



## PKM PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL KELUARGA MELALUI PROGRAM DUKUNGAN TERAPEUTIK KELUARGA PADA ORANGTUA - ANAK DENGAN RESIKO KONFLIK DESTRUKTIF DI KEC. KAJANG KABUPATEN BULUKUMBA

Sitti Murdiana<sup>1)</sup> | Ismalandari Ismail<sup>1)</sup> | Rahmat Permadi<sup>1)</sup> | Tri Sulastri<sup>1)</sup> | Perdana Kusuma<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

---

**Abstract:** *A harmonious relationship between parents and children is the dream of all families. However, problems in the family also often occur, especially problems between children and parents, for example relationships with their children that are less than harmonious. Children are difficult to communicate with and if communication is established then what will happen is conflict. This research aims to examine the effect of family therapeutic support on adolescents and parents who are at risk of experiencing destructive conflict in Kajang District, Bulukumba Regency, South Sulawesi. This research involved 15 respondents consisting of 8 parents and 7 children. Identification of conflicts that occur between parents and adolescents was identified through interviews with respondents and 15 respondents were obtained who were willing to participate in this research. The method used in this research is the Pre-post Design experimental method. The family therapy support program is carried out in 3 sessions in the form of a preparation session, an explanation session regarding the family therapy support program, and a role play session. The research results showed an increase in scores before and after being given the Family Therapeutic Support Program training. After being given this training, participants can understand this program, know how to provide support and how to communicate with parents or children, and have confidence that they are able to implement this support program in their families.*

**Keywords:** *Therapeutic Support, Family, Risk of Conflict*

**Abstrak:** Hubungan orangtua dan anak yang harmonis merupakan dambaan semua keluarga. Namun, permasalahan dalam keluarga juga sering terjadi khususnya permasalahan antara anak dan orangtua, misalnya hubungan dengan anaknya yang kurang harmonis. anak sulit diajak berkomunikasi dan bila komunikasi terjalin maka yang terjadi adalah konflik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh dukungan terapeutik keluarga pada remaja dan orangtua dengan resiko konflik destruktif di Kecamatan Kajang Kabupaten Bulukumba Sulawesi Selatan. Penelitian ini melibatkan 15 responden yang terdiri dari 8 orangtua dan 7 orang anak. Identifikasi terkait konflik yang terjadi antara orangtua dan remaja diidentifikasi melalui wawancara kepada responden dan diperoleh 15 responden yang bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen *Pre-post Design*. Program dukungan terapeutik keluarga dilaksanakan dengan 3 sesi berupa sesi persiapan, sesi penjelasan mengenai program dukungan terapeutik keluarga, dan sesi *role play*. Hasilnya menunjukkan adanya kenaikan skor sebelum dan setelah diberikan pelatihan Program Dukungan Terapeutik Keluarga. Setelah diberikan pelatihan tersebut peserta dapat memahami program ini, mengetahui cara memberikan dukungan dan cara berkomunikasi dengan orangtua atau anak mereka, serta memiliki keyakinan bahwa mereka mampu menerapkan program dukungan ini di dalam keluarganya.

**Kata kunci:** Dukungan Terapeutik, Keluarga, Resiko Konflik

---

## A. PENDAHULUAN

Keluarga sebagai sebuah unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari individu dengan beragam peran yaitu peran orangtua, anak, paman, tante, nenek-kakek dan keponakan. Peran yang dijalankan oleh masing-masing individu satu sama lain terhubung dan saling mempengaruhi. Peran yang dijalankan sesuai dengan tuntutan peran itu sendiri akan memberi kenyamanan bagi anggota keluarga yang lainnya, namun bila peran tersebut tidak dijalankan sebagaimana mestinya maka anggota keluarga yang lain akan merasakan ketidaknyamanan bahkan akan merasa terganggu atas keberadaan orang anggota yang tidak dapat menjalankan perannya dengan baik. Rakhmawati (2020) membahas peran keluarga dalam pengasuhan yang membentuk karakter pada anak.

Peran yang dijalankan oleh setiap anggota keluarga bertujuan untuk memenuhi kebutuhan anggota keluarga akan sandang, pangan, perhatian, kasih sayang, Pendidikan dan lain sebagainya. Penelitian yang dilakukan oleh Parmanti & Purnamasari (2015) mengenai peran ayah dalam pengasuhan anak mengungkapkan bahwa ayah menggunakan pendekatan yang beragam agar dapat menjalin kedekatan dengan anaknya. Peran ayah tidak kalah pentingnya dimana keterlibatan ayah dalam pengasuhan bagi perkembangan kecerdasan moral anak (Septiani & Nasution, 2017).

Peran ibu memiliki posisi penting dalam keluarga. Selain sebagai sumber kasih sayang, peran ibu dalam pengasuhan juga dibahas oleh Parhan & Kurniawan (2020) yang menjelaskan ibu merupakan madrasah pertama bagi anak-anaknya. Penelitian yang dilakukan Lubis & Harahap (2021) juga mengungkap pentingnya peran ibu dalam pengasuhan. Ibu menjadi landasan utama bagi pembentukan karakter anak, oleh karena itu ibu harus memiliki kemampuan untuk mengembangkan interaksi yang sehat dan komunikatif dengan anak mereka.

Peran ayah dan ibu dalam membesarkan anak-anak tidak hanya bersumber dari mereka berdua. Saat ini informasi yang sangat mudah diperoleh dan dicontoh oleh anak juga memberi pengaruh pada terbentuknya sebuah pemahaman dan pola-pola perilaku bagi anak. Informasi yang orangtua berikan kepada anak saat ini tidak lagi menjadi utama, karena anak-anak mendapatkan informasi pembandingan yang perannya lebih besar di dibandingkan dengan peran orangtua. Nasehat dan contoh yang diberikan oleh orangtua sangat mudah dibantah oleh anak sehingga seringkali terjadi konflik antara orangtua dengan anak. Selain itu orangtua di zaman ini pun memiliki kebiasaan yang memberi ruang dan jarak yang begitu lebar dengan anak mereka. Orangtua seringkali sibuk dengan tugas dan pekerjaannya di luar rumah, namun bila orangtua telah berada di rumah mereka pun sibuk dengan alat komunikasi mereka yaitu smartphone sehingga komunikasi dengan anak menjadi sangat jarang dilakukan (Robert & David, 2016).

Fenomena ini tidak hanya terjadi di kota-kota besar, tetapi juga terjadi di daerah. Salah satunya adalah di Kabupaten Bulukumba tepatnya di Kecamatan Kajang Kabupaten Bulukumba. Kajang merupakan daerah yang sangat terkenal dengan kearifan lokal. Hubungan orangtua dan anak merupakan hubungan yang disakralkan, artinya orangtua sangat dihargai dan dihormati oleh anak-anaknya. Anak-anak sangat patuh dan senantiasa bersedia untuk menjunjung tinggi nilai-nilai budaya yang telah dijalankan oleh orangtuanya sejak dulu. Akan tetapi dengan perubahan zaman yang sangat cepat hubungan orangtua dan anak sangat mudah berkonflik. Anak mudah menunjukkan sikap yang berbeda dengan napa yang disampaikan oleh orangtuanya. Hal ini telah meresahkan orangtua. Banyak orang tua merasa resah dengan hubungannya dengan anak-anak mereka.

Kekhawatiran orangtua terhadap sikap anaknya seringkali memancing kemarahan dari orangtua. Sikap tersebut semakin membuat hubungan orangtua dan anak menjadi tidak harmonis. Orangtua dan anak sering berkonflik dan semakin berjarak satu sama lain. Komunikasi yang terjalin antara keduanya seringkali mengundang ketegangan, bahkan perpecahan. Orangtua dan anak ada yang kemudian menghindari percakapan karena mereka khawatir akan konflik yang terjadi bila komunikasi tersebut dilakukan.

Fenomena yang terjadi nampaknya masih belum sepenuhnya dapat mencapai visi misi Kabupaten Bulukumba terkait peran pemuda dalam pembangunan yang bertujuan untuk Membina Generasi Muda yang berkarakter dengan menjunjung tinggi Sportivitas dan Profesionalisme. Melakukan pembinaan pada generasi muda sesuai dengan visi misi tersebut masih perlu terus diupayakan. Peran orangtua dalam membangun kelekatan dengan anak, memegang peranan sangat penting agar visi misi ini dapat terwujud.

Menurut Bowlby (1980) Kelekatan orangtua dan anak dimulai sejak anak masih bayi dan terus berlanjut hingga anak menjadi dewasa. Berdasarkan informasi yang peneliti dapatkan dari hasil wawancara kepada sejumlah ibu di kabupaten Bulukumba menyatakan bahwa mereka seringkali berbeda pendapat dengan anak mereka. Mereka tidak memahami apa yang diinginkan oleh anak mereka. Anak pun seringkali sulit untuk diajak berkomunikasi mengenai kondisi yang dialaminya atau terkait dengan kebutuhannya secara emosional. Hal tersebut membuat mereka berjarak dan hanya menanyakan kabar anak seperlunya. Di sisi lain keterangan berbeda diperoleh dari anak yaitu mereka merasa bahwa orangtua masih merupakan figure lekat utama yang menjadi sumber rasa nyaman dan aman. Meskipun mereka memiliki banyak teman, namun teman mereka tersebut tidak dapat memberikan kenyamanan dan keamanan seperti yang mereka peroleh dari kedua orangtuanya.

Wardyaningrum (2013) Fakta mengenai sikap orangtua yang cenderung mengabaikan keberadaan anak dan permasalahan komunikasi menjadi sumber konflik paling utama antara orangtua dan anak. Seorang ibu mengeluhkan sikap anak yang sulit diatur, sedangkan anak mengeluhkan ibu yang sulit memahami kondisi mereka. Ketidaknyamanan yang dirasakan anak atas perlakuan orangtua membuatnya menjadi menahan diri untuk bersikap terbuka dengan orangtua mereka.

Mengacu pada penelitian yang dilakukan oleh Spoth & Redmond (2000) mengenai keterlibatan dukungan keluarga dapat memberi pengaruh pada perubahan perilaku Individu kearah yang positif. Penelitian tersebut sejalan pula dengan hasil analisis situasi di atas, maka peneliti menganggap perlu Menyusun sebuah program untuk dapat merekatkan hubungan orangtua dan anak agar tercipta komunikasi yang hangat dan keharmonisan dalam keluarga. Program Dukungan Terapeutik Keluarga bertujuan untuk menciptakan komunikasi yang hangat dan hubungan yang harmonis antara orangtua dan anak. Bila hal ini tercipta maka diharapkan ketahanan keluarga dapat tercapai.

## **B. METODE YANG DIGUNAKAN**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode eksperimen pre-post test design. Sebelum diberikan perlakuan terlebih dahulu dilakukan tes untuk melihat kondisi partisipan sebelum diberikan perlakuan. Kemudian dilakukan kembali mengetesan setelah diberikan perlakuan. Perlakuan yang diberikan berupa pelatihan untuk menambah pemahaman dan pengetahuan responden. Menurut Kohls (1995) pelatihan focus pada proses dan pengembangan kompetensi pada kemampuan khusus Degnan cara yang lebih efektif. Modul pelatihan disusun berdasarkan hasil analisis situasi yang menggambarkan kondisi masyarakat. Adapun tahapan pelatihan yang akan dilakukan terdiri atas 3 sesi, yaitu:

1. Sesi 1: Penjelasan mengenai Program Dukungan Terapeutik Keluarga. Sesi ini akan dibuka dengan memberikan wawasan kepada peserta mengenai program yang akan dijalankan. Penjelasan mengenai tujuan dan manfaat dilakukannya Program dukungan terapeutik keluarga serta tahapan-tahapan yang akan di berikan.
2. Sesi 2: materi Program Dukungan Terapeutik Keluarga. Materi mengenai Program Dukungan Terapeutik Keluarga akan disajikan dalam bentuk ceramah dengan menjabarkan tahapan-tahapan yang harus dilakukan dalam Program Dukungan Terapeutik Keluarga.
3. Sesi 3: *role play* Program Dukungan Terapeutik Keluarga. Sesi ketiga akan berisi *role play* pelaksanaan Program Dukungan Terapeutik Keluarga yang dilakukan secara bertahap oleh peserta yang bersedia memperagakan apa yang sudah dipahaminya..

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Program Dukungan Terapeutik Keluarga dilaksanakan di Kecamatan Kajang Kabupaten Bulukumba yang dari 15 orang. Masing-masing peserta yang mendaftar merupakan ibu-ibu yang memiliki putra dan putri dengan pola hubungan yang seringkali diwarnai dengan konflik. Peserta yang hadir pada kegiatan tersebut ada yang datang bersama anaknya, namun terdapat 1 orang peserta yang datang sendirian kerana anaknya tidak bersedia ikut serta dalam kegiatan ini.

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan pembukaan dan dilanjutkan dengan pemaparan materi mengenai Program Dukungan Terapeutik Keluarga yang dilaksanakan dengan 3 sesi. Sesi 1 dibuka dengan pemberian wawasan mengenai program yang dijalankan, penjelasan mengenai tujuan dan manfaat, serta tahapan-tahapan yang akan diberikan. Sesi 2 adalah pemaparan materi mengenai Program Dukungan Terapeutik Keluarga yang disajikan dalam bentuk ceramah dengan menjabarkan mengenai peran dan tugas orangtua dan anak dalam keluarga. Dibahas pula mengenai hambatan-hambatan yang dapat dialami oleh orangtua dan anak sehingga peran dan tugas perkembangan tersebut tidak dapat dijalankan dengan baik. Selain itu, disampaikan strategi yang harus dilakukan oleh orangtua dan anak dalam mengatasi hambatan tersebut. Sesi 3 dilakukan dengan *role play* mengenai strategi yang harus dijalankan dan dilakukan secara bertahap peserta yang bersedia memperagakan apa yang sudah dipahaminya.



**Gambar 1.** Rangkaian Pelaksanaan Kegiatan

Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini ditunjukkan melalui hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan. Hasilnya menunjukkan bahwa sebelum program ini disampaikan kepada peserta, mereka tidak memahami program tersebut dan langkah-langkah yang harus dilakukan untuk memberikan dukungan kepada anggota keluarganya. Setelah dilakukan kegiatan Program Dukungan Terapeutik Keluarga maka peserta dapat memahami dan melakukan langkah-langkah memberi dukungan satu sama lain sehingga potensi konflik dapat diatasi.

*Pre-test* dan *post-test* yang diberikan terdiri dari 5 pertanyaan yaitu; 1. Apakah anda mengetahui Program Dukungan Terapeutik Keluarga?, 2. Apakah anda mengetahui apa yang harus dilakukan untuk memberi dukungan kepada anggota keluarga yang sedang kesulitan?, 3. Apakah anda mengetahui cara yang efektif (tepat) untuk membuat perasaan anggota keluarga anda menjadi lebih baik?, 4. Apakah anda mengetahui cara berkomunikasi yang hangat dengan anggota keluarga yang lain?, 5. Apakah anda merasa yakin dapat memberi dukungan kepada anggota keluarga ?

**Tabel 1.** Hasil *pre-test* dan *post-test*

No	Status	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1.	Ibu	1	5
2.	Ibu	0	5
3.	Ibu	1	5
4.	Ibu	1	5
5.	Ibu	0	5
6.	Ibu	0	5
7.	Ibu	1	4
8.	Ibu	0	5
9.	Anak	0	5
10.	Anak	0	5
11.	Anak	0	5
12.	Anak	0	5
13.	Anak	0	4
14.	Anak	0	5
15.	Anak	0	5

Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya kenaikan skor sebelum dan setelah diberikan materi Program Dukungan Terapeutik Keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan materi tersebut peserta dapat memahami program ini, mengetahui cara memberikan dukungan dan cara berkomunikasi dengan orangtua atau anak mereka, serta memiliki keyakinan bahwa mereka mampu menerapkan program dukungan ini di dalam keluarganya. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian penelitian yang dilakukan oleh Spoth & Redmond (2000) mengenai keterlibatan dukungan keluarga dapat memberi pengaruh pada perubahan perilaku Individu kearah yang positif.

#### **D. KESIMPULAN**

Kegiatan program dukungan terapeutik keluarga bertujuan agar peserta dapat memahami kegiatan saling memberi dukungan dan mampu menunjukkan dukungan nyata orangtua-anak dalam menghadapi situasi sulit. Kegiatan ini berupa pelatihan yang terdiri dari 3 sesi dan hasilnya diukur melalui *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan. Hasilnya menunjukkan bahwa para peserta memahami materi yang diberikan, mengetahui cara

memberikan dukungan dan komunikasi dengan orang tua atau anak mereka, serta memiliki keyakinan bahwa mereka mampu menerapkan program ini di dalam keluarganya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bowlby. (1980). *Attachment and Loss Vol III*. London: The Hogar Press.
- Kohls, Robert. (1995). *Training as A Relatively New Form of Learning*. San Francisco.Future Life Press.
- Lubis, M. S. A., & Harahap, H. S. (2021). Peran wanita sebagai ibu ibu sebagai sekolah pertama bagi anak. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1). 6-13. ISSN: 2301-7740.
- Parhan, M. & Kurniawan, D. P. D. (2020). Aktualisasi peran ibu sebagai Madrasah pertama dan utama bagi anak di era 4.0. *Journal of Madrasah Ibtidaiyah Education*, 4(2), 157-174. e-ISSN: 2580-2739.
- Parmanti., & Purnamasari. (2015). Peran ayah dalam pengasuhan. *InSight*, 17(2), 81-90. ISSN: 1693-2552.
- Rakhmawati, I. (2015). Peran keluarga dalam pengasuhan anak. *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6(1), 1-18. ISSN: 2477-2100.
- Roberts, JA, dan David, S. (2016). My life has become a major distraction from my phone: partner phubbing and relationship satisfaction between romantic partners. *Count. Hum. Behave.* 54, 134–141. doi: 10.1016/j.chb.2015.07.058
- Sepriani, D., & Nasution, I. N. (2017). Peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan bagi perkembangan kecerdasan moral anak. *Jurnal Psikologi*, 13(2), 120-125. e-ISSN: 2407-8786.
- Spoth, R., & Redmond, C. (2000). "Research on family engagement in preventive interventions: Toward improved use of scientific findings in primary prevention practice." *The Journal of Primary Prevention*, 21(2), 267-284.
- Widyanigrum, D. (2013). Komunikasi untuk penyelesaian konflik dalam keluarga: Orientasi percakapan dan orientasi kepatuhan. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seni Pranata Sosial*, 2(1), 47-58. ISSN: 2356-0185.