

REVITALISASI KONSELING KELUARGA: Meningkatkan Peran Keluarga dalam Memandirikan Anak

IM Hambali

Alamat: Jurusan Bimbingan Konseling FIP Universitas Negeri Malang
Jl. Semarang 5 Malang email:im.hambali.fip@um.ac.id

ABSTRACT

Di era digital ini, saat banyak orang terkapar dalam sebuah kegiatan emajinair yang difasilitasi oleh berkembangnya teknologi informasi, banyak orang dengan segala tingkatan usia menjadi sungguh berubah. Berubah menuju serba cepat, namun juga serba syarat informasi yang sangat bervariasi bentuk, tipe maupun kontennya. Analisis ini bertujuan untuk menemukan teknik yang dapat digunakan konselor untuk meningkatkan peran keluarga dalam upaya memandirikan anggota keluarga usia sekolah. Kajian ini dilaksanakan dengan metode telaah referensi teoritik, dengan tema keluarga serta mendasarkan tulisan pada pemahaman kontekstual terhadap peran keluarga dalam mendidik anak usia sekolah. Sejumlah tipe konseling keluarga, setidaknya ada 6 tipe menjadi basis substansi pembahasan, yang berakhir ke sebuah kesimpulan bagaimana keluarga memaksimalkan peran simbiosis bersama konselor sekolah, dengan tujuan anak didik sekaligus anggota keluarga usia sekolah dapat berkembang optimal, mandiri dan berkepribadian.

Kata-kata kunci: *Konseling keluarga, peran keluarga, hidup mandiri.*

Published by Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia, 27-29 April 2019

PENDAHULUAN

Keluarga, yang di era 90-an dianggap sebagai tempat berteduh, berlindung, berbagi emosi dan kasih sayang, dan berlindung, serta masih banyak lagi hal positif yang dapat diperoleh di keluarga, dewasa ini telah banyak berubah. Fungsi dan peran keluarga semakin bervariasi dan semakin bergantung pada aktifitas ayah dan ibu setiap hari. Ayah dan ibu yang memiliki proporsi aktifitas diluar rumah lebih besar akan menurunkan kapasitasnya untuk menjadikan keluarga dapat fungsional seperti disebutkan di atas. Untuk mengembalikan makna fungsional keluarga, saat kondisi sudah sangat turun drastis oleh adanya dampak digitalisasi aktifitas seluruh anggota keluarga, maka sekolah sebagai agen perubahan yang berkepentingan mendidik siswa (anggota keluarga) secara totalitas harus menemukan suatu strategi jitu untuknya. Konseling dan penciptaan kondisi keluarga yang lebih baik menjadi sangat diperlukan.

Pendekatan intervensi keluarga yang dianggap dapat diterapkan secara teoritik dan

procedural diantaranya adalah teknik religi, teknik fungsional, teknik perkembangan, dan teknik peran gender dan teknik proses komunikatif serta teknik multicultural. Salah satu atau semua dari enam tipe teknik mungkin memiliki aplikasi yang berarti dan spesifik dalam proses dinamis kehidupan pasangan suami-istri atau keluarga beserta anggota. Namun ada beberapa spesifikasi tipe yang dapat lebih dari satu konteks dan situasi. Dengan menggunakan pendekatan ini, konselor dapat menarik pada beberapa perspektif dan bukannya terkunci pada satu sudut pandang saja. Teknik dapat digunakan untuk penilaian serta intervensi terapeutik, menyesuaikan dengan kebutuhan spesifik dari. Enam teknik memberikan dasar untuk mengintegrasikan berbagai model konseling keluarga.

Sistem Internal Keluarga (Individu)

Individu dalam keluarga merupakan elemen unik yang karakteristiknya dapat mewarnai dinamisasi keluarga pada umumnya.

Oleh karena itu, fokus terhadap individu dalam keluarga untuk tujuan tertentu tidak bisa terlepas dari individu dalam keluarga yang bersangkutan. Artikel ini menawarkan suatu kajian mendalam dan sejumlah alternatif teknik, dimana keluarga dipandang sebagai satu kesatuan yang saling berinteraksi dan mempengaruhi. Para ilmuwan bidang konseling mengembangkan sebuah pendekatan sistem keluarga, dia bukan konselor yang hanya menyadari bahwa ada bagian dari keluarga yang sangat penting yakni kepribadian individu namun lebih dari itu, individu adalah ada secara totalitas dalam keluarga. Virginia Satir menggunakan beberapa cara untuk mendapatkan akses terhadap berbagai bagian dari diri, termasuk diantara dari proses pemetaan keluarga yang bersifat fenomenologis, asal-muasal adanya pengaruh, dan perintah-diri (*self-direction*) (Satir, Banman, Gerber, & Gamori, 1991). Proses paling yang dianggap bagus disebut "*the parts party*", yaitu sebuah proses yang melibatkan integrasi antara penampilan psikis dan perubahan sejumlah elemen keluarga yang bersifat unik dan bersifat khusus.

Masing-masing teoritis dan praktisi telah memberikan kontribusi cukup untuk sebuah teknik yang memandang individu sebagai sistem organismic, lengkap dengan struktur, organisasi, dan subsistem dari totalitas keluarga. Seorang individu memiliki banyak bagian, atau dimensi kepribadian yang bersifat unik, namun masih memiliki benang merah dengan kondisi keluarga. Beberapa aspek kepribadian yang dianggap penting meliputi fisik, kognitif, emosi, sosial, dan spiritual. Beberapa hal tersebut ada yang digunakan lebih dari yang lain tergantung hasil justifikasi terhadap kondisi nyata dari elemen. Bagian-bagian ini terbentuk dan berkembang melalui proses-proses yang bersumber dari interaksi sosial dan pengalaman selama proses perkembangan. Permasalahan yang dialami oleh individu dalam seting luar keluarga seperti dalam lingkungan sekolah atau dalam lingkungan keluarga dapat mengalami pasang surut dan dinamis yang sebenarnya hal tersebut tidak dapat dipisahkan dengan peran keluarga.

Para siswa yang memiliki masalah kebiasaan buruk seperti minum, tindak kekerasan termasuk yang berlangsung melalui geng motor, malas belajar dan sebagainya merupakan perihal unik yang menyebabkan dia mengalami konflik, dan konselor mungkin bisa mengeksplorasi siswa sebagai bagian yang unik dan berbeda dari dirinya dalam konteks keluarga. Konselor sebagai pendidik dapat berdaya upaya dari kebiasaan buruk alkohol dan kekerasan dan memerlukan

orang-orang yang membantu dia menahan diri dan menarik diri dari kebiasaan buruk (minum, tindak kekerasan, malas belajar dll). Setiap teoritis-praktisi yang bekerja dengan konsep "elemen internal" berpendapat "orang kuat"-lah pihak yang mampu mengintegrasikan, mengatur, dan memilih bagian penting. Orang kuat itu, dalam konteks pendekatan keluarga, bisa seorang ayah, seorang ibu atau para pihak yang dianggap sangat memiliki peranan penting dalam mebesarkan anak dalam keluarga. Identitas, yang dikenal sebagai "*self*" atau "*man*" tersebut, adalah seluruh sistem totalitas individu yang bersinergi dengan bagian. Siswa, dalam kondisi seperti ini dapat dikatakan sedang berjuang melakukan reorganisasi bagian internalnya. Ayah sebagai bagian keluarga yang memiliki peran sangat dominan, atau Ibu, dalam kondisi keluarga tertentu, harus dapat memainkan kondisi dimana kesatuan dan keutuhan keluarga merupakan hal yang sangat penting. Tugas konselor ialah memanipulasi situasi, tanpa terkesan menggurui, dimana orang tua, ayah atau ibu menyadari benar peran yang seharusnya dimainkan untuk memperbaiki kepribadian anaknya.

Teknik Religius

Teknik religious mengacu pada studi tentang akibat akhir, tujuan, titik akhir. Dengan kata lain, teknik ini dapat dikategorikan sebagai teknik yang sangat berorientasi pada ideologi. Melalui teknik ini, konselor memungkinkan keluarga untuk mengembangkan pemahaman siswa sebagai anggota keluarga tentang apa yang memotivasi perilaku individu, tujuan –tujuan jangka pendek, menengah dan jangka panjang dari setiap perilaku. Untuk pelajar Indonesia, teknik ini sangat cocok terutama manakala orang tua memiliki cita-cita atas diri anaknya untuk menjadi seseorang berkepribadian utama. Perhatian utama yang mencerminkan akan pentingnya penetapan tujuan jangka panjang menjadi energy psikis yang memungkinkan anak menjadi lebih baik menurut ukuran karakter anak Indonesia.

Tindakan yang penuh orientasi tujuan dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak ketika mereka ditunjukkan tentang resiko yang masuk akal. Keberanian bertindak, kepercayaan diri, harga diri, energi, optimism, harapan, dan muatan pengalaman dipandang sebagai modal yang sangat penting untuk meningkatkan efektifitas proses-proses perkembangan. Sedang tindakan dan interaksi yang ditandai oleh kemunduran, ketakutan, dan

sikap berlandung cenderung menghambat pertumbuhan dan perkembangan mengurangi dampak-dampak positif dari perkembangan dan pengalaman. Kesimpulannya, baik individu maupun keluarga bertindak apapun dengan penuh tujuan adalah lebih baik. Sebagaimana diuraikan sebelumnya bahwa tujuan hidup merupakan pemicu segala perihal kebajikan. Tumbuh kembangnya karakter kebajikan menjadi sebuah keniscayaan yang dapat diapresiasi manakala anak secara sadar, dan penuh dorongan internal memiliki tindakan yang menggambarkan sikap positif. Peran konselor dalam konteks ini ialah bekerjasama dengan orang tua menciptakan situasi dinamis keluarga dan menjadikan tujuan sebagai pegangan bertindak yang efektif.

Meskipun teknik religius merupakan pusat perhatian dalam konseling keluarga Adlerian, tetapi prinsip-prinsipnya dapat pula digunakan dalam setiap model yang mencakup unsur penilaian dan upaya pemaknaan terhadap setiap kondisi perilaku anak seperti halnya untuk intervensi *menahan diri* atau menemukan perspektif baru yang lebih berguna. Penilaian yang diperankan konselor bersama keluarga bertujuan untuk menemukan arti terhadap setiap perilaku anak, sedangkan upaya pemaknaan terhadap setiap kondisi perilaku anak bertujuan untuk menemukan rahasia di balik tingkah laku anak untuk selanjutnya dilakukan reduksi bagi perilaku negative dan diberikan padanya penguatan bagi perilaku positif. Konselor keluarga sering membingkai perilaku sulit dengan motivasi atau niat pribadi di balik perilaku. Hal itu dilakukan tidak lain adalah dalam rangka konselor menemukan rahasia di balik tingkah laku apapun anak. *Menahan diri* dimulai dengan bertanya beberapa jenis pertanyaan berikut: (a) Apa tujuan anak melakukan tingkah laku ini?, (b) Bagaimana setiap perilaku individu dapat melindungi diri dan system keluarga ?, (c) Apa konsekuensi sosial dari suatu tindakan atau interaksi anak?, (d) Apakah tujuan dari anggota keluarga mencerminkan lintas tujuan, dan dapat berfungsi untuk mempertahankan sistem?, (e) Apakah tujuan keluarga bertentangan dengan tujuan konseling?

Salah satu aspek yang menentukan kehidupan keluarga adalah pola interaksi keluarga, yakni kondisi-kondisi yang memungkinkan anggota keluarga cenderung berinteraksi sesuai dengan urutan, dari waktu ke waktu, serta berulang dalam berbagai bentuk, yang pada saatnya menjadi sebuah pola interaksi yang konsisten. Para ilmuwan merujuk pada pola-pola ini sebagai rangkaian siklus, dan terjadi pada

berbagai tingkat dalam tata urutan peristiwa. Ada beberapa teknik yang dapat dikaitkan dengan pola interaksi keluarga.

Teknik Fungsional

Individu dan keluarga memiliki beberapa proses pengorganisasian yang memegang segala sesuatu bersama-sama dan memberikan rasa persatuan. Dalam sistem keluarga, organisasi adalah terjadi dalam peraturan keluarga, rutinitas, ritual, dan peran yang diharapkan (yaitu, struktur hidup keluarga). Dalam teknik fungsional, penekanan diberikan kepada konsep struktur hirarki dari sistem keluarga, dan intervensi strategis dirancang untuk menjadikan sebuah hirarki lebih fungsional dan untuk mendistribusikan power keluarga ke dalam sistem yang bertujuan dan lebih produktif. Dalam beberapa keluarga, keluarga kecil terutama, pola-pola interaksi bersifat sederhana, saling memahami dan memiliki kemauan untuk disepakati sebagai bagian unik dalam keluarga. Dalam kondisi demikian, pola interaksi keluarga lebih simpel dan dapat menjadikan ayah dan ibu sebagai motor utama dalam membentuk iklim harmonis-disharmonis dalam keluarga. Berbeda dengan keluarga kecil, keluarga besar memiliki pola interaksi yang lebih kompleks dari sebatas pola-pola hubungan dua pihak atau lebih.

Sejumlah ilmuwan di bidang konseling memilih pendekatan yang lebih kolaboratif dengan keluarga dan telah menggantikan makna hirarki dengan fungsi kepemimpinan. Pendekatan ini cocok untuk mendekati keluarga besar sekalipun. Suasana kolaboratif ditemukan dalam keluarga yang memiliki hubungan timbal balik yang bersifat egaliter antara pasangan, sementara fungsi kepemimpinan dalam keluarga lebih untuk mengatur kepentingan sistem yang jelas dan cara-cara yang bermanfaat. Agar supaya masing-masing bagian agar tumbuh dan berkembang serta memberikan kontribusi terhadap keluarga secara keseluruhan, harus ada ruang bagi anggota yang terlibat dalam proses pengambilan keputusan; akses yang wajar untuk sumber daya keluarga; dan tanggung jawab sesuai baik untuk diri dan untuk sistem sebagai keseluruhan. Secara umum, kepemimpinan keluarga yang terbaik di tangan orang dewasa, orang dengan lamanya pengalaman dan kehidupan yang mana orang tua keluar dari pilihan dan keinginan untuk meningkatkan generasi berikutnya. Dalam banyak hal, tingkat pendidikan orang tua menjadi salah satu pembentuk pola interaksi, yang pada saatnya akan menjadi sebuah pola kepemimpinan yang dapat

mewarnai dinamisasi keluarga. Pola kepemimpinan yang diperankan oleh orang tua berpendidikan tinggi memiliki keteraturan yang lebih kondusif, serta dapat menciptakan kondisi demokratis sebagai titik awal harmonisasi dalam keluarga. Perilaku negative yang terkadang dilakukan oleh salah satu anggota keluarga (baca anak) sering menjadi tidak terlalu ekstrim oleh karena terjadinya regulasi emosi dan kognisi yang diperankan oleh masing-masing anggota keluarga.

Untuk konsep kepemimpinan, para ahli menambahkan konsep “keseimbangan”. Dalam sistem yang berimbang, anggota keluarga dapat bekerja sama, bersedia mengorbankan beberapa kepentingan individu mereka untuk lebih baik, peduli satu sama lain dan merasa dihargai oleh sistem yang lebih besar, dan memiliki batas yang jelas yang memungkinkan keseimbangan antara milik dan bukan milik. Kepemimpinan keluarga yang berimbang membutuhkan kemampuan untuk bersikap tegas, tetapi ramah, dan untuk menetapkan batas sesuai dengan tahapan perkembangan namun tetap adil, fleksibel, dan mendorong perkembangan yang efektif. Dalam keluarga seimbang, baik individualitas maupun koneksitas ke keluarga sama-sama berarti atau penting dan cocok baik kebutuhan generasi, budaya, dan perkembangan. Sebagai anak atau anggota keluarga yang semakin tua, kepemimpinan lebih seimbang dan lebih egaliter, penuh sikap kolaboratif, dan proses keluarga cenderung bersikap kooperatif, konsisten, dan penuh perhatian. Keluarga yang efektif memungkinkan anak-anak memiliki rasa aman, ruang untuk tumbuh, dan keyakinan bahwa mereka dihargai. Peran guru dan konselor dalam hal ini adalah tindakan pembahasan yang tidak memaksakan, dan dari proses-proses yang diciptakan dalam interaksi konselor dengan keluarga menjadi suatu media munculnya pemahaman baru dan kondisi-kondisi baru yang memungkinkan terjadinya peningkatan munculnya kepemimpinan yang baik dalam keluarga.

Teknik Perkembangan

Tidak seperti model perkembangan individu yang mengandung peta-tahapan kehidupan semenjak lahir, siklus kehidupan keluarga berfokus pada enam transisi signifikan. Enam transisi itu ialah: (1) Anak tumbuh dewasa, lajang, meninggalkan rumah untuk menjalani kehidupan yang mandiri, (2) Individu dewasa menikah atau menjadi pasangan untuk membangun kehidupan bersama, (3) Pasangan

memiliki anak-anak dan mulai keluarga, (4) Anak-anak menjadi remaja, (5) Orang tua meluncurkan anak-anak mereka ke dalam dunia dan mempersiapkan diri untuk menjalani hidup tanpa anak, (6) Keluarga mencapai tahap matang, kemudian dimana seperti halnya anak-anak mungkin harus merawat anak-anak mereka sendiri, dan orang tua mempersiapkan untuk akhir hidup mereka.

Tahap 1 siklus perkembangan keluarga yang menggambarkan bagaimana kehidupan pemimpin keluarga (ayah dan ibu) berlangsung sebelum membangun keluarga. Kondisi ini menjadi satu tahap dimana sebuah keluarga dibangun dan dapat berkorelasi linier dengan masa-masa berikutnya.

Tahap 2 siklus perkembangan keluarga yang mencerminkan kehidupan awal keluarga. Kondisi-kondisi yang berkembang menjadi dasar tumbuhkembangnya karakteristik dan pola-pola kehidupan keluarga. Tahap ke 3 siklus perkembangan keluarga merupakan cerminan, dimana sebuah keluarga telah memiliki unsur yang lengkap, ayah-ibu dan anak. Kehidupan anak dalam masa-masa perkembangan lanjutan sangat bergantung pada kondisi tahap ini. Seluruh perilaku masing-masing unsure keluarga dapat diamati sekaligus menjadi model kehidupan yang berpengaruh terhadap kehidupan anak. Oleh karena itu, pada masa-masa ini, peristiwa apapun akan sangat penting, dan konselor dalam konteks ini dapat aktif mengintai kehidupan dalam rangka menemukan dinamisasi “membangun karakter” anak. Tahap ke 4, adalah tahap kapan seorang anak telah tumbuh remaja, menjadi pelajar dengan sejumlah karakter yang menyertainya.

Pandangan mengenai kehidupan keluarga perspektif siklus perkembangan merupakan inovasi dalam literatur perkembangan yang memperluas konseptualisasi perkembangan itu sendiri. Presentasi pertama dari siklus kehidupan keluarga yang hampir seluruhnya berfokus pada dua orang tua adalah dapat menjadi sumber-sumber inspirasi konselor keluarga untuk menemukan gagasan baru mengenai konstruksi keluarga yang lebih baik dan dapat dielaborasi dalam diskusi bersama keluarga. Gagasan-gagasan rasional dan faktual akan membantu konselor dan orang tua untuk menemukan konstruksi baru interaksi orang tua dan anak termasuk konstruksi pola interaksi orang tua dengan anak yang sedang mengalami masalah kebiasaan buruk. Dengan demikian, diharapkan konseling keluarga yang bertujuan membantu penyembuhan bagi anak yang berkebiasan buruk dapat memetik pengalaman dari sini. Dan perlu

disadari bahwa dalam perkembangan akhir-akhir ini terdapat keluarga yang memiliki unsur berbeda, seperti keluarga dengan orang tua tunggal, menikah lagi, dicampur; lintas-generasi, keluarga besar, dan keluarga dari beragam budaya, kemiskinan dan siklus hidup; dan pengaruh gender (dan peran) dalam siklus kehidupan keluarga.

Fokus konseling, dalam hal ini adalah pada apakah individu dan keluarga telah mencapai tingkat kompetensi yang diperlukan untuk memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan? Pada level masyarakat, individu dan keluarga sering menggabungkan nilai-nilai dan kepercayaan budaya yang dominan di mana mereka tinggal. Budaya lingkungan tersebut mewarnai iklim hubungan dalam keluarga. Di masa lalu, nilai-nilai dan adat-istiadat yang diwariskan melalui kontak dengan mantan keluarga, dan sampai batas tertentu masih mungkin terjadi di beberapa komunitas. Kita, bagaimanapun, masyarakat global sekarang, dan berbagai bentuk media memiliki pengaruh yang besar pada pengalaman individu dan keluarga. Pengaruh besar media telah masuk ke dalam sistem kehidupan anak usia sekolah melalui jalur dunia maya, media elektronik maupun media yang masuk dalam menu alat komunikasi (handphone). Hampir tidak ada celah bagi anak untuk “mengintip dunia”, dengan cara yang mereka sukai terhadap obyek yang mereka pilih. Orang tua dan keluarga hamper tidak mendapat ruang untuk melakukan pengendalian. Oleh karena itu, kemampuan regulasi diri anak menjadi sangat penting, dan kemauan terhadap minat-minat positif menjadi bagian yang tidak terpisahkan. Konselor dan keluarga dapat menumbuhkan minat-minat positif tanpa harus memaksakan kehendak. Pemaksaan kehendak, bagaimanapun telah terjadi di masa lalu, menjadi sumber kesulitan dan resiko tersendiri.

Dominasi kekuatan budaya di keluarga mirip dengan orang tua berpengaruh kuat terhadap anak-anak kecil. Kekuatan ini tidak dapat diabaikan. Penting untuk diingat bahwa setiap keluarga juga berada dalam proses relasional individu dan perkembangan sosial. Konseling keluarga bersifat melayani fungsi onal dalam menantang budaya patriasi dan bentuk lain dari keistimewaan kebudayaan yang dominan, bias, atau diskriminasi. Konstruksi budaya menjadi penentu pola interaksi bagaimana terjadi dalam keluarga. Dalam hubungan terapeutik, konselor dan orang tua saling berargumentasi dan berdiskusi untuk menemukan solusi dan tujuan yang positif dalam membina anak yang baik.

Perubahan tidak bisa dihindari dan, memang, itu adalah hidup. Dalam konseling keluarga, pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang diinginkan. Konselor keluarga memenuhi kebutuhan individu, sementara secara bersamaan, ia juga mempertimbangkan kebutuhan hubungan, keluarga, dan sistem yang lebih besar. Dalam menilai tingkat yang berbeda, konselor keluarga mencari kendala dan berusaha untuk menghilangkannya sehingga pertumbuhan terjadi secara alami dan transisi menjadi memungkinkan. Kebiasaan buruk anak yang sering dilakukan oleh anak dapat dilihat secara lebih komprehensif, termasuk budaya positif yang harus dibangun dalam keluarga.

Teknik “Multi-cultural”

Di masyarakat kota besar, terdapat kondisi dimana laki-laki menjadi basis kekuatan yang dominan, heteroseksual, 35-50 tahun, kaya, dan berpendidikan. Dalam setiap kebudayaan dapat ditemukan orang-orang dengan sejumlah besar hak istimewa, dan mereka yang mengalami diskriminasi, yang terpinggirkan, tertindas, atau ditinggalkan. Di dalam perjalanan sejarah banyak dijumpai ungkapan-ungkapan seperti “hak istimewa raja-raja,” “takdir” atau “kemajuan”, dan masih banyak lagi yang lain. Mereka semua harus diberlakukan hak istimewa padanya, yang meliputi asumsi bahwa mereka yang memiliki istilah “normal” atau “norma.” Segala sesuatu yang lain adalah dianggap penyimpangan dari normal. Orang-orang dengan tingkat ekonomi tinggi lebih banyak memiliki fasilitas istimewa, di sini lain, orang-orang miskin semakin termarginalkan. Kondisi seperti ini yang banyak mendorong terbentuknya perilaku buruk yang bersifat laten dan secara tidak sadar menyentuh ke dalam kehidupan anak. Proses-proses interaksi kaum dewasa dan kaum muda melalui media komunikasi yang ada menjadi poros yang menjadikan budaya tetap bertahan, bahkan berkembang dan mengalami pembentukan baru. Perkelahian antar pelajar, tindak kekerasan geng motor dan sejumlah temperamen buruk lainnya dapat terbentuk akibat dari akumulasi budaya buruk yang tidak dapat direduksi dalam waktu dekat. Pendekatan individu dan keluarga menjadi keniscayaan dan pilihan bijak.

Teknik “multi-kultural” menentang hak dominasi budaya dan memperkenalkan keragaman dan kompleksitas ke dalam pemahaman kita tentang kondisi manusia. Penghargaan dan keberagaman dapat dipupuk dengan menghindari budaya dominan yang merupakan salah satu dari banyak pilihan.

Tantangan multiplisitas ini berupa gagasan bahwa ada norma modern yang tunggal untuk semua orang dan hal itu harus menjadi target perkembangan budaya. Sebagai konselor, kita melakukan tindakan terapan dengan baik untuk mempertimbangkan bahwa sudut pandang kita mungkin hanya satu perspektif yang berguna dalam memahami kenyataan. Dalam hal ini, konselor harus dapat berupaya memahami budaya yang berkembang dalam system keluarga. Yang demikian ini menjadi salah satu ciri dari adanya teknik multicultural.

Teknik Peran Gender

Hampir dalam semua budaya, terdapat tradisi lama yakni diskriminasi terhadap perempuan, dengan sedikit pengecualian, di seluruh rentang kehidupan manusia. Kaum feminis telah menantang tidak hanya elemen dasar konseling keluarga tetapi juga ide penting bahwa keluarga sendiri adalah baik bagi wanita. Perempuan masih memiliki tanggung jawab terbesar untuk pekerjaan yang berhubungan dengan membesarkan anak, kerabat, menjaga, pekerjaan rumah tangga, dan keterlibatan masyarakat. Secara finansial, perempuan cenderung kurang memperoleh posisi setara dari laki-laki. Bahkan ketika perempuan mendapatkan upah yang signifikan, mereka mungkin tidak banyak mengatakan bagaimana keuangan keluarga dihabiskan. Antara seorang pria dan seorang wanita, wanita lebih cenderung diharapkan untuk mengorbankan dirinya dalam rangka kebaikan keseluruhan.

Konseling keluarga semakin menerima sikap pembelaan diri dari sisi gender, dan ini dipandang sebagai bagian dari konseling mereka. Konselor tidak bisa lagi mengabaikan pengaruh pribadi mereka dan tanggung jawab mereka untuk menantang status ketidak-adilan dan perlakuan terhadap wanita. Posisi kekuatan, seperti hirarki, keterperangkapan, dan ketidakseimbangan, istilah-istilah yang telah dikaitkan dengan pendekatan strukturalis untuk keluarga selama bertahun-tahun, secara perlahan digantikan dengan ide-ide tentang kepemimpinan, koneksitas, percakapan, dan kolaborasi. Oleh karena itu, pembenaran terhadap praktek diskriminasi gender yang sebenarnya salah terkadang merambah ke dalam sikap dan performansi anak laki-laki dalam keluarga, yang implikasi pada sikap dan performansi anak dalam lingkungan sekolah. Masih banyak anak laki-laki di sekolah yang menjadikan teman perempuan sebagai obyek. Dalam konteks ini, konselor dapat berbicara dengan anggota keluarga perempuan

yang lebih terutama ibu. Ibu dapat menetralkan secara bertahap terhadap sikap dan performansi yang biasa ditampakkan oleh anak laki-laki.

Teknik Proses Komunikasi

Apapun yang terjadi antara banyak orang, proses komunikasi sangat penting untuk model pengalaman konseling keluarga. Apapun arti komunikasi yang terkandung dalam meta-komunikasi adalah cara dan proses bagaimana kita berkomunikasi *kontekstual* melalui apa yang kita katakan, juga melalui proses peristiwa penting dalam hidup. Kejelasan proses juga menjadi sumber informasi dimana kita berada dan melukiskan kemana mungkin kita pergi atau menjauhi. Hal ini memungkinkan para konselor dan keluarga untuk memeriksa seluruh aliran kehidupan mereka, termasuk proses perubahan, dan pengalaman konseling.

Untuk berfungsi secara efektif, pasangan dan keluarga menciptakan rutinitas yang memungkinkan mereka untuk memenuhi kebutuhan dan tuntutan kehidupan sehari-hari (Satir & Bitter, 1972). Selama ini rutinitas umumnya membantu dan memungkinkan orang-orang bisa hidup secara baik dalam sistem kehidupan mereka sendiri. Ketika rutinitas penting terganggu, hasilnya adalah gangguan yang menjadikan sistem tidak seimbang. Dalam menghadapi gangguan, keluarga, awalnya mungkin berusaha untuk menarik diri, tetapi mereka umumnya jatuh ke dalam keadaan bermasalah. Karena masalah dialami sebagai krisis, anggota keluarga sering ingin membuat keputusan besar meskipun segala sesuatu tampak tidak seimbang. Konselor segera menjadi salah satu sumber daya eksternal keluarga dengan tanggung jawab utama untuk membantu individu berhubungan kembali dengan sumber daya internal mereka dan kekuatan yang sering tidak diakui.

Perubahan sangat bergantung pada ada atau tidak adanya upaya mencoba untuk mengubah kondisi. Mereka berada pada perasaan dan pengalaman masa kini, mencari cara untuk menjadi kembali seimbang. Dengan dukungan dan praktek, kemungkinan-kemungkinan baru menjadi integrasi baru, sebuah rutinitas baru, dan oleh karena itu, keberadaannya menjadi status quo baru. Ketika sumber gangguan bersifat ekstrim, seperti urusan dalam sebuah hubungan, perceraian, atau kematian, konselor sering ditantang untuk berurusan dengan anggota keluarga dalam situasi bermasalah. Misalnya, ketika ibu siswa meninggalkan dia, siswa awalnya merasa hancur dan benar-benar

menyalahkan diri sendiri atas kegagalan lain. Dengan menggunakan teknik proses, seorang konselor keluarga akan mengakui menyakiti siswa dan ia takut, tetapi terbuka untuk mengeksplorasi perasaan lainnya yang mungkin siswa memiliki, seperti pengkhianatan, kekecewaan, dan putus asa. Jalan keluar yang paling langsung adalah hanya tetap fokus pada apa yang siswa rasakan sekarang. Perubahan perbaikan kondisi secara drastis memerlukan perangkat sumber daya dukung yang tidak mudah terjadi.

Proses konseling terkait erat dengan proses perubahan. Metode bermain, baik untuk proses keluarga maupun proses konseling adalah satu pilihan. Konselor melakukannya bersama dengan co-konselor. Seperti konselor keluarga kebanyakan, diakui bahwa sistem lebih kuat daripada individu, dan bahwa konselor keluarga dapat dengan mudah menjadi segitiga atau dimasukkan ke dalam proses sistemik keluarga.

Dalam arti ini, status siswa dianggap menjadi sumber gangguan yang disebabkan keluarga ke dalam proses perubahan baru, di sisi lain sebaliknya, siswa dapat menjadi saluran untuk proses akulturasi keluarga menuju lebih baik. Intervensi sistem ini berperan lebih dari apa yang sebelumnya keluarga memperkirakan dan harapkan. Teknik-teknik yang dijelaskan di sini adalah bersifat “*multi-dimensi*” dan dikembangkan di beberapa model konseling keluarga. Mereka melayani sebagai struktur dasar asesmen. Untuk digunakan secara efektif, bagaimanapun, teknik harus diintegrasikan ke dalam proses terapeutik yang koheren. Bagian selanjutnya menjelaskan bagaimana hal ini dapat dilakukan.

Pembentukan “*Relationship*”

Dalam rentang perkembangannya, konseling sistem keluarga telah menggunakan berbagai macam metafora untuk menjelaskan peran konselor dan hubungan terapeutik. Munculnya model feminis dan post-modern dalam konseling telah menggeser bidang konseling keluarga menjadi hubungan kolaboratif, kooperatif, lebih egaliter. Perdebatan pertama kali diperkenalkan untuk konseling individu dalam tahun 1940-an, juga muncul kembali dalam konseling keluarga dalam bentuk pertanyaan-pertanyaan: (a) Apa keahlian yang harus konselor miliki dalam kaitannya dengan keluarga, dan bagaimana seharusnya keahlian digunakan?, (b) Bagaimana seharusnya arahan konselor dalam kaitannya dengan keluarga, dan apa yang dikatakan

mengenai penggunaan kekuasaan dalam konseling?

Konselor mulai membentuk hubungan dengan siswa dari saat kontak pertama. Dalam kebanyakan kasus, kita percaya bahwa konselor harus membuat sendiri, menunjuk-dokumen, menjawab pertanyaannya seawal mungkin, dan siswa memberikan rasa apa yang diharapkan ketika mereka datang. Ini juga merupakan sesi ketika konselor dapat mempersilakan keluarganya mengetahui posisi mereka pada kondisi dimana semua anggota harus hadir. Beberapa konselor keluarga akan bekerja dengan salah satu dari para anggota keluarga yang ingin datang, yang lain hanya akan melihat keluarga jika setiap orang adalah bagian dari sesi konseling.

Proses dan struktur terapeutik adalah bagian dari deskripsi pekerjaan konseling. Hal ini penting bagi anggota keluarga untuk memperkenalkan diri dan untuk mengungkapkan keprihatinan mereka, tetapi konselor tidak harus terlalu ketat berfokus pada masalah konten. Memahami proses keluarga hampir selalu difasilitasi oleh bagaimana pertanyaan diberikan. Pertanyaan dimulai dengan apa, mengapa, dimana, atau cenderung terlalu menekankan rincian konten.

Melakukan sebuah Penilaian

Teknik-teknik telah menyediakan struktur untuk melakukan penilaian keluarga, tetapi prosedur penilaian lainnya, seperti pertanyaan melingkar, atau bahkan tes formal dan “*rating-scale*”, juga mungkin berguna. Sebagai konselor, ia mendengarkan gambaran harapan anggota keluarga untuk keluarga, dan seringkali ia sulit untuk menyimpan semua delapan perspektif sekaligus. Berfokus pada isu-isu yang disajikan dalam konten merupakan salah satu cara untuk mulai memilih teknik yang akan memberikan makna bagi konselor dan keluarga. Misalnya, “*Siswa*” mengacaukan sistem keluarga dengan mengabaikan jam malam yang orangtuanya telah mengatur untuknya. Konselor mungkin bertanya: “Apa yang akan terjadi jika “*siswa*” tetap keluar jam malam masa lalu dan ditangkap oleh polisi? Siapa yang akan paling marah dengan ini tentu ayahnya?”

Menfasilitasi-Perubahan

Proses menfasilitasi perubahan dapat terjadi bila konseling keluarga dipandang sebagai suatu proses bersama atau kolaboratif. Teknik yang lebih penting untuk model-model ialah melihat konselor sebagai ahli dan bertugas membuat terjadinya perubahan. Pendekatan kolaborasi membutuhkan perencanaan.

Perencanaan dapat mencakup apa yang dalam konseling keluarga telah disebut sebagai teknik atau intervensi, tetapi dengan partisipasi keluarga. Dua bentuk yang paling umum untuk fasilitasi perubahan ialah *aturan* dan *pengalihan tugas*. Kedua proses tersebut bekerja dengan baik ketika ada kontrak keluarga mereka dengan konselor atau setidaknya menerima alasan untuk mereka gunakan. Perencanaan sedapat mungkin dirancang secara bersama dan kolaboratif antara konselor, siswa serta dicoba untuk ditawarkan kepada bagian keluarga yang memiliki kepentingan bagi terjadinya perubahan siswa. Khusus dalam konteks pengembangan karakter "*social interest*", keberadaan keluarga sebagai bagian triangulasi sangatlah penting. Dalam proses perencanaan, konselor bersama siswa (siswa) mendiskusikan secara bebas, dan siswa dituntut terbuka, atau setidaknya konselor mampu membuka keterbukaan siswa sehingga tidak terjadi pemilihan anggota keluarga sebagai bagian triangulasi menjadi tidak berfungsi. Keterbukaan siswa, terutama diperlukan untuk memperkuat keyakinan hipotetik dan menentukan sisi-sisi yang memang keluarga sangat berperan, serta sisi-sisi dimana keluarga tahu banyak terutama menyangkut kelemahan siswa dalam hal karakter "*social interest*".

Sedang aturan pengalihan tugas disusun dengan sangat hati-hati untuk menghindari terjadinya dis-fungsional peranan yang dimainkan oleh keluarga, dan pemilihan aturan dilakukan secara bertahap dari kolaborasi konselor-siswa dan dilanjutkan oleh pembahasan bersama anggota keluarga yang dipilih. Aturan yang telah disepakati harus dilengkapi dengan pembagian tugas yang jelas dan konstruktif. Kemungkinan terjadinya peran yang akibat kemampuan dan kompetensi yang kurang harus dihindari dan diperhitungkan, sehingga jangan sampai terjadi pemberian tugas kepada pihak yang tidak mungkin melaksanakan dengan baik.

Bahkan di dalam proses perubahan, tujuh teknik pertama dapat digunakan sebagai panduan untuk mencapai hasil yang disukai atau diinginkan. Secara umum, bagian internal dapat berfungsi baik ketika mereka seimbang (tidak terpolarisasi) dan ketika bagian pengalaman pribadi individu berfungsi sebagai sumber daya. Kemampuan berpikir biasanya lebih berguna daripada reaktivitas emosional; dan adanya perasaan lebih baik daripada tanpa perasaan; Grove, C.A.:Brooks/Cole.211-225

kontak yang baik dengan orang lain lebih menguntungkan dari isolasi atau pengucilan diri, dan kemudian dilanjutkan dengan mengambil risiko yang masuk akal dalam pertumbuhan dan perkembangan yang dapat lebih menguntungkan daripada stagnasi atau mundur ke kondisi ketakutan. Dalam kondisi demikian, anggota keluarga yang ditunjuk dapat menyumbangkan pengalaman yang berharga kepada rancangan perubahan, dan membahasnya bersama triangulasi, konselor-siswa-anggota keluarga. Dalam hal inilah konselor harus aktif berhubungan dengan keluarga dan menjalin interaksi konstruktif untuk mengawal terjadi perubahan dan perkembangan karakter "*social interest*" yang optimal.

DAFTAR RUJUKAN

- Bocvar,DS & Becvar,RJ. (2000). *Family Therapy: A System Integration (4thed.)*. Boston, MA.:Allyn & Bacon.
- Bowen,M. (1971).*The Use of Family Theory in Clinical Practice. Dalam J.Haley (Ed.)*. Changing Families.New York:Grune & Startton.
- Lochart,EJ.(2004). Using Family Systems Interventions in Schools. Dalam B.T. Erford. *Professional School Counseling: Handbook of Theories, Programs, & Practices*.Austin,Texas:Pro-Ed International Publisher.
- Minuchin,S.(1974). *Family & Family Therapy*. Cambridge,MA.: Harvard University Press.
- Minuchin,S. (1981). *Family Therapy:Concepts and Methods*.Boston: Allyn & Bacon.
- Piercy,F.P.,Sprenkle,D.H. & Wetchler,J.L.(1996). *Family Therapy Sourcebook (2ndEd.)*.New York: Gildford Press.
- Satir,V.(1972) Family System and Approaches. Dalam G.D.Erickson & T.P. Hogan (Eds.).*Family Therapy:an Introduction to Theory and Techniques (2^{ed}ed.)*.Pasivic