

**MENGATASI MASALAH KOMUNIKASI DALAM KELUARGA
MELALUI STRATEGIC FAMILY THERAPY**

**OVERCOMING COMMUNICATION PROBLEM IN THE FAMILY
WITH STRATEGIC FAMILY THERAPY**

Dini Fidyanti Devi

Program Magister Psikologi Profesi Universitas Muhammadiyah Malang

E-mail: dini.fidy@gmail.com

ABSTRACT

Participants of this study were a mother and her daughter, which had a communication problem. The purpose of this study was to determine the effect of strategic family therapy in an effort to increase the adaptive communication between the daughter and her mother. The interventions had four sessions with a given task to be performed by each member of the family. After the intervention ended, it showed that the communication between family members became more open, aware of others needs. Each member of the family could shape a new behavior that has been agreed despite of some tasks that have not been done.

Key words: : *strategic family therapy, communication, family*

ABSTRAK

Subjek dalam kasus keluarga ini adalah seorang ibu dan anak kedua yang mengalami persoalan komunikasi keluarga. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *strategic family therapy* dalam upaya meningkatkan komunikasi yang adaptif antara anak dan ibu. Intervensi dilakukan sebanyak empat sesi dimana diberikan tugas yang telah dirancang dan disepakati untuk dilakukan oleh masing-masing anggota keluarga. Setelah proses intervensi berakhir, maka didapatkan hasil bahwa hubungan komunikasi antar anggota keluarga satu dengan yang lainnya menjadi lebih terbuka terhadap kebutuhan masing-masing anggota keluarga. Selain itu, masing-masing anggota keluarga mampu membentuk perilaku baru yang telah disepakati walaupun dari beberapa tugas rumah ada beberapa tugas yang belum dilakukan.

Kata Kunci : *Strategic Family Therapy, Komunikasi, Keluarga*

Keluarga inti secara tradisional dipandang sebagai sekelompok orang yang dihubungkan oleh ikatan darah dan ikatan hukum. Fungsi keluarga adalah sebagai tempat saling bertukar antara anggota keluarga untuk memenuhi kebutuhan fisik dan emosional setiap individu. Untuk

menjaga struktur mereka, sistem keluarga memiliki aturan, prinsip-prinsip yang memungkinkan mereka untuk melakukan tugas-tugas hidup sehari-hari. Beberapa peraturan yang dinegosiasikan secara terbuka dan terang-terangan, sedangkan yang lain terucap dan rahasia. Keluarga

sehat memiliki aturan yang konsisten, jelas, dan ditegakkan dari waktu ke waktu tetapi dapat disesuaikan dengan perubahan perkembangan kebutuhan keluarga. Setiap anggota keluarga memiliki peranan yang jelas terkait dengan posisi sosial mereka.

Terapi keluarga sering dimulai dengan fokus pada satu anggota keluarga yang mempunyai masalah. Khususnya, subjek yang diidentifikasi adalah remaja laki-laki yang sulit diatur oleh orang tua atau gadis remaja yang mempunyai masalah makan. Sesegera mungkin, terapis akan berusaha untuk mengidentifikasi masalah keluarga atau komunikasi keluarga yang salah, untuk mendorong semua anggota keluarga mengintrospeksi diri menyangkut masalah yang muncul. Tujuan umum terapi keluarga adalah meningkatkan komunikasi karena keluarga yang bermasalah seringkali percaya pada pemahaman tentang arti penting dari komunikasi (Goldenberg, 2008).

Keluarga sementara itu, mengajarkan penyelesaian tanpa paksaan, mengajarkan orang tua untuk menetapkan kedisiplinan pada anak-anak mereka, mendorong tiap anggota keluarga untuk berkomunikasi secara jelas satu sama lain, mendidik anggota keluarga dalam prinsip perubahan perilaku, tidak menekankan kesalahan pada satu anggota akan

tetapi membantu anggota keluarga apakah harapan terhadap anggota yang lain masuk akal.

Pendekatan lain adalah terapi keluarga terstruktur. Terapis berusaha menemukan persoalan utama dari masalah subjek dalam konteks keluarga, bukan sebagai masalah individual (Kerr & Christine, 2008). Tujuannya adalah untuk mengurangi sikap menyalahkan yang mengarah pada satu orang. Contohnya, terapis menyampaikan bahwa perilaku menentang dan agresif dari remaja mungkin adalah tanda dari ketidakamanan remaja atau alasan untuk mendapatkan perhatian yang lebih dari ayahnya. Pada banyak keluarga yang mengalami stress, pesan emosional begitu tersembunyi sehingga anggota keluarga lebih sering berbicara tanpa berbuat.

Fokus penelitian ini adalah keluarga yang terdiri atas tiga anggota keluarga, yaitu Ibu dan dua anak perempuan. Masalah yang terjadi dalam keluarga ini berkaitan dengan komunikasi dalam keluarga yang kurang baik antara anak kedua dengan Ibu. Masalah tersebut berkaitan dengan kebutuhan ekonomi atau keuangan dalam keluarga. Anak menyampaikan bahwa hubungannya dengan ibu memang kurang dekat dan sudah berlangsung sejak masih kecil. Ia cenderung lebih dekat dengan sosok

ayah, yang selalu menjadi perantara komunikasi antara anak kedua dengan ibu. Hubungan ini menjadi semakin buruk setelah ayah meninggal.

Semenjak saat itu ibu menjadi sering marah-marah hanya karena masalah kecil, murung dan berbicara dengan tetangga tanpa mengenal waktu, serta sering mengatakan kalau ayah subjek sudah pensiun dan meninggal secara mendadak. Kebiasaan makan bersama dan berkumpul dengan keluarga sudah tidak pernah lagi. Anak kedua pernah mencoba menyampaikan keluhannya kepada ibu yang tidak perhatian dengannya, namun ibu tidak terlalu memperdulikan ketika berbicara. Hal ini membuat hubungan antara ibu dan anak menjadi kurang komunikasi dan menjadi sering selisih paham.

Perilaku antara ibu dan anak ini cenderung buruk dimana anak kedua kadang mencoba memulai pembicaraan terlebih dulu, namun kurang mendapatkan perhatian dari ibunya. Bahkan, ia dipandang sebagai anak yang bodoh karena tidak kunjung mendapatkan pekerjaan setelah mengundurkan diri dua tahun dari pekerjaannya. Hal ini membuat anak kedua sakit hati. Ia merasa putus asa mengajak ibu berkomunikasi. Sebagai pelampiasan, ia sering pergi keluar rumah untuk mengantar barang

dagangannya dari pagi hingga sore hari. Ia sudah enam kali melamar pekerjaan yang baru, namun belum mendapatkan panggilan kerja. Ia merasa sendiri menghadapi masalah yang dihadapinya dan memilih untuk keluar dari rumah dan berkumpul dengan teman-temannya. Selain itu ketika berada di rumah, ia lebih banyak menghabiskan waktu didalam kamar untuk menunjukkan pada ibu jika dirinya tertekan.

Ketidaknyamanan dalam keluarga tersebut tidak hanya dirasakan oleh anak kedua tetapi juga dirasakan oleh ibu. Ia mengeluhkan bahwa anak kedua tidak memahami kondisi keuangan keluarga yang sudah berubah. Ibu berperan sebagai pencari nafkah sekaligus mengurus kedua anaknya setelah suaminya meninggal. Ia mengeluhkan bahwa selama ini anaknya tidak memiliki inisiatif untuk membantunya dalam menambah pendapatan keluarga. Ibu kesal melihat anaknya yang lebih memilih berkumpul dengan teman-temannya dan menghabiskan waktu dengan mengirimkan barang dagangan seharian tanpa memperdulikan kondisi ibu yang membutuhkan bantuan dan dukungan keluarga. Ia menghindari berkomunikasi dan terkadang lebih memilih berkumpul dengan ibu-ibu tetangga untuk mengusir kesepiannya. Ia berharap, anak kedua sadar akan kewa-

jibannya dan mau lebih berusaha dengan mencoba mencari pekerjaan yang pasti agar dapat memiliki penghasilan tetap setiap bulannya dan lebih banyak menghabiskan waktu bersama dirinya di rumah.

Anak pertama juga merasa tidak betah berada di dalam rumah karena sering menyaksikan anak kedua dan ibu bertengkar dan tidak bertegur sapa. Anak pertama merasa kondisi keluarganya sudah berubah, adik dan ibunya sibuk dengan urusan masing-masing, dimana anak kedua lebih senang menghabiskan waktunya diluar rumah dan kamar tidur, sedangkan ibunya juga lebih sering menghabiskan waktunya dengan berkumpul dengan tetangga. Anak kedua dan ibunya tidak pernah lagi makan bersama saat berkumpul di sore hari, walaupun sekedar menonton televisi bersama. Anak pertama mengatakan jika dia lebih perhatian dengan ibunya, seharusnya adik perempuannya bisa mengerti kondisi ibu seperti dirinya. Ia mengutarakan bahwa hubungannya dengan ibunya biasa saja, namun melihat hubungan antara adik dan ibunya yang kurang harmonis, membuatnya merasa bosan jika berada dirumah. Anak pertama menyatakan ibu terkadang juga kurang memperhatikan dirinya, namun hal ini tidak terlalu mengganggunya. Ia selalu berusaha men-

coba mengajak bicara ibunya terlebih dahulu atau menonton acara televisi kesukaan bersama-sama.

Permasalahan yang terjadi pada subjek karena perubahan tahapan kehidupan atau *family life cycle*. Saat ayah meninggal, anak kedua memutuskan berhenti bekerja dan masih belum mempunyai pekerjaan tetap lagi hingga sekarang. Ia menggantungkan perekonomian keluarga dengan berjualan melalui *online shop*. Selain itu mantan calon suami subjek juga membatalkan pernikahan secara tiba-tiba. Sedangkan ibu masih belum bisa memahami kondisi anak kedua yang sudah berusaha mencari pekerjaan disela-sela berjualan melalui *online shop*. Hal ini membuat saat berkumpul keluarga bersama seperti makan, sering terjadi perdebatan. Anak kedua merasa ibunya tidak bisa mengerti kondisi dirinya. Untuk menghindari perdebatan yang sering terjadi antara dirinya dan ibu, anak kedua memilih lebih sering menghabiskan waktu di kamar dan menghindar berbicara secara langsung jika berpapasan dengan ibunya.

Anak pertama menganggap waktu berkumpul keluarga sudah tidak ada lagi. Selain itu, ibu juga sering mengadukan masalah adik, sehingga ia sering menegur tanpa mendengarkan penjelasan dari adik perempuannya dulu. Akibat dari per-

ubahan tahapan kehidupan ini, keluarga mengalami krisis situasional yang merusak inti dari perkembangan keluarga atau disfungsi keluarga.

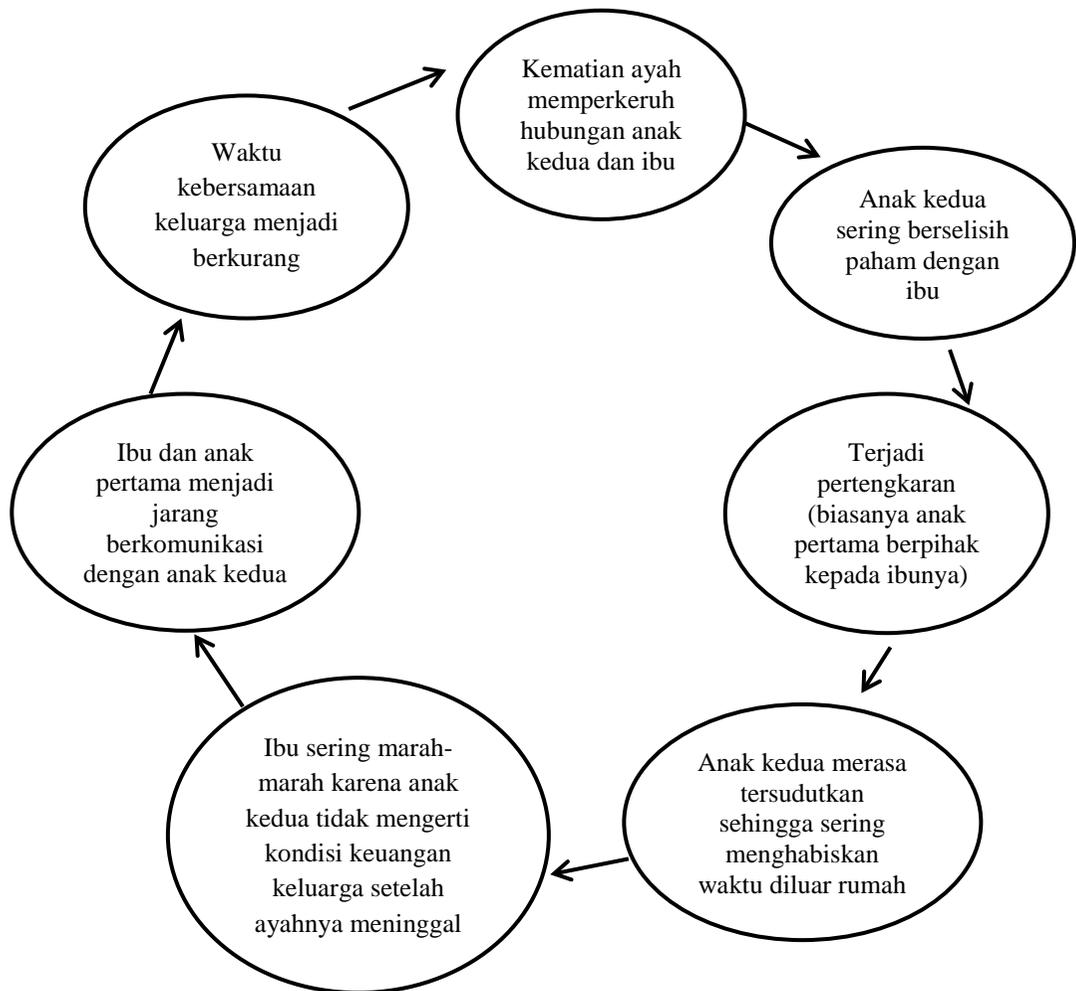
Permasalahan yang terjadi tidak kunjung ada solusi sehingga menjadi masalah antar anggota keluarga yang mengakibatkan pola komunikasi antar anggota keluarga tidak sehat. Anak kedua dan ibu sering terlibat pertengkaran. Permasalahan dalam keluarga merupakan gejala interpersonal atau *function of symptom* yang dinyatakan dengan tingkah laku atau perlakuan yang terjadi dalam keluarga. Anak kedua merasa putus asa untuk mengajak ibu berkomunikasi. Ia lebih sering menghabiskan waktu di kamar dan berkeliling mengantar pesan barang dari pagi sampai sore. Ketika sudah dirumah, ia juga menghindari berbicara dengan ibu. Bagi anak kedua, anak pertama juga kurang bisa diajak komunikasi dengan baik, karena anak pertama dipandang lebih memihak pada ibu, sehingga anak kedua merasa kehilangan kehangatan dalam keluarga semenjak ayahnya meninggal.

Menurut Haley dan Madanes (Winek, 2012), keluarga bermasalah sebagai akibat dinamika dan struktur keluarga yang mengalami disfungsi. Peri-

laku yang bermasalah merupakan usaha individu untuk mencapai kekuasaan dan rasa aman.

Berdasarkan hasil asesmen diketahui bahwa permasalahan dalam keluarga ini karena tahap kehidupan keluarga *family life cycle* dan *function of the symptom* sehingga komunikasi antar anggota keluarga tidak terjalin dengan baik. Keadaan ini telah berlangsung tiga tahun dan membuat anggota keluarga merasa tidak nyaman dengan suasana dirumah.

Salah satu upaya mengatasi persoalan antar anggota keluarga adalah dengan menggunakan *strategic family therapy*. Intervensi ini langsung menangani masalah-masalah yang ada di dalam keluarga, yaitu fokus pada pola komunikasi keluarga yang digunakan saat ini dan *treatment goals* berasal dari masalah atau gejala yang ditampakkan (Winek, 2012). Dalam upaya memperbaiki pola hubungan/interaksi dalam keluarga ini perlu diberikan *strategic family therapy* untuk membantu keluarga dalam menyelesaikan berbagai masalah dan mengatasi masalah interpersonal yang berhubungan dengan keluarga sehingga terapi ini dirancang untuk memecahkan permasalahan keluarga (Carr, 2006).



Gambar 1. Dinamika Permasalahan Subjek

METODE PENELITIAN

Desain Peneliti

Dalam riset ini, digunakan pendekatan kualitatif dengan metode riset aksi (*action research*). Sebagaimana diungkapkan oleh McKniff dan Whitehead (2002), dalam riset aksi mengikuti pola yang dimulai dari perencanaan, pelak-

sanaan tindakan, observasi, refleksi, rencana ulang, melaksanakan tindakan lanjutan.

Subjek penelitian

Subjek dalam kasus keluarga ini adalah seorang ibu dan anak kedua yang mengalami persoalan komunikasi keluarga.

Metode Pengumpulan Data

Prosedur asesmen psikologi untuk mengumpulkan data subjek dilakukan dengan metode observasi dan wawancara. Observasi dilakukan pada saat wawancara, kegiatan sehari-hari subjek dan pada saat tes berlangsung, dengan mengamati perilaku yang nampak untuk mengetahui perilaku subjek terkait permasalahan yang dihadapi, berkaitan dengan aktivitas-aktivitas yang berlangsung, orang-orang yang terlibat dalam aktivitas dan makna kejadian dilihat dari perspektif mereka terlibat dalam kejadian yang diamati tersebut. Wawancara dilakukan kepada ibu subjek, kakak perempuan subjek dan adik laki-laki subjek yang bertujuan untuk mengumpulkan data-data terkait dengan masalah yang dialami subjek.

Prosedur Intervensi

Strategic family therapy berdasarkan konsep *cybernetics* yaitu studi yang mempelajari bagaimana sistem pemrosesan informasi dikarenakan adanya umpan balik (*feedback*). Studi ini berasumsi jika terjadi perilaku psikotik pada salah satu anggota keluarga akan masuk akal ketika keluarga memiliki komunikasi yang patologis pula. Menurut Haley dan Madanes (Olson, 2007), keluarga bermasalah akibat dinamika dan struktur keluarga

yang disfungsi. Perilaku yang bermasalah merupakan usaha individu untuk mencapai kekuasaan dan rasa aman.

Pada terapi ini, terapis akan berperan aktif dalam merencanakan strategi dan mengarahkan jalannya terapi, terlibat langsung dalam mencapai tujuannya untuk mengurangi dan menghilangkan permasalahan-permasalahan yang ada dalam keluarga atau perilaku yang nampak (Goldenberg, 2008).

Prosedur intervensi terdiri atas beberapa tahap. Pertama adalah *social stage*, dengan menghadirkan seluruh anggota keluarga dimana setiap keluarga diminta untuk memberikan pendapat yang dihadapi. Kedua, *the problem stage*, menjelaskan kepada keluarga alasan mengapa mereka perlu hadir. Ketiga, tahap *the interaction stage*, yaitu meminta komentar dari setiap anggota keluarga yang hadir dan membicarakan masalahnya bersama-sama. Keempat, *defining desired changes*, dilakukan setelah semua anggota keluarga mengetahui permasalahan yang terjadi. Kemudian terapis menanyakan perubahan seperti apa yang diharapkan. Kelima, *ending the interview* yaitu langkah yang diambil setelah dicapai kesepakatan bersama mengenai definisi masalah. Keenam, tahap *directive*, dengan tujuan menciptakan perilaku yang berbeda sehingga

memperoleh pengalaman subjektif yang berbeda.

Pelaksanaan intervensi terdiri atas empat sesi pertemuan dengan durasi 60 - 90 menit pada setiap sesi. Sesi satu meliputi *social stage*. Setelah dilakukan asesmen terpisah pada masing-masing subjek, terapis mengumpulkan semua anggota keluarga untuk hadir. Terapis membangun *raport* pada anggota keluarga agar merasa nyaman mengikuti terapi, selanjutnya *problem stage*, terapis memperkenalkan diri dan perannya sebagai seorang terapis lalu terapis menjelaskan tujuan dari terapi keluarga yang akan dilaksanakan bersama, selanjutnya terapis meminta diri masing-masing subjek untuk menyampaikan pendapat mengenai permasalahan yang dihadapi. Masing-masing anggota menyampaikan pendapatnya mengenai permasalahan yang terjadi. Masing-masing anggota keluarga merasakan adanya perubahan anggota keluarga yang sibuk dengan urusan masing-masing, tidak ada kehangatan dalam keluarga.

Pada sesi *interaction stage*, terapis memberikan kesempatan pada anggota keluarga untuk membicarakan permasalahan yang terjadi dalam keluarga itu. Saat diskusi terjadi, ibu lebih mendominasi pembicaraan dan beberapa kali dengan nada tinggi menyampaikan pen-

dapatnya. Ibu menyatakan anak kedua tidak memahami kondisi keuangan keluarga yang sudah berubah. Ibu mengatakan seharusnya anak kedua memiliki inisiatif untuk membantunya menambah keuangan dalam keluarga dengan mencari pekerjaan tetap, tidak hanya menggantungkan penghasilannya dari berjualan online shop saja. Ibu juga mengeluhkan melihat anak kedua yang lebih memilih berkumpul dengan teman-temannya dan menghabiskan waktu dengan mengirimkan barang dagangan seharian tanpa memperdulikan kondisi dirinya yang membutuhkan bantuan dan dukungan keluarga.

Anak kedua berharap jika ibunya memperhatikannya dan bisa mengerti dengan usahanya berjualan online untuk menambah perekonomian sambil mencari pekerjaan tetap. Anak kedua merasa tertekan dirumah karena tidak ada teman yang bisa diajak berkomunikasi, anak kedua juga merasa kehangatan keluarga dan waktu berkumpul keluarga sudah tidak ada lagi. Saat mengungkapkan pendapatnya, anak kedua terlihat menunduk ke bawah. Anak pertama menyimak pernyataan dari adik dan ibunya dengan baik. Anak pertama akhirnya memahami alasan mengapa adik dan ibunya mencari kesibukan sendiri setelah mendengar penjelasan dari adik dan ibunya. Hal ini

membuat anak pertama sedih karena adik dan ibunya sering bertengkar dan tidak meluangkan waktunya untuk berkumpul.

Anak pertama sedih melihat kondisi adik dan ibunya yang selalu bertengkar membuatnya bosan berada dirumah, menangis saat menyampaikan rasa sedihnya melihat adik dan ibunya bertengkar, terapis mencoba menenangkan anak pertama. Kemudian ibu mengakui bahwa kebiasaan dirumah dan komunikasi antar keluarga menjadi berkurang sehingga memicu konflik dalam keluarga namun ibu mengatakan bahwa dirinya mencari kesibukan semata-mata hanya ingin membahagiakan keluarganya.

Sesi berikutnya dilanjutkan dengan *defining desires changes*. Terapis menjelaskan kepada masing-masing subjek mengenai permasalahan dan perilaku yang menyebabkan masalah dalam keluarga. dimana ada perubahan tahap kehidupan keluarga yaitu saat Ibu kehilangan suami karena meninggal mendadak sehingga mempengaruhi ekonomi keluarga, yang mengharuskan ibu menjadi ibu sekaligus bapak sebagai pengganti suaminya. Ibu hanya sebagai ibu rumah tangga dan tidak bekerja sehingga hanya mengandalkan uang pensiun dari suaminya untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Pada sisi lain, semenjak anak kedua mengundur-

kan diri dari pekerjaannya tidak kunjung mendapatkan pekerjaan. Ia kemudian sibuk dengan berjualan *online shop* dan mengantarkan barang dagangannya dari pagi hingga sore hari. Ibu MN lebih sering berada diluar rumah dan berbincang dengan para tetangganya. Hal ini membuat anak kedua merasa kurang mendapat perhatian dan sering berdebat dengan ibu, sehingga anak kedua memilih untuk menghabiskan waktunya dikamar dan menghindar berbicara langsung saat berpapasan dengan ibunya untuk menghindari pertengkaran dengan ibu.

Ibu sengaja mengurangi komunikasi dengan anak kedua agar anak kedua menyadari kesalahannya dan berubah. Anak pertama merasa bosan berada dirumah dan ibunya kurang memperhatikan dirinya. Namun hal ini tidak terlalu mengganggu anak pertama, ia sebisa mungkin selalu berusaha mencoba mengajak ibunya berkomunikasi terlebih dahulu atau menonton acara televisi bersama-sama. Selanjutnya, untuk mengakhiri sesi, terapis menanyakan kepada masing-masing anggota keluarga mengenai perubahan perilaku yang diharapkan untuk mengatasi permasalahan yang terjadi.

Pada sesi *ending interview*, perubahan perilaku yang diharapkan itu

menjadi tugas masing-masing subjek untuk mencapai perubahan dalam keluarga tersebut. Setelah sepakat mengenai perubahan perilaku, terapis meminta masing-masing subjek selama empat hari melaporkan dengan menggunakan *self report*.

Pada pertemuan kedua, dilakukan tahap evaluasi. Terapis meminta masing-masing subjek untuk mengumpulkan *self report* yang telah diberikan pada sesi sebelumnya dan melakukan evaluasi terhadap tugas rumah yang telah disepakati bersama. Berdasarkan *self report* dan wawancara dapat disimpulkan bahwa ibu masih merasa kaku untuk memulai berbicara dan menanyakan kabar anak kedua karena kebiasaan ini sudah hampir tidak pernah dilakukan sejak anak kedua masih kecil hingga bapaknya meninggal. Anak kedua satu kali tidak ikut makan siang di rumah karena sedang menjalani tes panggilan kerja, informasi ini sudah disampaikan terlebih dahulu dan mendapat ijin dari ibu dan anak pertama. Ibu juga satu kali tidak ikut berkumpul makan bersama karena ada kegiatan survei lokasi rekreasi di luar kota dengan ibu-ibu PKK di rumahnya. Semua tugas rumah yang diberikan dapat dikerjakan dengan baik oleh keluarga.

Pada pertemuan ketiga dan keempat, juga terdiri atas tahap evaluasi. Terapis melakukan evaluasi dari *self report* yang diberikan kepada masing-masing subjek mengenai perubahan perilaku yang telah disepakati. Pada sesi ini, ibu satu kali tidak ikut berkumpul makan bersama karena ada kegiatan survei lokasi rekreasi diluar kota dengan ibu-ibu PKK di rumahnya, sedangkan anak kedua dan anak pertama tetap melakukan tugas rumah yang telah disepakati. Masing-masing anggota keluarga dapat memaklumi ketika ada salah satu diantara mereka tidak dapat melakukan pekerjaan rumah karena anggota keluarga memberikan penjelasan sebelumnya ketika pekerjaan rumah tidak dilaksanakan.

Terapis membuat kesepakatan bertemu kembali dengan semua anggota keluarga dalam jangka waktu dua minggu setelah intervensi berakhir. Terapis melakukan evaluasi dengan menanyakan kembali perkembangan, dengan hasil masing-masing keluarga mampu membuat hubungan komunikasi antar anggota keluarga satu sama lainnya menjadi lebih terbuka akan kebutuhan masing-masing anggota keluarga dan mampu membentuk perilaku baru yang telah disepakati walaupun dari beberapa tugas rumah ada beberapa tugas yang belum dilakukan.

Anak kedua juga mengungkapkan jika dirinya selama dua hari terakhir tidur bersama dengan ibunya, subjek merasakan kehangatan seorang ibu.

HASIL PENELITIAN

Pelaksanaan *Strategic family therapy* pada keluarga yang diberikan kepada keluarga subjek selama empat sesi membuat hubungan komunikasi antar

anggota keluarga satu sama lainnya menjadi lebih terbuka akan kebutuhan masing-masing anggota keluarga. Selain itu, masing-masing anggota keluarga mampu membentuk perilaku baru yang telah disepakati, meskipun ada beberapa tugas yang belum dilakukan. Anak kedua satu kali tidak ikut makan siang dirumah karena sedang menjalani tes panggilan kerja. Hal ini sudah disampaikan dan mendapat ijin dari ibu.

Tabel 1. Hasil Penelitian pada Anak Kedua

Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi	Keterangan
Sering menghindari saat ber-papasan dengan ibu	Menyapa dan menanyakan kondisi ibu	Walapun pada awal dilakukan anak kedua mengatakan dirinya merasa kaku, namun anak kedua terus mencoba mem-beranikan diri memulai ter-lebih dahulu untuk berkumu-nikasi dengan ibu
Saat berkumpul saat makan bersama sering terjadi per-debatan	Saat makan bersama suasana lebih tenang dan saling berbagi cerita tentang kegiatan sehari-harinya	Anak kedua satu kali tidak ikut makan siang dirumah karena sedang menjalani tes pang-gilan kerja, hal ini sudah di-sampaikan dan mendapat ijin dari ibu MN
Sering menghabiskan waktu dikamar dan menghindari ber-bicara secara langsung jika berpapasan dengan ibunya	Menyediakan waktu berkum-pul untuk makan bersama dan menemani ibu dan anak per-tama menonton televisi	Anak kedua dan ibu mulai terbiasa memasak dan makan bersama kembali dan meng-habiskan waktu dengan me-nonton acara televisi kesukaan bersama

Tabel 2. Hasil Penelitian pada Ibu

Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi	Keterangan
Menghindar berkomunikasi dengan anak kedua	Menyapa dan menanyakan kabar anak kedua	Ibu mulai memberi perhatian pada anak kedua
Memilih berkumpul dengan ibu-ibu tetangga untuk mengusir kesepiannya	Menyediakan waktu berkumpul sambil berbagi cerita dan menonton televisi bersama anak-anaknya	Ibu dan mencoba memperbaiki hubungan dan komunikasi dengan anak kedua dengan mengajak memasak dan makan bersama kembali dan menghabiskan waktu dengan menonton acara televisi kesukaan bersama
Tidak pernah lagi makan bersama saat di sore hari	Menyediakan waktu berkumpul untuk makan bersama di sore hari	Ibu satu kali tidak ikut berkumpul makan bersama karena ada kegiatan survey lokasi rekreasi diluar kota dengan ibu-ibu PKK di rumah-nya
Ibu menganggap anak kedua anak yang bodoh karena semenjak resign tidak kunjung mempunyai pekerjaan tetap kembali dan hanya berjualan online	Menyadari bahwa anak kedua berusaha berjualan online untuk mengisi waktu luang dan menambah penghasilan sambil mencoba melamar pekerjaan ke berbagai tempat	Ibu memberikan dukungan dan semangat pada anak kedua agar tidak mudah menyerah mencoba melamar pekerjaan, ibu juga membantu online shop anaknya dengan menawarkan pada tetangga

Tabel 3. Hasil Penelitian pada Anak Pertama

Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi	Keterangan
Anak pertama lebih memihak pada ibunya	Bisa menerima kondisi anak kedua dan memberikan dukungan pada usaha yang telah dilakukan anak kedua	Anak pertama sering berkunjung kerumah ibu, dan memantau perkembangan hubungan ibu dan anak kedua. Selain itu, anak pertama juga memberi beberapa informasi mengenai lowongan pekerjaan di berbagai tempat sebagai dukungan dari dirinya agar adiknya bisa bersemangat lagi

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil asesmen diketahui bahwa permasalahan dalam keluarga adalah karena tahap kehidupan keluarga *family life cycle* dan *function of the symptom* sehingga komunikasi antar anggota keluarga tidak terjalin dengan baik. Keadaan ini telah berlangsung tiga tahun dan membuat anggota keluarga merasa tidak nyaman dengan suasana dirumah.

Strategic family therapy yang diberikan bertujuan untuk memperbaiki komunikasi antar anggota keluarga sehingga kebutuhan masing-masing anggota keluarga dapat dipenuhi tanpa mengorbankan harapan-harapan anggota keluarga yang lain. *Strategic family therapy* dilakukan dengan strategi yang sudah dirancang dan dilaksanakan sesuai prosedur secara hati-hati. Selain itu, pendekatan terapi keluarga ini langsung menangani masalah-masalah yang ada di keluarga, yaitu fokus pada pola komunikasi keluarga yang digunakan saat ini dan *treatment goals* berasal dari masalah atau gejala yang ditampakkan (Winek, 2012).

Hasil intervensi diketahui bahwa masing-masing anggota keluarga mempunyai harapan pada masing-masing anggota keluarga. Anak kedua bersedia

melaksanakan tugas-tugas rumah yang diharapkan ibu seperti makan dan menonton televisi bersama, sedangkan anak kedua dan anak pertama lebih banyak membutuhkan perhatian, dukungan, dan waktu berkumpul dari ibu yaitu ibu menanyakan keadaan anak kedua setiap hari, ibu menemani anak pertama menonton televisi dan menyediakan waktu berkumpul dengan keluarga. Masing-masing anggota keluarga berusaha merubah kebiasaan terdahulu mereka dengan memenuhi harapan-harapan masing-masing anggota keluarga.

Strategic family therapy yang diberikan kepada subjek dibuat bersama-sama oleh anggota keluarga. Tujuan dari *strategic family therapy* ini berfokus pada konsep behavioral yang berarti tujuan keluarga tersebut merupakan perilaku yang nampak atau dapat diobservasi. selain itu, perilaku yang diinginkan pada akhir proses terapi merupakan perilaku yang dapat berubah dalam konteks yang masuk akal atau perilaku yang masih dapat diperhitungkan.

Tugas yang dirancang untuk anggota keluarga menggunakan teknik *directive* oleh Haley (Kerr & Christine, 2008) berupa daftar *check list* yang bertujuan membuat anggota keluarga melakukan sesuatu yang berbeda dan merasakan pengalaman yang berbeda, melibatkan

terapis dengan proses teratment 'meningkatkan hubungan dengan terapis' yaitu mengumpulkan beberapa informasi mengenai bagaimana respon setiap anggota keluarga dapat diarahkan pada sesuatu hal yang belum pernah dilakukan sebelumnya.

Berdasarkan intervensi yang telah dilakukan pada anak kedua dan ibu selama empat sesi pertemuan, menghasilkan beberapa hal, yaitu adanya keterbukaan antara masing-masing anggota keluarga dimana setiap anggota keluarga dapat mengemukakan apa yang selama ini tidak disukainya terhadap anggota keluarga yang lain dan juga mengatakan keinginannya. Anak kedua juga dapat mengkomunikasikan perasaan kecewanya kepada ibu karena menganggap ibu memperlakukannya secara tidak adil. Hal ini karena ibu dianggap anak kedua memandang sepele terhadap usahanya untuk mencoba melamar pekerjaan diberbagai tempat dan menambah penghasilan tambahan dengan berjualan online shop.

Terbentuknya kesepakatan keluarga mengenai apa yang diinginkan ibu dan anak pertama terhadap anak kedua dan keinginan anak kedua terhadap ibu dan kakak perempuannya. Kesepakatan ini memiliki aturan dan konsekuensi bagi yang melanggar dan anak pertama

sebagai panutan adik dan perantara bagi anak kedua dan ibunya yang akan bertanggung jawab untuk mengawasi berjalannya kesepakatan tersebut. Ibu juga mengetahui pola interaksi *mal-adaptif* yang berulang di dalam keluarga, yaitu pola komunikasi yang tidak efektif dan menggantinya dengan pola interaksi alternatif.

Dalam kasus ini adalah ibu belajar bahwa memarahi ataupun membentak anak kedua tidak akan menghasilkan solusi namun hanya membuat suasana dalam keluarga semakin keruh, sehingga ibu harus mencari bentuk komunikasi yang lebih efektif untuk berbicara dengan anak kedua. Anak pertama mengerti pentingnya menjadi peran komunikasi dalam menjalankan fungsinya sebagai panutan adik dan perantara bagi anak kedua dan ibunya.

Berhasilnya intervensi keluarga ini juga dikarenakan kepatuhan dan keaktifan keluarga dalam mengikuti seluruh rangkaian sesi (Kazantzis, Deane, & Ronan, 2000; Kernis, Brown, & Brody, 2000). Hal tersebut menandakan kesiapan dan kemauan keluarga untuk berubah (Kernis, Brown, & Brody, 2000; Burns & Spangler, 2000).

Komunikasi dalam keluarga menjadi lebih baik saat masing-masing anggota keluarga dapat mengemukakan

ketidaksukaan dan keinginannya kepada anggota keluarga yang lain kemudian mencari solusi bersama. Keterbukaan dalam keluarga sangat berperan dalam pengembangan sosial dan keterampilan koping pada remaja (Horigan, Suarez-Morales, Robbins, Zarate, Mayorga, Mitrani, & Szapocznik, 2005).

Keluarga yang berfungsi dengan baik memiliki tipe komunikasi yang terbuka (Szapocznik, Hervis, & Schwartz, 2003). Mengikutsertakan anak dalam membuat kesepakatan ataupun peraturan dalam rumah beserta konsekuensinya membuat anak merasa dilibatkan dan dianggap dalam keluarga sehingga kecenderungan anak untuk berperilaku kooperatif terhadap peraturan tersebut semakin besar (Jose´ Szapocznik, Joan, & Hendricks, 2012).

Walaupun begitu, efektivitas dari *strategic family therapy* akan lebih optimal jika seluruh anggota keluarga dapat hadir untuk mengikuti sesi (Center for Substance Abuse Treatment, 2004). Hal ini dikarenakan dalam prosesnya masing-masing anggota keluarga harus saling bekerja sama dengan saling memahami, fleksibel dan menyesuaikan diri. Selain itu juga, tidak adanya pengukuran kuantitatif dengan skala atau kuisioner menjadi kelemahan dalam penelitian ini. Follow up dalam penelitian ini hanya

sebatas kembali mewawancarai anggota keluarga dan guru-guru di sekolah anak untuk memeriksa kebenaran informasi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil asesmen diketahui bahwa permasalahan dalam keluarga ini karena perubahan tahap kehidupan dan *function of system* sehingga komunikasi antara anggota keluarga tidak terjalin dengan baik. Intervensi yang diterapkan berupa *strategic family therapy* bertujuan untuk menghasilkan komunikasi antar anggota keluarga menjadi lebih terbuka tentang kebutuhan masing-masing. Anggota keluarga mampu membentuk perilaku baru yang telah disepakati.

Saran

Saran yang diberikan kepada masing-masing anggota keluarga adalah anggota keluarga dapat mengaplikasikan tugas-tugas rumah dan saling memberikan dukungan sosial antar anggota keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Burns, D. D., & Spangler, D. L. (2000). Does psychotherapy homework lead to improvements in depres-

- sion in cognitive behavioral therapy or does improvement lead to increases homework compliance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 68, 46-56.
- Carr, A. (2006). The effectiveness of family therapy and systematic interventions for child-focused problems. *Journal of Family Therapy*. 31, 3-45.
- Center for Substance Abuse Treatment. (2004). *Substance abuse treatment and family therapy*. Rockville: Substance Abuse and Mental Health Service Administration
- Goldenberg, I. (2008). *Family therapy (an overview, seventh edition)*. USA: Thomson Brooks/Cole.
- Horigan, V. E., Suarez-Morales, L., Robbins, M. S., Zarate, M., Mayorga, C.C., Mitrani, V. B., & Szapocznik, J. (2005). Brief strategic family therapy for adolescents with behavior problems. In J. L. Lebow (Ed). *Handbook of Clinical Family Therapy*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Jose´ Szapocznik, S.J.S., Joan A. M., and Hendricks, B. (2012). *Strategic Family Therapy: An Intervention to Reduce Adolescent RiskBehavior*. Miami: American Psychological Association. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*. 1 (2), 134–145.
- Kazantzis, N., Deane, F. P., & Ronan, K. R. (2006). Can between session activities considered a common factor in psychotherapy? *Journal of Psychotherapy Integration*. 16(2), 115-127.
- Kernis, M. H., Brown, A. C., & Brody, G. H. (2000). Fragile self esteem in children and its associations with perceived patterns of parent-child communication. *Journal of Personality*. 68, 225 – 252
- Kerr, C., Hoshino, J., Sutherland, J., Parashak, S.T., & McCarley, L.L. (2008). *Family art therapy: Foundation of theory and practice*. New York : Routledge (Taylor & Drancis Group).
- McKniff, J., & Jack, W. (2002). *Action research: Principles and practice*. London: Routledge Falmer.
- Olson, R.B. (2007). *Strategic Family Therapy for Dysfunctional Parents*. Academic Forum.
- Szapocznik, J., Hervis, O. E., & Schwartz, S. (2003). Strategic family therapy for adolescent drug abuse. *NIDA Therapy Manuals for Drug Addiction*. Rockville: National Institute on Drug Abuse.