jawab.

#### 8.) Kesadaran

Katak berdarah dingin dia suka berada di lingkungan yang bersuhu hangat, kadang dia tidak menyadari kalau suhu semakin panas yang akhirnya ia mati terendam karena tertidur. Keluarga harus menanamkan kesadaran kepada anak-anak bahwa semua situasi tidak sama dan kita harus memahami perbedaan.

#### 9.) Kebebasan

Jika kutu disimpan dalam kotak tertutup, dia bisa melompat sejauh tutup kotak itu, meskipun tutupnya dibuka kutu hanya bisa melompat pada ketinggian tertentu. Hukum kebebasan bagi anak adalah membiarkan anak-anak bebas, dan mampu mengembangkan potensi mereka sejauh mungkin.

#### **4. Masalah-Masalah Keluarga**

Anak dalam suatu keluarga sering kali mengalami masalah dan berada dalam kondisi yang tidak berdaya di bawah tekanan dan kekuasaan orang tua. Permasalahan pada anak adakalanya diketahui orang tua, tapi sering kali tidak diketahui orang tuanya. Masalah yang dibawa dari luar rumah seperti tekanan atau ejekan dari teman atau orang dewasa biasanya sulit untuk diketahui keluarga sehingga bisa menimbulkan masalah yang lebih fatal bagi anak, dan tidak sedikit anak yang mengalami depresi bahkan bunuh diri.

Hal kedua berhubungan dengan keadaan orangtua. Banyak kita jumpai orang tua yang tidak mampu mengelola rumah tangganya dengan menelantarkan anak, mereka sibuk dengan urusan masing-masing sehingga sering terjadi konflik dan ketidak harmonisan dalam rumah tangga sehingga anak tidak betah di rumah, atau orang tua memberi perlakuan yang salah seperti over protektif dan permisif yang keduanya dapat menimbulkan hal yang kurang baik bagi anak.

Permasalahan lain yang sering muncul akibat perceraian atau konflik yang berkepanjangan sehingga anak yang menjadi korban, atau ketidak harmonisan yang disebabkan oleh stressor perubahan budaya, faktor sosial ekonomi atau kemiskinan sehingga tidak dapat memenuhi kebutuhan keluarga.

Permasalahan lain yang sering kita lihat di berbagai media massa atau tayangan televisi yaitu adanya kekerasan dalam rumah tangga sehingga yang menjadi korban paling banyak adalah anak dan istri yang seakan mereka tak berdaya untuk menghadapi kekejaman seorang ayah atau suami.

Berbagai permasalahan keluarga tersebut di atas apabila kita amati sebenarnya karena terhambatnya komunikasi diantara anggota keluarga sehingga mengakibatkan masing-masing mempertahankan egonya, tidak terjadi saling pengertian dan saling menghargai dapat diatasi melalui konseling keluarga. Konseling keluarga akan menjadi efektif dalam menyelesaikan masalah, jika semua anggota keluarga bersedia mengubah sistem yang sudah ada dengan cara-cara baru yang disepakati oleh semua anggota keluarga.

## **5. Tujuan Konseling Keluarga**

Tujuan dari konseling keluarga ini adalah agar keluarga sebagai suatu kesatuan bisa berfungsi lebih baik dan setiap anggota keluarga bisa menjalankan perannya masing-masing dan saling mendukung, saling mengisi dengan anggota keluarga lainnya.

Menurut Kurt Lewin masalah dalam keluarga timbul karena adanya dinding pemisah yang tebal yaitu adanya perasaan saling enggan, saling gengsi, tidak mau menyapa duluan, takut saling menyinggung perasaan dan sebagainya. Konseling keluarga diharapkan bisa mengurangi ketebalan dinding pemisah sehingga anggota keluarga bisa lebih saling mendekati. Metoda yang diinginkan dalam konseling ini antara lain diskusi, bermain peran pemecahan masalah, simulasi dan sebagainya.

Menurut Bowen tujuan konseling keluarga adalah membantu anggota keluarga untuk mencapai individualitas, menjadi dirinya sebagai orang yang berbeda dari sistem keluarga.

Menurut Satir konseling keluarga bertujuan untuk mereduksi sikap defensif di dalam dan antar keluarga sehingga diharapkan dapat mempengaruhi komunikasi yang efektif dalam kontak hubungan antara anggota keluarga.

Menurut Perez, secara khusus konseling keluarga bertujuan:

- 1.) Membuat semua anggota keluarga dapat mentoleransi perilaku yang unik dari setiap anggota keluarga.
- 2.) Menambah toleransi setiap anggota keluarga terhadap frustrasi, ketika terjadi konflik dan kekecewaan baik yang dialami bersama keluarga atau tidak.
- 3.) Meningkatkan motivasi setiap anggota keluarga agar membimbing, membesarkan hati, dan mengembangkan anggota lainnya.
- 4.) Membantu mencapai persepsi parental yang realistis dan sesuai dengan persepsi anggota keluarga

## **6. Prinsip-prinsip Konseling Keluarga**

Secara garis besar prinsip-prinsip yang penting dalam konseling keluarga adalah:

- 1.) Bukan metode baru untuk menyatukan problem.
- 2.) Setiap anggota adalah sejajar, tidak ada yang lebih penting dari anggota.
- 3.) Situasi saat ini merupakan penyebab masalah keluarga dan prosesnyalah yang harus dirubah.
- 4.) Tidak perlu memperhatikan diagnostik dari permasalahan keluarga.
- 5.) Selama intervensi berlangsung konselor merupakan bagian penting dalam dinamika keluarga.
- 6.) Konselor memberanikan anggota keluarga untuk mengutarakan dan berinteraksi dengan setiap anggota keluarga dan menjadi “ intra family involved”.
- 7.) Relasi antara konselor merupakan hal yang sementara, relasi yang permanen merupakan penyelesaian yang buruk.
- 8.) Supervisi dilakukan secara riil/nyata (perez; 1974}.

## **7. Pendekatan Konseling Keluarga**

Untuk memahami mengapa suatu keluarga bermasalah, dan bagaimana cara mengatasinya, berikut ini akan dikemukakan beberapa pendekatan konseling keluarga.

### **1.) Pendekatan Psikodinamik**

Pandangan psikodinamik berdasar pada model psikoanalisis, yaitu memberikan perhatian terhadap latar belakang dan pengalaman setiap anggota keluarga. Para konselor psikodinamik ini menaruh perhatian terhadap masa lalu yang melekat pada individu .James Framo meyakini bahwa konflik intra psikis yang tidak terselesaikan dibawa dari keluarga diteruskan dengan bentuk proyeksi kedalam hubungan yang terjadi saat ini. Dalam proses konseling, berbicara dengan pasangan suami istri sendirian, kemudian memasuki kelompok anggota keluarga.

Robin Skyner berpendapat, bahwa orang dewasa yang mengalami kesulitan berhubungan telah mengembangkan harapan-harapan yang tidak



realistis terhadap orang lain dengan cara membentuk sistem proyeksi yang dikaitkan dengan kekurangan pada masa kanak-kanak. Upaya terapeutik dengan memfasilitasi perbedaan diantara pasangan-pasangan perkawinan.

John Bell mendasarkan pendekatannya pada teori psikologis sosial tentang perilaku kelompok kecil dengan cara mempromosikan interaksi, memfasilitasi komunikasi, menjelaskan dan menafsirkan. Bell mengarahkan perhatiannya untuk membantu menciptakan lingkungan keluarga dengan teknik konseling yang disebut konseling kontekstual.

#### 2.) Pendekatan humanistik

Konselor keluarga terkenal yang berorientasi pada humanistik adalah Virginia Satir. Dalam pendekatannya ia memadukan kesenjangan komunikasi antara anggota keluarga dengan orientasi humanistik untuk membangun harga diri {*self-esteem*} dan penilaian diri seluruh anggota keluarga. Dia memandang bahwa manusia punya potensi dan mengajarkan manusia untuk memelihara dan menggunakan potensinya secara efektif

#### 3.) Pendekatan Sistem Keluarga

Murray Bowen mengkonseptualisasikan keluarga sebagai sistem hubungan emosional. Dalam keadaan tegang, hubungan dua anggota keluarga mempunyai kecenderungan untuk mencari anggota yang ketiga untuk menurunkan intensitas ketegangan dan memperoleh kembali kestabilan. Menurut Bowen dalam keluarga terdapat kekuatan yang dapat membuat anggota keluarga bersama-sama dan kekuatan untuk melawan yang mengarah pada individualitas.

#### 4.) Pendekatan Struktural

Salvador Minuchin beranggapan bahwa masalah keluarga sering terjadi karena struktur keluarga dan pola transaksi yang dibangun tidak tepat. Sering kali batas antara sub sistem dan sistem keluarga itu tidak jelas. Oleh karena itu jika dijumpai keluarga yang bermasalah perlu dirumuskan kembali struktur keluarga dengan memperbaiki transaksi dan pola hubungan yang baru yang lebih sesuai. Dengan kerja sama keluarga dan keramahan, akan memperoleh pemahaman tentang masalah keluarga.

### 5.) Pendekatan Bihavioral

Konseling keluarga bihavioral mengambil prinsip-prinsip belajar manusia, penguatan positif dan negatif, pembentukan dan belajar sosial. Pendekatan bihavioral menekankan lingkungan, situasional dan faktor-faktor sosial dari perilaku. Konselor yang berorientasi bihavioral berupaya untuk meningkatkan interaksi yang positif diantara anggota-anggota keluarga, mengubah kondisi-kondisi lingkungan yang menentang atau menghambat interaksi, dan melatih orang untuk memelihara perubahan-perubahan perilaku positif yang diperlukan.

## 8. Peran Konselor

Peran konselor dalam membantu klien dalam konseling keluarga dikemukakan oleh Satir{Cootone,1992} sebagai berikut:

- 1.) Konselor berperan sebagai “Facilitative a comfortable”, membuat klien melihat secara jelas dan objektif dirinya dan tindakan-tindakan sendiri
- 2.) Konselor menggunakan perlakuan atau treatment melalui setting peran interaksi
- 3.) Berusaha menghilangkan pembelaan diri dan keluarga
- 4.) Membelajarkan klien untuk berbuat secara dewasa dan bertanggung jawab dan melakukan self-control.
- 5.) Konselor menjadi penengah dari pertentangan atau kesenjangan komunikasi dan menginterpretasikan pesan-pesan yang disampaikan klien atau keluarga
- 6.) Konselor menolak pembuatan penilaian dan membantu menjadi congruence dalam respon-respon anggota keluarga.

## 9. Proses Dan Tahapan Konseling Keluarga

Pertama-tama seorang klien datang ke konselor untuk mengkonsultasikan masalahnya, dan biasanya lebih bersifat “identifikasi klien”. Untuk tahap selanjutnya yaitu penanganan diperlukan kehadiran anggota keluarganya. Menurut Satir tidak mungkin

Mendengarkan peran, status, nilai dan norma keluarga jika tidak ada kehadiran anggota keluarga.

Crane menggunakan pendekatan pendekatan behavioral dengan empat tahap sebagai berikut:

- 1.) Orang tua membutuhkan untuk didik dalam bentuk perilaku alternatif. Hal ini dapat dilakukan dengan kombinasi tugas-tugas membaca dan sesi pengajaran.
- 2.) Setelah orang tua membaca tentang prinsip dan dijelaskan materinya, konselor menunjukkan bagaimana cara mengimplementasikan ide tersebut.
- 3.) Orang tua mencoba mengimplementasikan prinsip-prinsip yang telah dipelajari menggunakan sesi terapi, terapis dapat memberi koreksi jika dibutuhkan
- 4.) Setelah terapis memberi contoh kepada orang tua cara menangani anak secara tepat, orang tua menerapkannya di rumah. Konselor dapat melakukan kunjungan ke rumah untuk mengamati kemajuan yang dicapai.

### **C. KESIMPULAN**

Keluarga merupakan tempat yang pertama dan utama untuk pembentukan karakter dan pribadi anak. Apabila anak dibesarkan dan dididik dalam lingkungan keluarga yang harmonis, saling menghargai diantara anggota keluarga maka akan tercipta masyarakat yang harmonis saling menghargai, saling mengasihi walaupun beda kepercayaan dan beda etnis dan kebudayaan. Masalah-masalah yang timbul dalam keluarga secara garis besar karena tidak adanya komunikasi, saling pengertian dan saling menghargai sesama anggota keluarga. Untuk mengatasi masalah dalam keluarga diperlukan adanya konseling keluarga supaya keluarga kembali utuh dan tercipta keharmonisan. Ada beberapa pendekatan untuk mengatasi masalah dalam keluarga antara lain: Psikodinamik Humanistik, Sistem Keluarga, Struktural, Bihavioral dan sebagainya. Fungsi konselor dalam konseling keluarga sebagai fasilitator yang menyenangkan sehingga membuat klien atau anggota keluarga menyadari kesalahannya dan tindakannya.

## Daftar Pustaka

Biddulph Steve & Biddulph Sharon, 2006. *Mendidik Anak Dengan Cinta*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Goldenberg Irene & Goldenberg Herbert, 1999. *Family Therapy: A Overview*. California: Brooks/Cole Publishing Company Pacific Grove.

Irvine John, 2005. *Happy Family*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama

Latipun, 2005. *Psikologi Konseling*. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah.

Nurichsan Juntika, 2005. *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*. Bandung: Replika Aditama.

Rahman Abdul Jamil, 2005. *Tahapan Mendidik Anak*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.

Sarwono Wirawan Sarlito, 2000. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Grapindo Persada.

[Http://library.usu.ac.id/download/fk/psiko-hasinda.pdf](http://library.usu.ac.id/download/fk/psiko-hasinda.pdf).