**Bab I Latar Belakang Kehidupan Keluarga**

Kehidupan masyarakat khususnya keluarga, tidak akan pernah lepas dari sistem nilai yang ada di masyarakat tertentu. Sistem nilai menentukan perilaku anggota masyarakat. Berbagai sistem nilai ada di masyarakat yaitu: a) nilai agama saat ini degradasi terhadap agama sangat terasas sekali, semua agama merasakan bahwa kebanyakan umatnya kurang setia pada agama yang dianutnya. b) degradasi nilai adat istiadat, yang sering disebut tata susila atau kesopanan, hal ini dapat dibuktikan pada perilaku anak-anak, remaja saat ini. c) degradasi nilai-nilai sosial, sebagaimana kita saksikan saat ini, masyrakat sangat individualis mementingkan diri sendiri dalam segala hal, enggan berbagi harta, pikiran ,saran dan pendapat, tidak mau bergaul terutama dengan orang rendahan, memutusan tali silaturrahmi terutama dengan keluarga. d) degradasi kesakralan keluarga, seperti yang kita lihat saat ini banyak sekali kekisruhan keluarga, banyak sekali kasus suami membunuh istrinya, dan sebaliknya, ayah membunuh anaknya dan sebaliknya.

Namun tak dapat dipungkiri, bahwa keluarga modern mempunyai ciri utama kemajuan dan perkembangan di bidang pendidikan, ekonomi dan pergaulan. Kebanyakan keluarga modern berada di perkotaan, mungkin juga ada keluarga modern tinggal di pedesaan, akan tetapi jarang berinteraksi dengan masyrakat pedesaan. Kelengkapan alat transportasi dan komunikasi memungkinkan mereka cepat berinteraksi di kota yaitu dengan keluarga lainnya. Namun dibalik semua itu, terdapat krisis keluarga, artinya kehidupan keluarga dalam keadaan kacau, tak teratur dan terarah, orang tua kehilangan kewibawaan untuk mengendalikan kehidupan anak-anaknya terutama remaja. Berikut ini adalah faktor-faktor penyebab terjadinya krisis keluarga yaitu: kurang atau putus komunikasi diantara anggota keluarga terutama ayah dan ibu, sikap egosentrisme, masalah ekonomi, masalah kesibukan, masalah pendidikan, masalah perselingkuhan, jauh dari agma.

Dari sekian banyak masalah keluarga yang telah disebutkan di atas, pasti ada jalan keluar untuk penyelesaian. Ada banyak upaya yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan krisis keluarga. Ada dengan cara tradisional dan ada pula dengan cara modern atau yang sering disebut dengan cara ilmiah. Pemecahan masalah keluarga dengan cara tradisional terbagi dua bagian. *Pertama,* kearifan atau dengancara kasih sayang, kekeluargaan. *Kedua* orang tua dalam menyelesaikan krisis keluarga terutama yang berhubungan dengan masalah anak dan istri. Cara ilmiah adalah cara konseling keluarga (family conseling). Cara ini adalah yang telah dilakukan oleh para ahli konseling diseluruh dunia. Ada dua pendekatan dilakukan dalam hal ini: 1). Pendekatan individual atau juga disebut konseling individual yaitu upaya menggali emosi, pengalaman dan pemikiran klien. 2). Pendekatan kelompok (family conseling). Yaitu diskusi dalam keluarga yang dibimbing oleh konselor keluarga.

**Bab II Sejarah Konseling Keluarga**

Sejarah perkembangan konseling keluarga di dunia berasal dari Eropa dan Amerika Serikat pada tahun 1919 yakni sesudah perang dunia I , Magnus Hirschfeld mendirikan klinik pertama untuk pemberian informasi dan nasehat tentang masalah seks di*Berlin Institut For sexual science*. Pusat informasi dan advis yang sama didirikan pula di Vienna pada tahun 1922 0leh Karl Kautsky dan kemudian pusat lain didirikan lagi di Berlin pada tahun 1924. Di Amerika Serikat  ada dua penentu yang masing-masing berkaitan dalam perkembangan gerakannya yaitu: 1). Adanya perkembangan pendidikan keluarga yang diusahakan secara akademik, dan kemudian menjadi pendidikan orang dewasa. 2). Munculnya konseling perkawinan dan keluarga terutama dalam masalah-masalah hubungan diantara anggota keluarga (suami, istri dan anak-anak) dalam konteks kemasyrakatan. Tokoh yang ulung dalam bidang pendidikan kehidupan perkawinan dan keluarga pada awal sejarah masa lalu adalah Ernest Rutherford Gover (1877-1948).

Perbedaan yang mencolok antara konseling Amerika Serikat dan Eropa adalah: Amerika Serikat telah berorientasi teoritis (*academic setting*) misalnya dengan menganut aliran-aliran psikologi terkenal, sedangkan Eropa hanya berawal dari praktisi (para dokter terutama dokter kandungan) tanpa memikirkan aspek teoritisnya. Sedangkan istilah*family conseling*(konseling keluarga) sama dengan *family therapy*, dimana yang terakhir itu lebih populer di AS. Pada masa perkembangan selanjutnya, konseling keluarga lebih banyak digarap oleh para terapis dibidang psikiatri. Sebelumnya di AS lebih terkenal istilah *family conseling*(konseling keluarga). Karena pelopornya adalah para psikolog  seperti Grover.

Perkembangan konseling keluarga di Indonesia sendiri tertimbun oleh maraknya perkembangan bimbingan dan konseling di sekolah. Bimbingan dan konseling (BK) di sekolah pada masa tahun 60-an bahkan sampai pada saat ini dirasakan sebagai suatu kebutuhan, karena banyak sekali masalah-masalah siswa, seperti kesulitan belajr, penyesuaian sosial, dan masalah perilaku siswa yang tidak dapat dipecahkan oleh guru biasa. Jadi diperlukan guru BK untuk membantu siswa. Namun sejak awal, lulusan BK ini memang sangat sedikit, sehingga sekolah mengambil kebijakan menjadikan guru biasa merangkap BK. Hal ini telah mencemarkan nama BK karena banyak perlakuan “guru BK” yang tidak sesuai denga prinsip-prinsip BK, seperti memarahi siswa, bahkan ada yang memukul. Mengenai kasus keluarga, banyak juga ditemukan di sekolah seperti siswa yang menyendiri, dan suka bermenung. Dan memang belakngan diketahui ternyata keluarganya berantakan, misalnya ayah ibu bertengkar dan bercerai.

Dalam proses perkembangan konseling keluarga terdapat dua dimensi orientasi: 1) orientasi praktis, yaitu kebenaran tentang perilaku tertentu diperoleh dari pelaksanaan proses konseling di lapangan. Gaya kepribadian konselor praktis dengan gaya konduktor, kepribadiannya hebat, giat, dapat menguasai *audence*sehingga mereka terpana. Selamjutnya dengan gaya reaktor, yaitu kepribadian konselornya cenderung tidak menguasai, menggunakan taktik secara dinamika kelompok dikeluarga. 2) orientasi teoritis, cara yang ditempuh adalah dengan mengadakan penelitian.

Selanjutnya pengelompokan konselor, yaitu terdapat dua (A-Z) 1) pengelompokan konselor (A) menurut Guerin 1976, dalam praktiknya, sering memandu anggota keluarga kearah diskusi-diskusi tentang pengalaman, waktu, ruang dalam sesi-sesi terapi. 2) kelompok (Z) yang berorientasi pada sistem. Guerin 1976 ia mengamati bahwa ada tiga parameter penting dalam konseling keluarga model Z ini. a) fokus terapetik yaitu gejala atau pertumbuhan; b) derajat optimisme untuk melunakan perilaku manusia; c) tipe pendidikan yang ditekankan.

Perkembangan konseling keluarga selanjutnya. Dimulai dari tahub 80-an ditandai dengan adanya pengorganisasian dalam konseling keluarga dan bermunculannya literatur yang makin banyak  dalam bidang tersebut. Susan Jones dalam bukunya “family Therapy” menggunakan perbandingan-perbandingan pendekatan dalam konseling keluarga yaitu:

1. Integratif (Ackerman)
2. Psikoanalitik (Farmo, Steirlin, Grotjan)
3. Bowenian (Bowen)
4. Struktural (Minuchin)
5. Interaksional (Jackson, Watslawick, Haley, Satir)
6. Social Network (Speck, Attinev, Rueveni)
7. Behavioral (Patterson).

**Bab III Konseling Keluarga dengan Pendekatan Sistem**

* Perspktif Sistem dalam Keluarga

Menurut teori sistem ada dua perspektif yaitu sistem tertutup, (closed system) dan sistem terbuka, (open system). Sistem tertutup adalah suatu sistem yang tidak terpengaruh oleh dunia luer. Demikian pula ia tidak bisa mempengaruhi dunia luar, misalnya sistem mesin mobil, motor mesin kereta api, dan sebagainya. Sedangkan sistem terbuka adalah suatu sistem yang dapat dipengaruhi oleh dunia luar . sebaliknya mungkin saja dia dapat mempengaruhi dunia luar tersebut. Sebagai contoh sistem keluarga, sekolah/universitas, departemen dan sebagainya.

* Konseling Struktural Keluarga

Teori dan teknik konseling keluarga struktural ini dikembangkan akhir tahun 1976 oleh Minuchin. Praktek konseling keluarga struktural berdasarkan konsep-konsep kunci yaitu:

1. Keluarga sebagai sistem manusia yang mendasar, dan alternatif-alternatif yang tersedia.
2. Nilai fleksibilitas sistem dan kjapasitasnya untuk perluasan dan restrukturing (pengstrukturan kembali) seperti dengan mengubah aliansi, koalisi sistem dan subsistem dalam berespon terhadap perubahan keadaan.
3. Menguji daya resonansi (keadaan respon) sistem keluarga, kesensitifan terhadap aksi anggota lain. Perilaku anggota keluarga bergerak dari amat sensitif/mencurigai/mengawasi hingga membiarkan saja (mas bodoh) dengan kasi (perkataan, perbuatan, kecemasan, keluhan dan lain-lai) anggota keluarga.
4. Meninjau suasana kehidupan keluarga, menganalisis faktor-faktor penunjang dan faktor-faktor yang menimbulkan stres dalam ekologi keluarga.
5. Menguji tahap perkembangan keluarga dan penampilan keluarga dalam melakukantugas sesuai dengan tahap tersebut (misalnya: tugas anak umur 12 tahun tugas perkembangannya bagaimana seharusnya; tetapi kenyataannya tugas itu mundur atau terlalu maju).

**Bab IV Memahami Konseling Keluarga**

* Latar  Belakang Konseling Keluarga
1. Perubahan Kehidupan Keluarga

Dengan berakhirnya perangb dunia II maka terjadilah perubahan dalam sosio-kultur dalam masyrakat AS. Pengaruh tersebut menggejala pula terhadap keluarga, dan anggota-anggotanya. Sehubungan dengan hal tersebut, keluarga mendapat tangtangan dan tekanan dari luar dan dalam dirinya sedangkan keluarga itu harus tetap bertahan. Kemajuan disegala bidang, terutama ilmu dan teknologi terasa pula dampaknya terhadap keluarga di Indonesia khususnya di kota-kota.

1. Keluarga Pecah (Broken Home)

Yang dimaksud keluarga pecah (broken home) dapat dilihat dari dua aspek: 1. Keluarga itu terpecah karena strukturnya tidak utuh, karena meninggal dunia, atau bercerai. 2. Orang tua tidak bercerai akan tetapi struktur keluarga itu tidak utuh lagi karena ayah atau ibu jarang ada di rumah, atau tidak memperlihatkan kasih sayang lagi.

1. Kasus Siswa di Sekolah

Banyak kasus siswa di sekolah yang bersumber dari keadaan keluarganya, misalnya keluarga krisis. Biasanya jika ternyata memang kasus itu berkaitan erat dengan masalah keluarga, maka guru pembimbing (GP) akan berusahamelakukan kunjungan rumah (home visit).

1. Konseling Keluarga dan Sekolah

Keluarga dan sekolah merupakan dua sistem yang amat penting didalam kehidupan anak dan remaja. Keluarga berperan utama adalam mempengaruhi anak-anak dalam proses perkembangan dan sosialisasinya. Kemudian sekolah tidak hanya mengembangkan keterampilan kognitif, akan tetapi juga mempengaruhi perkembangan perilaku emosional dan sosial. Untuk selanjutnya anak dipengaruhi oleh dua sistem itu.

* Pengertian Konseling Keluarga

*Family Conseling*atau konseling keluarga adalah upaya bantuan yang diberikan kepada individu anggota keluarga melalui sistem keluarga (pembenahan komunikasi keluarga) agar potensinya berkembang seoptimal mungkin dan masalahnya dapat diatasi atas dasar kemauan membantu dari semua anggota keluarga berdasarkan kerelaan dan kecintaan terhadap keluarga.

**Bab V Teori-Teori Konseling**

* Pendekatan Psikoanalisis

Sigmund Freud 1896, sebagai pendiri aliran ini mengemukakan pandangannya bahwa struktur kejiwaan manusia sebagian besar terdiri dari alam ketidaksadaran. Alam kesadaran dapat diumpamakan puncak gunung es yang muncul di tengah laut, sedanhkan sebagian besar gunumg es yang terbenam itu adalah alam ketaksadaran manusia. Struktur kepribadian menurut Freud terdiri dari id, ego dan super ego.

1. Tujuan dan Proses Konseling

Tujuan konseling aliran psikoanalisis adalh untuk membentuk kembali struktur kepribadian klien dengan jalan mengembalikan hal yang tak disadri menjadi sadar kembali. Proses konseling dititik beratkan pada usaha konselor agar klien dapat menghayati, memhami dan mengenal pengalaman-pengalaman masa kecilnya terutama masa usia 2-5 tahun.

1. Teknik Konseling

Ada lima teknik dasar dari konseling psikoanalisis yaitu: 1) Asosiasi bebas, yaitu klien diupayakan untuk menjernihkan atau mengikis alam pemikirannya dari alam pengalaman dan pemikiran sehari-hari sekarng ini sehingga klien mudah mengungkapkan masa lalunya. 2) interpretasi, teknik yang digunakan konselor untuk menganalisis asosiasi bebas, mimpi, resistensi dan transferensi klien. 3) analisis mimpi, yaitu teknik  untuk membuka hal-hal yang tak disadari dan memberi kesempatan klien untuk menilik masalah-masalah yang belum terpecahkan. 4) analisis resistensi, ditujukan untuk menyadarkan meminta perhatian klien untuk menyadarkan klien terhadap alasan-alasan terjadinya resistensi. 5) analisis transferensi, konselor mengusahakan agar klien mengembangkan transferensinya agar terungkap neorosisnya terutama pada usia selama lima tahun pertama dalam hidupnya.

* Terapi Terpusat pada Klien (*Client-Centered Therapy*)

*Client-Centered Therapy*sering juga disebut terapi non-directive adalah suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dan klien, agar tercipta gambaran yang serasi dengan kenyataan klien yang sebenarnya.

**Proses dan Teknik Konseling**

Berikut ini adalah tahapan-tahapan konseling terapi terpusat pada klien

1. Klien datang kepada konselor atas kemauan sendiri
2. Situasi konseling sejak awal harus menjadi tanggung jawab klien untuk itu konselor menyadarkan klien.
3. Konselor memberanikan klien agar ia mampu mengemukaan prasaannya.
4. Konselor menerima perasaan klien serta memahaminya.
5. Konselor berusaha agar klien dapat memahami dan menerima keadaan dirinya.
6. Klien menentukan pilihan sikap dan tindakan yang akan diambil (perencanaan).
7. Klien merealisasikan pilihannya itu.

Implementsi teknik konseling didasri oleh faham filsafat dan sikap konselor tersebut. Karena itu penggunaan teknik seperti pertanyaan, memberanikan, interpretasi, dan sugesti dipakai dalam frekuensi rendah. Yang lebih utama adalah pemakaian teknik konseling bervariasi dengan tujuan pelaksanaan filosofi dan sikap. Karakteristik konselor adalah terpadu, sesuai kata dengan perbuatan, dan konsisten, memahami secara empati, memberi penilaian kepada klien, akan tetapi konselor selalu objektif.

* Terapi Gestal

Terapi ini dikembangkan oleh Federick S. Pearl (1894-1970) yang didasari oleh empat aliran yakni psikoanalisa, penomenologis, dan eksistensialisme serta psikologi gestal Menurut Parls individu itu selalu aktif sebagai keseluruhan. Individu bukanlah jumlah dari bagian-bagian atau organ-organ semata. Individu yang sehat adalah yang seimbang antra ikatan organisme dengan lingkungan. Karena itu pertentangan antara keberadaan sosial dengan biologis merupakan konsep dasar terapi gestal.

* Terapi Behavioral

Terapi behavioral berasal dari dua arah konsep yakni Pavlovian dan Skinnerian. Mula-mula terapi ini dikembangkan oleh Wolpe (1958) untuk menanggulangi treatment neurosis. Kontribusi terbesar dari konseling behavioral (perilaku) adalah diperkenalkannya metode ilmiah dibidang psikoterapi. Yaitu bagaimana memodifikasi perilaku melalui rekayasa lingkungan sehingga terjadi proses belajar untuk perubahan perilaku.

1. Tujuan Terapi Behavioral

Tujuan konseling behavioral adalah untuk membantu klien membuang respon-respon yang lama yang merusak diri, dan mempelajari respon-respon yang baru yang lebih sehat. Selain itu, tujuan terapi behavioral untuk memperoleh perilaku baru, mengeleminasi perilaku yang maladaptif dan memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan.

1. Teknik konseling Behavioral
2. Teknik desensitisasi Sistematik. Teknik ini bermaksud mengajar klien untuk memberikan respon yang tidak konsisten dengan kecemasan yang dialami klien.
3. Teknik Asertive training. Teknik ini menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang sesuai dalam menyatakannya. Pelaksanaan teknik ini ialah dengan role playing (bermain peran).
4. Aversion therapi. Teknik ini bertujuan untuk menghukum perilaku yang negatif dan memperkuat perilaku positif.
5. Home-work. Yaitu latihan rumah bagi klien yang kurang mampu menyesuaikan diri terhadap situasi tertentu. Caranya adalah dengan memberi tugas rumah untuk satu minggu.
* Logotherapy Frankl

Tujuan dari terapi logo ialah agar dalam masalah yang dihadapi klien dia bisa menemukan makna dari penderitaan dari kehidupan serta cinta. Dengan penemuan itu klien akan dapat membantu dirinya sehingga bebas dari masalah tersebut. Ada pu teknik konseling logo, masih menginduk kepada aliran psikoanalisis, akan tetapi menganut paham eksistensialisme. Mengenai teknik konselingnya, menggunakan semua teknik yang sekiranya sesuai dengan kasus yang dihadapi.

* Rational Emotiv Therapy (RET)

Teori ini dikembangkan seorang eksitensialis Albert Ellis 1962. Teori ini memandang bahwa manusia adalah subjek yang sadar akan dirinya dan sadar akan objek-objek yang dihadapinya. Manusia adalah makhluk berbuat dan berkembang dan merupakan individu dalam satu kesatuan yang berarti, manusia bebas, berpikir, bernafsu, dan berkehendak. RET menolak aliran psikoanalisis dengan mengatakan bahwa peristiwa dan pengalaman individu menyebabkan terjadinya gangguan emosional. Gangguan emosi terjadi disebabkan pikiran-pikiran seorang yang bersifat irasional terhadap peristiwa dan pengalaman yang dilaluinya.

1. Tujuan dan Proses Terapi

Terapi ini bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah sikap, presepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan klien yang irasional menjadi rasional sehingga ia dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi diri yang optimal. Adapun proses konselingnya adalah:

1. Konselor menunjukan kepada klien bahwa kesulitanyang dihadapinya perhubungan dengan keyakinan irasional dan menunjukan bagaimana klien harus bersikap rasional.
2. Setelah klien menyadari gangguan emosional yang bersumber dari pemikiran irasional, maka konselor menunjukan pemikiran klien yang irasional.
3. Konselor berusaha agar klien menghindarkan diri dari ide-ide irasionalnya dan konselor berusaha menghubungkan antara ide tersebut dengan proses penyalahan dan perusakan diri.
4. Proses terakhir konseling adalah konselor berusaha menantang klien untuk mengembangkan filosofis kehidupan rasional dan menolak kehidupan yang irasional dan fiktif.
5. Teknik Konseling

Layanan konseling RET terdiri atas layanan individu dan kelompok. Sedangkan teknik-teknik yang digunakan lebih banyak dari RET adalah: asertive training, (melatih dan membiasakan), sosiodrama (sandiwara pendek tentang kehidupan), self modeling (konselor menjadi model dan klien berjanji akan mengikuti), teknik reinforcement (memberi reward), social modeling, desensitisasi sistimatik, relaxatation, self-control, diskusi, simulasi, homework assignment, dan bibligrafi (memberi bahan bacaan).

**Bab VI Aplikasi Teori-Teori Konseling**

Aplikasi teori-teori konseling pada praktek konseling keluarga adalah suatu keharusan. Akan tetapi konselor sering merasa kesulitan dalam aplikasi tersebut dengan single theory. Karena perilaku manusia tidak bisa dilihat hanya dari satu sisi saja. Jadi harus disorot dari segala arah. Karena itu menggunakan multi theory adalah hal yang wajar dalam mempelajari atau mengamati perilaku manusia, terutama dalam praktek konseling.

* Pendekatan Terpusat Pada Klien

Roger menekankan bahwa klien secara individual dalam keanggotaan kelompok akan mencapai kepercayaan diri, dimana dia mengatakan bahwa anggota-anggota keluarga dapat mempercayai dirinya. Hal ini bisa terjadi jika kondisi-kondisi ada yakni: kejujuran, keaslian, memahami, menjaga, menerima, menghargai secara positif dan belajar aktif. Dalam konseling keluarga, fungsi konselor adalah sebagai fasilitator, yaitu untuk memudahkan membuka dan mengarahkan jalur-jalur komunikasi apabila ternyata dalam kehidupan keluarga tersebut pola-pola komunikasi telah berantakan bahkan terputus sama sekali.

Seorang konselor amat menentukan terhadap keterbukaan anggota keluarga dalam setiap sesi. Konselor tidak melakukan pendekatan terhadap anggota keluarga sebagai seorang pakar yang akan menerangkan rencana treatmentnya. Akan tetapi ia berusaha untuk menggali sumber yang ada didalam keluarga itu yaitu bahwa anggota keluarga mempunyai potensi untuk berkembang untuk digunakan memecahkan masalah individu atau keluarga. Dan esensinya bahwa anggota keluarga adalah arsitek bagi dirinya sendiri. Konselor memperhatikan rerpek (rasa hormat) yang tinggi bagi potensi keluarga yang digunakan untuk menentukan dirinya sendiri. Dengan demikian, konseling keluarga adalah proses menganyam dari semua anggota keluarga untul tumbuh dab menemukan dirinya sendiri.

* Pendekatan Eksistensi Dalam Konseling Keluarga

Di dalam konseling eksistensial, aspek-aspek seperti membuat pilihan-pilihan, menerima tanggung  jawab secara bebas, penggunaan kreatif terhadap kecemasan, dan penelitian terhadap makna dan nilai, adalah merupakan hal-hal yang mendasar dalam situasi terapetik dalam konseling keluarga. Dalam prinsip eksistensialis yang digunakan pada konseling keluarga, menggunakan metode-metode kognitif, behavioral dan berorientasi kepada perbuatan. Asumsi dasar dari keluarga adalah bahwa anggota keluarga membentuk nasibnya melalui pilihan-pilihan yang dibuatnya sendiri. Kelabunya kehidupan keluarga tidak lain adalah karena berkurangnya kemauan para anggota untuk mengalami, merasakan pandangan dunia pribadi anggota keluarga yang lain. Aah yang kita kejar dalam konseling keluarga ialah terjadinya anggota keluarga memutuskan untuk mengubah struktur kehidupan keluarga yang sesuai denga visi mereka sendiri.

* Konseling Keluarga Pendekatan Gestal

Teori gestal memberikan perhatian kepada apa yang dikatakan anggota keluarga, bagaimana mereka mengatakannya, apa yang terjadi ketika mereka berkata itu, bagaimana ucapan-ucapannya jika dihubungkan dengan perbuatannya, dan apakah mereka berusaha untuk menyelesaikan perbuatannya. Yang lebih ditekankan lagi dalam pendekatan ini ialah keterlibatan konselor dalam keluarga. Karena itu, yang terpenting bagi konselor adalah mendengarkan suara dan emosi mereka. Konselor melakukan perjumpaan dalam konseling keluarga sebagai partisipan penuh, sebagai sahabat, sebagai orang yang dipercaya dalam  perjumpaan antara sesama. Konselor membawa kepribadian, reaksi dan pengalaman hidupnya kedalam perjumpaan konseling keluarga. Konselor akrab dengan mereka dan berusaha memahami dan merasakan isi hati mereka. Konseling yang jujur, asli akan terjadi jika individu-individu yang terlibat didalamnya giat berusaha untuk menempatkan diri sebagaimana adanya dan memahami orang lain sebagaimana adanya pula.

* Pendekatan Konseling Keluarga Menurut Aliran Adler

Adler beranggapan bahwa problem seseorang pada hakekatnya adalah bersifat sosial, karena itu diberi kepentingan yang besar terhadap hubungan-hubungan antara manusia, yang terjadi sebagai dinamika psikis dari individu-individu yang biasanya merupakan kasus dalam keluarga. Tujuan dasar dari pendekatan ini adalah untuk mempermudah perbaikan hubungan anak-anak dan meningkatkan hubungan di dalam keluarga. Salah satu asumsi terpenting adalah bahwa konseling keluarga harus diikuti secara suka rela oleh anggota keluarga. Anggota keluarga bagaimana memfokuskan isu-isu yang merebak dalam keluarga dan bagaimana mencapai persetujuan-persetujuan baru atau membuat usaha kompromi dan serta aktif berpartisipasi dalam mengambil keputusan yang baik. Adapun teknik-teknik yang digunakan dalamteori ini yaitu: (inteview awal) konselor membantu mendiagnosis, (rolre playing) bermain peran, (interpretasi) penafsiran.

* Pendekatan Transaksional Analysis (TA) dalam Konseling Keluarga

Tujuan dasar dari konseling keluarga (TA) ialah bekerja dengan struktur kontrak yang dilakukan oleh setiap anggota keluarga terhadap konselor. Adapun tahapan-tahapan konselingnya yaitu:

1. Tahap Awal, fokus konseling adalah pada dinamika keluarga sebagai suatu sistem. Konselor menerangkan kepada anggota keluarga bagaimana suatu individu muncul dan mempengaruhi anggota lain dalam suatu unit keluarga.
2. Tahap Kedua, terjadinya proses terapetik dengan setiap anggota keluarga. Di sini akan terlihat dinamika individu dalam proses konseling. Jika masing-masing anggota keluarga telah memahami dinamika hubungan antara mereka, maka fokus kita sekarang adalah terhadap keluarga sebagai suatu unit.
3. Tahap Ketiga, tujuan kita disini adalah mengadakan reintegrasi terhadap keseluruhan keluarga. Tujuan yang akan dicapai adalah berfungsinya anggota-anggota keluarga baik secara independen maupun interdependen sehingga setiap anggota menjadi mampu berdiri sendiri dan dapat hidup sehat dalam keluarga.
* Aplikasi Konsep-konsep Psikoanalitik

Aliran psikoanalitik dalam konseling keluarga member penjelasan tentang latar belakang kehidupan keluarga sebagai pemahaman terhadap pola-pola intrapsikik yang terbuka dalam konseling keluarga. Konsep psikoanalitik mengajarkan konaselor  untuk memahami ketakberfungsian pola-pola keluarga yang telah menyebabkan isu-isu pribadi yang tak terpecahkan diantara ayah, ibu dan anak gadisnya. Tangtangan tebesar dari konselor ialah untuk membantu anggota keluarga agar menyadari keadaannya dan mengambil tanggung jawab dalam menanggulangi proyeksi dan trasferensinya dan memahami bahwa masalah keluarga masih berlarut-larut seandainya mereka terus menerus berorientasi secara tak sadar kepada kehidupan masa lalunya. Pendekatan ini menunjukan bahwa suatu kekuatan yang ditempuh untuk memecahkan masalh keluarga sebagai suatu sistem dengan mencapai perubahan struktur kepribadian  kedua orang  tua.

* Konseling Keluarga Rational Emotive

Tujuan dari rational-emotive therapy (RET) dalam konseling keluarga pada dasrnya sama dengan yang berlaku dalam konseling individual atau kelompok. Anggota keluarga dibantu untuk melihat bahwa mereka bertanggung jawab dalam membuat gangguan bagi diri mereka sendiri melalui perilaku anggota lain secara serius. Mereka didorong untuk mempertimbangkan bagaimana akibat perilakunya, pikirannya, emosinya  telah membuat orang lain dalam keluarga menirunya. Konseling keluarga (RET) mengajarkan anggota keluarga untuk bertanggung jawab terhadap perbuatanya dan berusaha mengubah reaksinya terhadap situasi keluarga.

* Aplikasi Teori Behavioral dalam Konseling Keluarga

Konselor-konselor behavioral telah memperluas prinsip-prinsip teori belajar sosial (social learning theory) terhadap konseling keluarga. Mereka mengemukakan bahwa prosedur-prosedur belajar yang telah digunakan untuk mengubah perilaku, dapat diaplikasikan untuk  mengubah perilaku yang bermasalah di dalam suatu keluarga. Ciri utama dari aplikasi behavioral terhadap konseling keluarga menurut Liberman (1981) mengungkakpkan tiga bidang kepedulian teknis bagi konselor: (1) kreasi dari gabungan terapetik yang positif, (2) membuat analisa fungsional terhadap masalah-masalah dalam keluarga dan (3) implementasi prinsip-prinsip behavioral yakni *reinforcement* dan*modeling* di dalam konteks interaksi di dalam keluarga. Dengan menggunakan peranan gabungan terapetik (Role Of Therapeutic Alliance), penilaian keluarga dan selanjutnya melaksanakan strategi behavioral.

* Konsep-konsep Logotherapy Dalam Konseling Keluarga

Konsep-konsep logotherapy populer setelah keluar tulisan Frankl dalam bukunya: “*Man’s Search for Meaning”* tahun1962. Logotherapy bertujuan agar klien yang menghadapi masalah dapat menemukan makna dari penderitaannya dan juga makna mengenai kehidupan dan cinta. Di dalam konseling keluarga, konselor sebaiknya mengusahakan agar anggota keluarga menemukan makna yang baik baginya dalam hubungan interpersonal. Konselor memberikan kesempatan kepada anggota keluarga berdiskusi satu sama lain tentang problem mereka, kemudian dibantu menemukan makna yang terkandung didalamnya. Makna tersebut memberikan dorongan semangat hidup klien ke arah positif.

**Bab VII Proses dan Tahapan Konseling Keluarga**

Proses konseling keluarga berbeda dengan konseling individual karena ditentukan oleh berbagai faktor seperti jumlah kliennya (anggota keluarga) lebih dari seorang. Relasi antar anggota keluarga amat beragam dan bersifat emosional, dan konselor harus melibatkan diri (partisipan penuh) dalam dinamika konseling keluarga. Berdasarkan kenyataan, ada lima jenis relasi atau hubungan dalam konseling keluarga yaitu:

1. Relasi seorang konselor dengan klien
2. Relasi satu klien dengan klien lainnya
3. Relasi konselor dengan sebagaimana kelompoks
4. Relasi konselor dengan keseluruhan anggota keluarga dan
5. Relasi antar sebagaimana kelompok  dengan sebagaimana kelompok anggota lain, misalnya ibu memihak anak laki-laki dan ayah memihak anak perempuan.

Di dalam konseling keluarga konseor diharapkan mempunyai kemampuan profesional untuk mengantisipasi perilaku keseluruhan anggota keluarga yang terdiri dari berbagai kualitas emosional dan kepribadianya. Konseor yang profesional  mempunyai karalteristik yaiti: (a) ilmu konseling dan ilmu lain yang berkaitan dengan berwawasan. (b) keterampilan konseling, (c) kepribadian konselor yang terbuka, menerima apa adanya dan ceria.

Secara umum proses konseling berjalan menurut tahapan berikut:

1. Pengembangan Rapport

Hubungan konseling pada tahap awal seharusnya  diupayakan pengembangan rapport yang merupakan suasana hubungan konseling yang akrab, jujur, saling percaya, sehingga menimbulkan keterbukaan diri klien. Upaya-upaya tersebut ditentukan oleh aspek-aspek diri konselor yakni: kontak mata, perilaku non verbal (perilaku attending, bersahabat/akrab, hangat, luwes, keramahan, senyum, menerima, jujur/asli, penuh perhatian), *bahasa lisan,* atau verbal (sapaan sesuai dengan teknik-teknik konseling), seperti ramah menyapa, senyum dan bahasa lisan yang halus.

1. Pengembangan Apresiasi Emosional

Jika semua anggota keluarga yang sedang mengikuti anggota keluarga semua terlibat, maka akan terjadi interaksi yang dinamik diantara mereka, serta memiliki keinginan yang kuat untuk memecahkan masalah meraka dan merek mampu saling menghargai perasaan masing-masing. Ada dua teknik konseling keluarga yang efektif yaitu sculpting dan role playing kedua teknik ini memberikan peluang bagi pernyataan-pernyataan emosi tertekan, dan penghargaan terhadap luapan emosi masing-masing anggota keluarga.

1. Pengembangan Alternatif  Modus Perilaku

Pada pengembangan alternatif  ini yaitu mempraktikan temuan baru dari semua anggota keluarga, yang bisa dijadikan alternatif perilaku yang baru di keluarga. Aplikasi perilaku tersebut dilakukan melalui praktek di rumah. Mungkin konselor memberi suatu daftar perilaku baru yang akan dipraktikan selama satu minggu, kemudian melaporkannya pada sesi konseling keluarga berikutnya. Tugas ini juga sering disebut home assignment (pekerjaan rumah).

1. Fase Membina Hubungan Konseling

Fase ini amat penting di dalam proses konseling, dan keberhasilan tujuan konseling secara efektif ditentukan oleh keberhasilan konselor dalam membina hubungan konseling yang dilakukan dari tahap awal dan tahap berikutnya. Secara berurutan, proses hubungan konseling dapat dijabarkan sebagai berikut: (1) konseli memasuki ruang konseling, kemudian konselor mempersiapkan klien supaya siap dibimbing. (2) tahap klarifikasi, klien mengungkapkan alasan kedatangannya, sebelum klien mengungkapkan harapan-harapannya, (3) tahap struktur,  konselor mengdakan kotrak, waktu yang akan digunakan, biaya dan kerahasiaan. (4) tahap meningkatkan relasi atau hubungan konseling, hal ini dilakukan untuk memudahkan bagi pembinaan bantuan kepada klien.

1. Memperlancar Tindakan Positif

Fase ini terdiri dari bagian-bagian sebagai berikut:

1. Eksplorasi, mengeksplorasi dan menelusuri masalah, menetapkan tujuan konseling, menetapkan strategis, mengupulkan fakta, mengungkapkan perasaan-perasaan klien yang lebih dalam, mengajarkan keterampilan baru konsolidasi, menjelajah alternatif, mengungkap perasaan-perasaan dan melatih skill yang baru.
2. Perencanaan bagi klien, dengan tujuan memecahkan masalah, mengurangi perasaan-perasaan yang menyedihkan/menyakitkan, mengkosolidasi skill baru atau perilaku baru untuk mencapai aktivitas diri klien.
3. Sebagai penutup, yaitu mengevaluasi hasil konseling, menutup hubungan konseling.

**Bab VIII Teknik-Teknik Koseling Keluarga**

* Teknik Konseling Keluarga Dalam Pendekatan Sistem

Pendekatan sistem yang dikemukaakan oleh Perez (1979) mengembangkan sepuluh teknik konseling keluarga yaitu:

1. Sculpting (mematung) yaitu suatu teknik yang mengizinkan anggota-anggota keluarga untuk menyatakan kepada anggota lain, persepsinya tentang berbagai masalah  hubungan diantara anggota-anggota keluarga.
2. Role playing (bermain peran)
3. Silance (diam)
4. Confrotation (konfrontasi) biasanya digunakan untuk mempertentangkan pendapat
5. Teaching Via Questioning, untuk mengajar anggota keluarga dengan cara bertanya
6. Listening (mendengarkan)
7. Recapitulating (mengikhtisarkan pembicaraan)
8. Summary (menyimpulkan)
9. Clarification (menjernihkan/memperjelas pernyataan, perasaan yang samar)
10. Reflection (merefleksikan perasaan klien dan ekspresi wajah).
* Skill Individu yang Perlu Dikuasai Konselor
1. Teknik yang berhubungan dengan pemahaman diri seperti:
2. Listening skill keterampilan mendengarkan yangterdiri dari attending, paraphrasing, clarifying, perception.
3. Leading skill (keterampilan memimpin) yang terdiri dari indirect leading, direc leading, focusing, questioning.
4. Reflecting skill (keterampilan merefleksi) seperti reflecting feeling /merefleksi perasaan, reflenting ekperience/ repleksi ekspresi, reflecting contenet.
5. Summarizing skill (keterampilan menyimpulkan)
6. Confronting skill (keterampilan mengkofrontasi) seperti mengkonfrontasi perasaan-perasaan, pengalaman, pendapat-pendapat, meningkatkan konfrotasi diri, membuka perasaan-perasaan dan memudahkan munculnya perasaan-perasaan.
7. Interpreting skill (keterampilan menafsirkan)
8. Informing skill (keterampilan menginformasikan)
9. Keterampilan untuk menyenangkan dan menagani krisis. Skil ini juga berhubungan dengan usah menyenangkan dan konselor sebagai alatnaya.
10. Keterampilan mengadakan kontak
11. Keterampilan menentramkan hati klien
12. Keterampilan untuk memberi relax/santai
13. Meringankan krisis dengan cara mengubah lingkungan klien
14. Mengembangkan alternati-alternatif, dengan persepsi realistik, mengurangi ketegangan, membuat suatu komitmen tangtangan
15. Keterampilan merferal klien,
16. Keterampilan untuk mengadakan tindakan positif dan perubahan perilaku klien

Keterampilan ini banyak diwarnai oleh aliran behavioral (terapi perilaku). Tujuannya, agar setelah konseling klien mengalami perubahan prilaku dan mampu melakukan tindakan positif.  Metode ini mempunyai karakteristik seperti: pendekatan empirik objektif terhadap tujuan-tujuan klien dan perubahan terhadap lingkungan klien. Adapun keterampilan teknik yang termasuk  dalam bagian ini adalah:

1. Modeling (metode belajar dengan cara mengalami atau memperhatikan perilaku orang lain.
2. Rewarding skill (keterampilan memberikan reward atau ganjaran).
3. Contracting (keterampilan mengadakan perseyujuan dengan klien).

**Bab IX Ketahanan Keluarga**

1. Latar Belakng
* Ketakberfungsian Sistem Keluarga

Ada beberapa ketakberfungsian keluarga menurut Aponte dan Deusen (1980) yaitu:

1. Tembusnya batasan-batasan dan aturan dalam keluarga. Pada keluarga yang fungsional batasan atau aturn keluarga dimengerti dan fleksibel. Akantetapi pada keluarga takfungsional akan terjadi sebaliknya, akibatnya akan terjadi campur aduk perilaku.
2. Terjadi blok-blok dalam keluarga. Misalnya istri membentuk blok dengan ibunya, untuk melawan suaminya.
3. Menurunnya kewibawaan. Jika kewibawaan susmi/orang tua sudah hilang atau orang tua/suami otoriter, maka keluarga itu tidak akan berfungsi.
* Keluarga Materialistik

Hal ini menjadi awal dari kekacauan keluarga. Pada keluarga materialistik tujuannya adalah mengumpulkan dengan asumsi bahwa hal itu akan membahagiakan keluarganya. Misalnya, karena suami/ayah kurang penghasilannya, maka ibu terjun keluar rumah untuk mencari nafkah. Akibatnya anak-anak kurang perhatian dan kasih sayang orang tua, anak-anak dididik oleh pembantu yang biasanya berpendidikan kurang memadai.

* Isteri Berkuasa

Islam mengajarkan bahwa laki-laki adalah pemimpin terhadap perempuan atau suami atas isteri dan anak-anaknya. Apabila terjadi kebalikannya, maka rumah tangga yang demikian sering terjadi ajang pertentangan dan pertengkaran. Akibatnya anak-anak kehilangan kendali, karena terpengaruh oleh lingkungan sosial yang buruk sehingga  kewibawaan orng tua menurun di mata anak-anak.

* Keharmonisan Hubungan Seksual

Rata-rata keluarga stres menyebebkan hubungan seksual tidak harmonis dan tidak memuaskan. Mereka jarang membicarakannya karena malu atau menganggap tidak perlu. Suami isteri sering mendiamkan saja persoalan yang penting itu. Dan akibatnya jarak antara meraka makin menjauh. Ada juga karena faktor impotensi klinis yang disebabkan gangguan faal tubuh dan seringnya melakukan onani di waktu masih muda. Apabila penyakit ini ditunggamgi oleh tekanan jiwa maka orang itu akan mengalami impotensi berat.

1. Situasi Global

Masyarakat Islam sangat terkejut ketika muncul usul dari negara-nagara barat melalui PBB dalam sidang ICPD tahun 2000 yang lalu, usulannya adalah 1). Pengakuan keluarga homo dan lesbi, 2). Mengesahkan pergaulan free-sex (seks bebas); 3). Mengakui keluarga single-parent, yaitu seorang ibu yang memelihara anak zadah (zinah) disahkan sebagai keluarga; 4). Dituntut masyarakat dunia terhadap aborsi (pengguguran kandungan). Jelas sekali apabila usulan-usulan tadi diterima masyrakat dunia termasuk Islam maka berarti keluarga sudah hancur. Kunci sukses antisipasi terletak pada 1). Kekuatan keluarga, 2). Membatasi film-film barat yang tidak mendidik dan merugikan Islam.

1. Kekacauan Keluarga
2. Sebab-sebab Keretakan Keluarga

*Broken home* di zaman sekarng banyak sekali penyebab potensial  yang dapat menimbulkan keretakan keluarga (broken home). Sumber-sumber konflik keluarga dapat dari faktor ekonomi, kecurigaan mengenai perselingkuhan, soal anak, soal mertua, dan anggota keluarga pihak suami atau isteri. Jika dirinci secara sistematis sebab-sebab keretakan keluarga ada dua faktor besar yakni: faktor internal dan eksternal *faktor internal*, seperti beben psikologis ayah atau ibu, tafsiran dan perlakuan terhadap perilaku, kecurigaan suami/isteri, sikap egoistis. Sedangkan *faktor eksternal*, antara lain adalah campur tangan pihak ketiga, pergaulan yang negatif anggota keluarga, kebiasaan isteri bergunjing di rumah orang lain, dan kebiasaan judi akan berakibat kekacauan keluarga.

1. Upaya Preventif

Berikut ini dikemukakan beberapa butir  syarat untuk menjadi orang tua yang bijak: a).komunikasi yang empati, b). Menghargai anak, adalh vitamin bagi perkembangan anak c). Mendorong anak untuk maju sesuai bakat, kemampuan dan kepribadiannya.

1. Kasus Kawin Cerai Selebritis
2. Dasar perkawinan selebritis

Rata-rata perkawinan selebritis dilandasi oleh beberapa hal seperti: *daya tarik fisik* yang biasanya dibumbui jargon cinta, *daya tarik materi*yang amat deras, bagi mereka perkawinan harus dapat meningkatkan keuangan, dan *pengembangan karier*.

1. Gejala Emosional

Pada umumnya para artis dan keluarganya akan merasakan sesuatu yang memberatkan dirinya yaitu tekanan emosional baik disadri atau tidak. Karena faktor kesibukan, mengejar jadwal, tertekan, cemas, dan bahkan bisa stres. Apalagi kalo sang suami bukan seorang artis,  dan anak-anak masih memrlukan perawatan ibu, yang ujung-ujungnya akan menimbulkan percekcokan rumah tangga, pertengkaran, dan bahkan perceraian.

1. Pendekatan Konseling Perkawinan

Konseling perkawinan adakah cabang dari konseling keluarga, dengan tujuan agar komunaikasi suami-isteri harmonis. Melalui pendekatan konseling perkawinan,  beberapa langkah harus dilalui oleh pasangan suami-isteri yaitu: a). Konselor memberi keudahan bagi masing-masing pasangan untuk mengungkapkan  unek-unek emosinya, b).  Setlah lega karena telah mengatakan unek-uneknya yang kemudian mereda, akan memberi peluang munculnya pemikiran rasional, objektif dan relistis. c). Konselor harus mampu memanfaatkan situasi rasional ini untuk memnemukan solusi yang menguntungkan kedua belah pihak.

1. Analisis

Beragam keadaan degradasi moral religius di masyarakat telah berdampak terhadap keluarga. Dalam kehidupan masyarakat saat ini adanya degradasi nilai-nilai moral religius pada sebagaian anggota masyarakat karena kuatnya pengaruh materi dan mencari kesenangan hidup (hedonistik). Komplik sosial dan kekerasan sering terjadi karena semakin kuatnya pengaruh paham materialistik dan hedonistik. Tipu-menipu, pencurian, dan perampokan semakin merajalela. Degradasi moral religius, pegaulan bebas, aborsi, narkotik, alkohol dan konflik sering dipicu oleh kemajuan ilmu dan teknologi yang semakin hari kian berganti dan berkembang.

E. Pengertian Konseling Pernikahan

Konseling pernikahan adalah upaya membantu pasangan calon suami istri oleh konselor profesional, sehingga mereka dapat berkembang dan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya melalui cara-cara yang saling menghargai, toleransi dan dengan komunikasi yang penuh pengertian, sehingga tercapai motivasi berkeluarga, perkembangan, kemandiria, dan sejahtera seluruh anggota keluarga.

F. Proses Konseling Pernikahan

1. Raport adalah proses konseling pernikahan/keluarga diawali dengan pembentukan laport yaitu hubungan timbal-balik, bersahabat, saling percaya antara konselor dengan klien, dengan tujuan agar suami istri/anggota keluarga itu jujur dan terbuka.

2. Pengembangan apresiasi (penghargaan) emosional adalah konseling yang dipimpin oleh konselor pernikahan/perkawinan akan berhasil jika dapat mendinamiskan suami istri, anggota keluarga, sehingga terlihat interaksi yang diwarnai emosional.

3. Pengembangan alternatif modus perilaku adalah menerapkan perilaku yang baru yang nantinya harus diterapkan di rumah setelah usai konseling

4. Membina hubungan konseling. Tujuannya agar minat dan perhatian anggota keluarga atau suami istri tetap semangat untuk mengikuti konseling, dan memelihara hubungan konseling dengan baik, yaitu dengan menunjukkan sikap-sikap baik seperti empati, menerima, menghargai, memahami, mendorong, jujur, hangat, yang selalu dikembangkan oleh konselor

5. Memperlancar tindakan positif. Pada fase ini, konselor harus menggali masalah dan menemukan alternatif pemecahan masalah.

G. Teknik-teknik Konseling Pernikahan

yaitu mematung, bermain peran, diam, konfrontasi, mengajar melalui pertanyaan, atending dan listening, refleksi feeling, eksplorasi, menyimpulkan, menjernihkan/menjelaskan, memimpin, dan memfokuskan.

H. Bimbingan Keluarga Sakinah

Setiap umat Islam diperintahkan oleh Allah SWT. Agar teguh beriman dan bertaqwa dengan tujuan hidup mendapat ridha Allah, sehingga memperoleh kebahagian hidup di dunia dan akhirat. Membina keluarga agar menjadi sakinah adalah kepedulian utama ajaran Islam seperti firman Allah surat Attahrim ayat 6, surat Luqman ayat 12-19, serta hadits Nabi SAW.

*Sumber:
https://aderahmatillahconseling.wordpress.com/bimbingan-konseling-keluarga/*