



## Peran Konseling Keluarga Akibat Tuntutan Kehidupan Modern

**Novandry Anggara**

Universitas Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

**Syajaro TuDDR**

Universitas Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

**Sabrina Nurul Aisyah**

Universitas Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

**Hidayani Syam**

Universitas Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

Alamat: Jl. Gurun Aua, Kubang Putihah, Kec. Banuhampu, Kota Bukittinggi

Korespondensi penulis: [novandryanggaraanggara@gmail.com](mailto:novandryanggaraanggara@gmail.com)

***Abstract.** Family counseling is a process of providing assistance and guidance to families to help them overcome problems and achieve harmony. Family counseling can help families understand themselves and their surroundings, as well as develop their potential optimally. As a result, families can become stronger and more stable in facing modern life challenges, such as changes in communication patterns, reduced quality time with family, changes in roles and responsibilities, the influence of global culture, and financial challenges. Family counseling can improve effective communication, harmony, and better problem management, enabling families to achieve harmony and stability in facing life challenges. Literature review is a mandatory activity in research, aimed at developing both theoretical and practical aspects. A literature review is a reality that quantitative research uses a scientific approach that combines elements of deductive and inductive reasoning. Family counseling helps families overcome problems and achieve harmony by understanding themselves and their surroundings. The impacts of modern life faced by families include changes in communication patterns, reduced quality time together, changes in roles, the influence of global culture, and financial challenges. Modern family counseling assists families by fostering rational decision-making, training, and mediation.*

*Keywords: Counseling, Modern Life, Family Problems*

**Abstrak.** Konseling keluarga merupakan proses pemberian bantuan dan bimbingan kepada keluarga untuk membantu mereka mengatasi permasalahan dan . mencapai keharmonisan. Konseling keluarga dapat membantu keluarga memahami diri sendiri dan lingkungan sekitar, serta mengembangkan potensi diri secara optimal. Dengan demikian, keluarga dapat menjadi lebih kuat dan stabil dalam menghadapi tantangan kehidupan modern, seperti perubahan pola komunikasi, waktu berkualitas bersama keluarga yang berkurang, perubahan peran dan tanggung jawab, pengaruh budaya global, dan tantangan finansial. Konseling keluarga dapat meningkatkan komunikasi efektif, keharmonisan, dan mengelola permasalahan dengan lebih baik, sehingga keluarga dapat mencapai keharmonisan dan kestabilan dalam menghadapi tantangan kehidupan. Studi pustaka adalah suatu kegiatan yang diwajibkan dalam penelitian, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek teoretis maupun praktis. Studi pustaka sifatnya realitas bahwa penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan ilmiah yang di dalamnya mengandung unsur kombinasi antara dasar berpikir deduktif dan induktif. Konseling keluarga membantu keluarga mengatasi permasalahan dan mencapai keharmonisan dengan memahami diri sendiri dan lingkungan sekitar. Dampak kehidupan modern yang dihadapi keluarga meliputi perubahan pola komunikasi, waktu berkualitas bersama berkurang, perubahan peran, pengaruh budaya global, dan tantangan finansial. Konseling keluarga modern membantu keluarga dengan membina pengambilan keputusan rasional, pelatihan, dan mediasi.

Kata Kunci: Konseling, Kehidupan Modern, Permasalahan Keluarga

## **LATAR BELAKANG**

Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan kepribadian individu. Namun, kehidupan modern membawa berbagai tantangan yang dapat mempengaruhi keharmonisan dan kestabilan keluarga. Perubahan pola komunikasi, waktu berkualitas bersama berkurang, perubahan peran dan tanggung jawab, pengaruh budaya global, dan tantangan finansial merupakan beberapa contoh dampak kehidupan modern yang dihadapi keluarga.

Konseling keluarga menjadi salah satu solusi untuk membantu keluarga mengatasi permasalahan dan mencapai keharmonisan. Konseling keluarga dapat membantu keluarga memahami diri sendiri dan lingkungan sekitar, serta mengembangkan potensi diri secara optimal. Dengan demikian, keluarga dapat menjadi lebih kuat dan stabil dalam menghadapi tantangan kehidupan modern.

Jurnal ini bertujuan untuk membahas tentang peran konseling keluarga dalam menghadapi tantangan kehidupan modern. Jurnal ini juga akan membahas tentang penerapan konseling keluarga modern dalam menangani permasalahan keluarga, termasuk perubahan pola komunikasi, waktu berkualitas bersama berkurang, perubahan peran dan tanggung jawab, pengaruh budaya global, dan tantangan finansial.

Dengan memahami peran konseling keluarga dalam menghadapi tantangan kehidupan modern, diharapkan keluarga dapat menjadi lebih harmonis dan stabil, serta dapat mengembangkan potensi diri secara optimal.

## **KAJIAN TEORITIS**

Konseling adalah perjumpaan secara berhadapan tatap muka antara konselor dan konseli. Konseling dapat dianggap sebagai intinya proses pemberian pertolongan bagi usaha pemberian bantuan kepada klien saat mereka berusaha memecahkan masalah yang sedang mereka hadapi. Namun demikian, konseling tidak dapat memadai bilamana hal tersebut tidak dibentuk atas dasar persiapan yang tersusun dalam struktur organisasi (Munir, 2010).

Sedangkan menurut Jamal Makmur istilah konseling berasal dari bahasa Inggris, to counsel yang secara etimologi berarti to give advice yaitu memberi saran atau nasihat. Dapat diartikan juga sebagai proses menolong klien agar dapat mengatasi masalah yang

dihadapinya, dengan menggunakan teknik-teknik bimbingan (Ma'mur, 2010). Konseling menurut Kalso Effendi adalah upaya pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli (individu atau kelompok) dalam usaha memecahkan masalah yang mereka hadapi.<sup>1</sup> Upaya penerapan atau implementasi konseling pada situasi khusus yang memfokuskan pada masalah-masalah terkait dengan situasi keluarga dan penyelenggaraannya yang melibatkan anggota keluarga.

Menurut Brammer dan Shostrom konseling keluarga mulanya diarahkan untuk membantu anak agar dapat beradaptasi lebih baik untuk mempelajari lingkungannya melalui perbaikan lingkungan keluarganya yang bersangkutan. Menurut Golden dan Sherwood konseling keluarga merupakan metode yang difokuskan pada masalah-masalah yang ada dalam keluarga dalam usaha untuk membantu memecahkan masalah yang dialami oleh pribadi klien tersebut. Masalah yang dialami klien ini pada dasarnya bersifat pribadi atau dialami klien itu sendiri. Akan tetapi pada kasus ini konselor menganggap bahwa permasalahan ini semata-mata tidak terjadi karena klien itu sendiri melainkan oleh sistem yang terdapat dalam keluarga klien, sehingga diharapkan keluarga dapat ikut serta dalam mencari akar permasalahan dan penyelesaian masalah klien.<sup>2</sup>

Konseling dalam keluarga merupakan suatu proses pemberian bantuan dan bimbingan kepada individu secara berkelanjutan dan sistematis, yang dilakukan oleh seorang ahli yang telah mendapat latihan khusus untuk melakukan konseling. Hal ini dimaksudkan agar individu dapat memahami dirinya, lingkungan keluarganya serta dapat mengarahkan diri dengan baik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan untuk dapat mengembangkan potensi dirinya secara optimal, untuk kesejahteraan diri dan masyarakat, khususnya untuk kesejahteraan keluarganya.

Berdasarkan pengertian-pengertian yang telah dikemukakan diatas, dapat di ambil kesimpulan bahwa konseling keluarga merupakan suatu proses yang interaktif yang berupaya untuk membantu keluarga agar memperoleh keseimbangan dalam mempertahankan keharmonisan dalam keluarga agar potensinya dapat berkembang dengan optimal sehingga klien atau anggota keluarga yang mengalami masalah dapat mengatasi permasalahan dengan kesukarelaan dan kecintaan terhadap keluarga.

---

<sup>1</sup> Kalso Effendi, *Menentukan Masalah Dalam Konseling*, (Banjarmasin: Kema Probin, 1989), 1.

<sup>2</sup> Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2015), 149.

## **METODE PENELITIAN**

Studi pustaka adalah suatu kegiatan yang diwajibkan dalam penelitian, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek teoretis maupun praktis. Studi pustaka sifatnya realitas bahwa penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan ilmiah yang di dalamnya mengandung unsur kombinasi antara dasar berpikir deduktif dan induktif. Studi pustaka dilakukan oleh seorang peneliti untuk mencari dasar pijakan dalam memperoleh dan membangun landasan teori, kerangka berpikir, dan menentukan dugaan sementara atau hipotesis penelitian, sehingga peneliti dapat mengerti, mengalokasikan, mengorganisasikan dalam bidang penelitian. Studi kepustakaan pada prinsipnya adalah sangat positif, baik bagi seorang peneliti maupun orang yang tertarik melakukan penelitian studi pustaka. Jika seorang peneliti melaksanakan kegiatan penelitian secara teliti dan intensif dengan logika dan cara yang benar, maka peneliti akan dapat menambah dimensi baru dalam kerangka berpikir. Penelitian kepustakaan memiliki akar filosofis pos positivisme yang kuat sehingga dapat digolongkan dalam jenis penelitian kualitatif. Penelitian kepustakaan adalah bagian dari studi tokoh yang berada pada kuadrat empat tingkat penelitian kualitatif tertinggi. Dalam konteks penelitian kepustakaan, data-data diambil dari eksplorasi bahan-bahan pustaka secara holistik, kemudian dianalisis berdasarkan kerangka berpikir filosofis yang melandasinya (Magdalena et al., 2021). Tujuan studi kepustakaan ini adalah untuk mengetahui dampak pola asuh orang tua tunggal (ibu) terhadap perkembangan anak, dengan menganalisis teori-teori dan hasil penelitian yang relevan untuk mengidentifikasi pola asuh yang efektif dan dampaknya terhadap perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Dampak Kehidupan Modern Dalam Kehidupan Keluarga**

Dampak kehidupan modern dalam kehidupan keluarga adalah sebagai berikut:

#### **1. Perubahan Pola Komunikasi**

Pola komunikasi merupakan suatu sistem penyampaian pesan melalui lambang tertentu, mengandung arti dan pengoperan perangsang untuk mengubah tingkah laku individu lain. Pola komunikasi yang baik dapat membantu membangun hubungan yang harmonis dan saling pengertian antara anggota keluarga. Di era

teknologi digital, pola komunikasi dalam keluarga mengalami perubahan yang signifikan. Hal ini disebabkan oleh perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang semakin pesat. Teknologi digital telah mengubah cara kita berkomunikasi, termasuk dalam keluarga (Djamarah & Zein, 2014).

Perubahan pola komunikasi dalam keluarga di era teknologi digital dapat memiliki dampak positif maupun negatif. Adapun dampak positifnya adalah komunikasi menjadi lebih mudah dan cepat. Teknologi digital telah memudahkan anggota keluarga untuk berkomunikasi dengan cepat dan mudah, baik secara langsung maupun tidak langsung. Dengan adanya kemajuan teknologi digital saat ini komunikasi juga menjadi lebih luas teknologi digital telah memperluas cakupan komunikasi dalam keluarga, sehingga anggota keluarga dapat berkomunikasi dengan lebih luas. Perubahan pola komunikasi dalam keluarga di era teknologi digital merupakan hal yang tidak dapat dihindari. Namun, penting bagi kita untuk menyadari dampak positif dan negatif dari perubahan tersebut, sehingga kita dapat memanfaatkan teknologi digital untuk membangun komunikasi yang lebih baik dalam keluarga.

Ada beberapa perubahan pola komunikasi dalam keluarga di era teknologi digital saat ini diantaranya adalah penggunaan media teknologi digital. Di era teknologi digital yang digunakan untuk komunikasi meliputi berbagai platform dan aspek komunikasi media teknologi digital adalah telepon genggam yang digunakan untuk berkomunikasi jarak jauh dengan cara melakukan panggilan video dan pesan singkat, sosial media digunakan untuk berbagi informasi, berinteraksi, dan berkomunikasi dengan orang lain melalui platform seperti facebook, instagram, tiktok, dan whatsapp. Di era teknologi digital, komunikasi dalam keluarga dapat terjadi secara langsung maupun tidak langsung.

Komunikasi pada era teknologi digital saat ini khususnya dalam keluarga biasanya berkisar pada hal-hal yang bersifat rutin, seperti kegiatan sehari-hari, masalah keluarga, dan pendidikan. Keberadaan teknologi informasi dan komunikasi yang berkembang luar biasa telah membuka babak baru dalam kehidupan masyarakat modern guna mendapatkan informasi secara otonom. Hampir setiap orang memiliki akses terhadap informasi-informasi tersebut dimanapun di dunia ini. Sebagian besar

masyarakat tidak bisa lepas dari ketergantungan pada teknologi tersebut (Syahrudin, 2020).

Seiring dengan meningkatnya penggunaan teknologi oleh anggota keluarga, pola komunikasi tradisional yang dulunya mengutamakan interaksi tatap muka dan komunikasi langsung seperti keluarga lebih sering berkumpul dan bercerita di rumah dan berbagi cerita tentang kehidupan sehari-hari atau peristiwa penting, dan kebutuhan keluarga. Pola komunikasi dalam keluarga mengalami perubahan signifikan. Penggunaan ponsel dan media sosial menjadi lebih dominan, menggeser cara mereka berkomunikasi. Interaksi tatap muka dalam keluarga mulai berkurang karena kehadiran perangkat digital. Misalnya, saat anggota keluarga berkumpul di rumah, mereka sering kali sibuk dengan ponsel masing-masing, sehingga mengurangi waktu untuk berkomunikasi langsung. Anak-anak dan remaja cenderung lebih banyak menghabiskan waktu di dunia digital, baik untuk belajar, bermain, atau berkomunikasi dengan teman-teman mereka melalui media sosial.

Teknologi ini menawarkan kemudahan akses informasi, hiburan, dan komunikasi tanpa batas waktu dan ruang. Namun, kemajuan ini juga membawa tantangan baru, terutama dalam menjaga kualitas interaksi interpersonal di dalam keluarga. Kehidupan modern ditandai dengan kemajuan teknologi, seperti penggunaan ponsel dan internet. Hal ini memudahkan komunikasi, tapi juga dapat membuat anggota keluarga kurang berinteraksi langsung. Misalnya, anggota keluarga lebih sering berkomunikasi lewat pesan teks atau media sosial daripada bertemu dan berbicara langsung.

## 2. Waktu Berkualitas Bersama Keluarga Berkurang

Kurangnya waktu berkualitas dapat menyebabkan melemahnya ikatan emosional, komunikasi yang kurang efektif, bahkan potensi konflik antar anggota keluarga meningkat. Oleh karena itu, penting untuk menyadari dan mengatur waktu agar tetap dapat menyediakan momen kebersamaan yang bermakna. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti kesibukan bekerja, gaya hidup serba instan, dan dominasi teknologi yang membuat anggota keluarga lebih sering menghabiskan waktu secara individual daripada bersama-sama. Kesibukan pekerjaan dan aktivitas di luar rumah sering membuat anggota keluarga sulit meluangkan waktu bersama. Ini bisa melemahkan hubungan emosional dan kebersamaan dalam keluarga.

### 3. Perubahan Peran dan Tanggung Jawab

Perubahan peran dan tanggung jawab dalam keluarga merupakan salah satu dampak dari kehidupan modern. Keluarga tradisional yang memiliki peran jelas, seperti ayah sebagai pencari nafkah dan ibu sebagai pengurus rumah tangga, kini mulai bergeser. Modernisasi membawa perubahan nilai dan pola pikir, sehingga anggota keluarga memiliki peran yang lebih fleksibel dan dinamis. Perubahan ini dapat memberikan dampak positif dan negatif. Dampak positifnya adalah peningkatan kesetaraan gender, kesempatan yang lebih luas bagi anggota keluarga, dan terciptanya keluarga yang lebih dinamis. Namun, dampak negatifnya adalah potensi konflik dalam keluarga, terutama terkait perbedaan pendapat dan prioritas, serta ketidakseimbangan dalam pembagian peran dan tanggung jawab. Dengan kemajuan karier dan pendidikan, peran tradisional dalam keluarga seperti pembagian tugas rumah tangga dan pengasuhan anak mengalami perubahan. Misalnya, ibu dan ayah kini sering bekerja penuh waktu, sehingga peran pengasuhan harus dibagi atau diserahkan ke orang lain.

### 4. Pengaruh Budaya Global

Budaya global mengacu pada proses penyebaran ide, nilai, gaya hidup, dan praktik budaya dari satu wilayah atau negara ke wilayah atau negara lain di seluruh dunia. Pengaruh budaya global terjadi melalui berbagai media seperti teknologi, internet, televisi, musik, film, makanan, dan perdagangan internasional.

Kehidupan modern membawa pengaruh budaya dari luar melalui media dan internet. Hal ini bisa memengaruhi nilai-nilai dan kebiasaan keluarga, baik secara positif (lebih terbuka dan inovatif) maupun negatif (terjadinya konflik nilai antar generasi).

#### Dampak Positif:

- a. **Pertukaran Budaya:** Meningkatkan pemahaman dan toleransi antarbangsa melalui interaksi budaya yang lebih luas.
- b. **Inovasi dan Kreativitas:** Perpaduan budaya mendorong munculnya ide-ide baru dalam seni, mode, teknologi, dan bisnis.
- c. **Peningkatan Akses Informasi:** Informasi dan pengetahuan dapat tersebar lebih cepat dan mudah diakses oleh banyak orang.

#### Dampak Negatif:

- a. Hilangnya Budaya Lokal: Budaya lokal dapat terpinggirkan atau bahkan punah karena dominasi budaya asing yang lebih kuat.
  - b. Homogenisasi Budaya: Dunia menjadi semakin mirip satu sama lain, sehingga keunikan budaya suatu daerah bisa berkurang.
  - c. Ketimpangan Budaya dan Ekonomi: Negara atau budaya yang lebih kuat bisa mendominasi budaya lain secara ekonomi dan sosial.
5. Tantangan Finansial

Tantangan finansial adalah hambatan yang berkaitan dengan keterbatasan sumber daya keuangan yang dimiliki seseorang atau keluarga untuk memenuhi kebutuhan dasar, termasuk pendidikan, kesehatan, dan kebutuhan lainnya. Dampaknya yaitu membatasi kemampuan untuk mengakses pendidikan berkualitas, menyebabkan kesulitan dalam memperoleh teknologi dan sumber belajar modern, dan membuat seseorang lebih rentan terhadap ketimpangan sosial dan ekonomi. Kehidupan modern cenderung memicu gaya hidup yang lebih konsumtif. Hal ini dapat menambah tekanan ekonomi pada keluarga, terutama jika pengeluaran lebih besar dari pendapatan.

6. Kemudahan Akses Informasi dan Pendidikan

Kemudahan akses informasi dan Pendidikan merupakan kemampuan individu untuk memperoleh pengetahuan, informasi, dan pendidikan dengan mudah dan cepat melalui berbagai media, termasuk teknologi digital, perpustakaan, sekolah, dan program pelatihan. Di sisi positif, teknologi modern memudahkan akses informasi dan pendidikan, sehingga keluarga dapat belajar dan berkembang bersama lebih mudah.

**Penerapan Konseling Keluarga Modern Dalam Menangani Permasalahan Keluarga Modern**

Keluarga merupakan tempat pertama pertumbuhan anak. Tentu pertumbuhan dan perkembangan perilaku dan kepribadian anak sangat dipengaruhi oleh pola pendidikan anak dalam keluarga, terutama pada periode pertama dalam kehidupannya sebagai masa pembentukan karakter. Pada masa tersebut perilaku anggota keluarga sangat berpengaruh dalam pembentukan karakter anak dan berimplikasi pada karakter mereka mendatang (Warsah, 2020). Didalam keluarga peran orang tua sangat penting bagi anak, orang tua adalah kontak sosial yang paling awal dan yang paling kuat. Akibatnya, orangtua menjadi

sangat penting di mata anak. Apa yang dikomunikasikan oleh orang tua pada anak lebih menancap daripada informasi lain yang diterima anak sepanjang hidupnya. Bagaimanapun perlakuan orang tua terhadap anak, anak menduga bahwa dirinya memang pantas diperlakukan begitu (Fadila, 2017).

Keluarga pada hakikatnya adalah wadah yang membentuk dan mempengaruhi kepribadian, sikap dan karakter anak. Seorang anak yang dilahirkan dan dibentuk dalam sebuah lingkungan keluarga yang harmonis dan mampu menjalankan fungsi–fungsi utama keluarga. Akan membuat anak merasakan betapa pentingnya keluarga dalam kehidupannya. Akan tetapi, untuk membentuk suatu keluarga yang harmonis dan mampu menjalankan tanggung jawab sebagai keluarga bukanlah hal yang mudah, banyak keluarga yang tidak dapat menjalankan fungsi sebagaimana mestinya. Ketidakmampuan keluarga ini akan dapat memicu permasalahan dalam keluarga yang salah satunya adalah perceraian. Perceraian adalah berakhirnya suatu pernikahan yang disebabkan oleh kegagalan dalam menjalankan obligasi peran dalam pernikahan.

Perceraian keluarga tidak terjadi begitu saja tanpa sebab yang jelas. Tanpa ada sebab tidak akan mungkin pernikahan yang dalam Al-Qur'an disebut ikatan yang kokoh akan diakhiri dengan perceraian. Bahkan dalam islam perceraian itu baru boleh dilakukan apabila ada sebab–sebab yang dibenarkan oleh syara'. Dalam hal ini perceraian tidak selalu disebabkan oleh satu peristiwa yang sama bagi setiap pasangan yang melakukan perceraian.

Ketidakmampuan keluarga dalam membina hubungan harmoni akan dapat memicu permasalahan dalam keluarga yang salah satunya adalah perceraian. Berdasarkan permasalahan yang kerap muncul dalam keluarga salah satunya adalah perceraian seperti yang tersebut diatas, maka untuk membantu penyelesaian permasalahan tersebut, konseling memberikan solusi yaitu dengan adanya suatu layanan konseling yang bersifat keluarga dalam mencari dan menciptakan kondisi psikologis yang serasi dan seimbang sehingga keluarga menjadi harmonis dan bahagia serta dapat menjalankan fungsi sebagaimana mestinya yaitu melalui konseling keluarga (Family Counseling).

Menurut Pujosuwarno, bahwa peran konseling keluarga adalah membantu anggota keluarga agar mampu bersikap toleransi, persepsi yang realistis, saling menguatkan antar anggota keluarga Dengan kata lain, bahwa adanya konseling keluarga

dapat membantu anggota keluarga untuk saling memahami serta mengembangkan rasa penghargaan dari seluruh anggota keluarga pada anggota yang lain.

Sedangkan menurut Latipun, mengemukakan bahwa peran konseling keluarga adalah menyokong anggota keluarga untuk mencapai keistimewaan dirinya, menjadi dirinya sebagai hal yang berbeda dari sistem keluarga.<sup>3</sup>

Seiring dengan hal tersebut, Elida Prayitno mengemukakan bahwa peran konseling keluarga adalah:

1. Membina cara mengambil keputusan yang rasional

Membina kondisi berfikir yang rasional dalam memahami tingkah laku sendiri dan akibatnya kepada hubungannya dengan pasangan dan mengambil keputusan untuk memecahkan masalah keluarga. Apabila dalam keluarga masing - masing anggota pasangan mengambil keputusan yang tidak rasional, maka bantuan konselor diperlukan untuk menciptakan pengambilan keputusan yang rasional. Dalam hal ini permasalahan yang kerap terjadi dalam keluarga adalah masalah latar pendidikan orang tua yang akan diberikan kepada anak. Oleh karena pendidikan sangat penting dalam membentuk kepribadian anak maka orang tua harus dapat memahami peran masing –masing. Jika hal tersebut terjadi sebaliknya pendekatan yang dapat konselor berikan adalah dengan menggunakan pendekatan sistem keluarga. Adanya pendekatan ini bertujuan untuk antara suami istri tidak dapat membebaskan dirinya dari peran masing – masing. Prosedur yang digunakan oleh konselor adalah dengan mengidentifikasi masalah yang dihadapi oleh klien agar teknik yang diberikan sesuai dengan kondisi permasalahan yang dihadapi oleh klien. Dalam artian konselor diharapkan dapat membantu masing – masing anggota keluarga agar menyadari penyimpangan tingkah laku, kematangan kepribadian yang belum dicapai, dan perlunya pemulihannya dalam menciptakan keluarga yang harmonis. Oleh karena itu, jika konseling dapat berjalan dengan sukses dapat membantu memperbaiki tingkah laku keluarga yang rasional dan mengambil keputusan yang rasional juga.

2. Memberikan pelatihan

Konseling keluarga berfungsi untuk melatih pasangan pernikahan melakukan teknik dan cara mengatasi permasalahan, seperti teknik dan cara berinteraksi dengan

---

<sup>3</sup> Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2003).

pasangan atau teknik pengambilan keputusan. Dalam hal ini keterkaitan permasalahan yang dialami adalah kurang harmonisnya hubungan inter dan antar anggota keluarga salah satunya adalah masalah komunikasi. Dalam keluarga ada kemungkinan terdapat beberapa pola komunikasi diantaranya dengan pola kesamaan (*Equality*) yang berarti antara suami isteri mempunyai kedudukan yang seimbang, tetapi ada kemungkinan terdapat pola komunikasi yang lainnya yaitu pola komunikasi yang masih ada keseimbangan antara suami istri tetapi masing-masing pihak mempunyai otoritas dalam bidang tertentu. Misalnya suami memiliki kredibilitas yang tinggi dalam hal politik, sedangkan istri mempunyai kredibilitas yang tinggi dalam hal ilmu. Permasalahan tersebut dapat diadakannya pemecahannya melalui konseling keluarga yaitu seorang konselor memberikan pendekatan yaitu pendekatan conjoint, yang bertujuan untuk membantu anggota keluarga mampu secara keseluruhan untuk permasalahan yang dihadapi dikomunikasikan kepada anggota keluarga yang lainnya.

### 3. Mediasi

Teknik mediasi menjadi penengah, dalam artian bahwa konselor dapat memberikan nasehat dengan alasan – alasan yang rasional agar pasangan memiliki kepribadian yang sehat. Permasalahan yang kerap terjadi adalah salah satunya masalah perceraian, misalnya faktor yang melatarbelakangi terjadinya perceraian tersebut dikarenakan adanya kekerasan dalam rumah tangga. Kekerasan dalam rumah tangga adalah Perbuatan (sikap /sifat) seseorang ataupun kelompok berupa ancaman, paksaan, penganiayaan di dalam suatu rumah tangga yang menyebabkan cedera fisik maupun psikis bahkan dapat menyebabkan kematian.

Dalam melaksanakan konseling keluarga terdapat prosedur yang dilakukan konselor sesuai dengan kebutuhan. Ada beberapa tahapan-tahapan yang dapat dilakukan oleh konselor untuk membantu mengentaskan permasalahan seperti yang tersebut diatas yaitu antara lain:

- a. Tahap Awal, yaitu tahap yang dilakukan klien menghubungi konselor. Dalam artian bahwa pada tahap ini klien ada kesepakatan dengan konselor dalam melakukan proses konseling. Dalam tahap ini klien ada yang datang secara sukarela kepada konselor dan ada yang datang tidak sukarela karena adanya dorongan dari orang lain.

- b. Tahap Keterlibatan, yaitu tahap keikutsertaan klien. Pada tahap ini konselor mulai mengikutsertakan klien secara verbal dan non verbal. Dalam artian bahwa, tahap ini konselor melakukan refleksi perasaan dengan memberikan penjelasan dan sebagainya terhadap klien.
- c. Tahap Pemahaman Masalah, yaitu tahap menetapkan masalah yang dialami oleh klien. Dalam hal ini, konselor harus jelas dan tepat dalam menetapkan apa masalahnya, siapa yang bermasalah, apa indikasinya terhadap apa-apa yang dikemukakan oleh klien.
- d. Tahap Menghubungkan, yaitu tahap konselor menentukan pola hubungan dalam menyelesaikan permasalahannya. Pada fase ini anggota keluarga akan menemukan data yang diperlukan untuk pemecahan masalahnya dan konselor dapat membina anggota keluarga itu berinteraksi dengan cara – cara yang dapat diikuti dalam kehidupan keluarga.
- e. Tahap Pertemuan, yaitu tahap menyusun hipotesis dan merumuskan langkah– langkah pemecahan. Pada tahap ini konselor membuat pola langsung atau memberi tugas yang telah disusun untuk diterapkan langsung untuk menyelesaikan masalah dalam perkawinan.
- f. Tahap Penentuan Tujuan, yaitu tahap keberhasilan usaha klien untuk kembali ke tingkah laku yang normal. Dalam artian bahwa klien dapat merelisasikan yang berkaitan dengan permasalahan yang dihadapinya, misalnya klien berusaha membangun komunikasi efektif, mengoptimalkan harga diri dan dapat membuat keluarga lebih saling ketergantungan.
- g. Tahap Akhir, yaitu tahap dimana setelah tercapainya tujuan konseling, maka di perlukannya proses pengakhiran hubungan konseling (Latipun, 2005).

Dalam prosedur konseling keluarga sesuai dengan langkah-langkah konseling tersebut sangat diperlukan pendekatan-pendekatan serta metode dan teknik- teknik konseling. Bahwa mengenai pendekatan, metode dan teknik dalam konseling keluarga pada dasarnya sama dengan konseling pada umumnya. Hanya saja perbedaan tersebut terletak dalam prakteknya yang berkemungkinan memerlukan teknik-teknik tersendiri sesuai dengan permasalahannya. Oleh karena itu, sangat dibutuhkan seorang konselor yang profesional dalam membantu klien.

Peran konseling keluarga dalam mengatasi permasalahan keluarga, adalah diantaranya: Rosmala Dewi et al., "Peran Konseling Keluarga Dalam Mengatasi Permasalahan Keluarga," *Proceeding: International Conference on Islamic Educational Guidance and Counseling*, December (2021): 115–28.

- 1) Memotivasi anggota keluarga belajar dan memahami bahwa dinamika keluarga merupakan hasil pengaruh hubungan sesama anggota keluarga;
- 2) Memotivasi anggota keluarga agar dapat menerima kenyataan bahwa pandangan, harapan maupun interaksi dengan anggota keluarga lain dapat memberikan pengaruh kepada salah satu anggota keluarga yang sedang mengalami masalah;
- 3) Keseimbangan dalam kehidupan berumah tangga bisa tumbuh dan berkembang dengan upaya melaksanakan konseling keluarga kepada anggota keluarga;
- 4) Mengoptimalkan kapasitas diri dari seluruh anggota keluarga kepada anggota keluarga yang lain;
- 5) Memotivasi anggota keluarga mendapatkan kesehatan fisik agar fungsi keluarga jadi maksimal.

### **Pembahasan**

Konseling keluarga adalah proses pemberian bantuan dan bimbingan kepada keluarga untuk membantu mereka mengatasi permasalahan dan mencapai keharmonisan. Konseling keluarga dapat membantu keluarga memahami dirinya sendiri dan lingkungan sekitar, serta mengembangkan potensi dirinya secara optimal. Dengan demikian, keluarga dapat menjadi lebih kuat dan stabil dalam menghadapi tantangan kehidupan.

Dampak kehidupan modern pada kehidupan keluarga meliputi perubahan pola komunikasi, waktu berkualitas bersama keluarga yang berkurang, perubahan peran dan tanggung jawab, pengaruh budaya global, dan tantangan finansial. Perubahan pola komunikasi dapat menyebabkan interaksi tatap muka menjadi kurang, sehingga keluarga perlu mencari cara untuk meningkatkan komunikasi yang efektif. Waktu berkualitas bersama keluarga yang berkurang dapat menyebabkan hubungan keluarga menjadi kurang erat, sehingga keluarga perlu meluangkan waktu bersama untuk meningkatkan keharmonisan.

Perubahan peran dan tanggung jawab dapat menyebabkan keluarga perlu menyesuaikan diri dengan perubahan nilai dan pola pikir yang lebih fleksibel dan dinamis. Pengaruh budaya global dapat memengaruhi nilai-nilai dan kebiasaan keluarga,

sehingga keluarga perlu memahami dan mengelola pengaruh tersebut dengan bijak. Tantangan finansial dapat menyebabkan keluarga perlu mengelola keuangan dengan lebih efektif dan efisien.

Penerapan konseling keluarga modern dapat membantu keluarga mengatasi permasalahan dan mencapai keharmonisan. Konselor dapat membantu keluarga memahami dirinya sendiri dan lingkungan sekitar, serta mengembangkan potensi dirinya secara optimal. Dengan demikian, keluarga dapat menjadi lebih kuat dan stabil dalam menghadapi tantangan kehidupan. Konseling keluarga dapat membantu keluarga meningkatkan komunikasi yang efektif, meningkatkan keharmonisan, dan mengelola permasalahan dengan lebih baik.

#### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Konseling keluarga adalah proses pemberian bantuan dan bimbingan kepada keluarga untuk membantu mereka mengatasi permasalahan dan mencapai keharmonisan. Konseling keluarga dapat membantu keluarga memahami diri sendiri dan lingkungan sekitar, serta mengembangkan potensi diri secara optimal. Dampak kehidupan modern pada kehidupan keluarga meliputi perubahan pola komunikasi, waktu berkualitas bersama keluarga yang berkurang, perubahan peran dan tanggung jawab, pengaruh budaya global, dan tantangan finansial. Penerapan konseling keluarga modern dapat membantu keluarga mengatasi permasalahan dan mencapai keharmonisan dengan cara membina cara mengambil keputusan yang rasional, memberikan pelatihan, dan mediasi. Konselor dapat menggunakan berbagai pendekatan dan teknik untuk membantu keluarga mengatasi permasalahan dan mencapai keharmonisan.

#### **DAFTAR REFERENSI**

- Dewi, R., Azizah, A., Mareska, S., Suriyanti, & Hartini. (2021). Peran Konseling Keluarga Dalam Mengatasi Permasalahan Keluarga. *Proceeding: International Conference on Islamic Educational Guidance and Counseling, December*, 115–128.
- Djamarah, S. B., & Zein, A. (2014). *Strategi Belajar mengajar*. Rineka Cipta.
- Fadila, H. (2017). Konsep Diri Anak Jalanan Di Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(1), 67–77. file:///C:/Users/Asus/Downloads/289-754-2-PB.pdf
- Ma'mur, J. (2010). *Panduan Efektif Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Diva Press.
- Munir, S. (2010). *Bimbingan Dan Konseling Islami* (Amzah (ed.)).

- Syahrudin. (2020). Pengaruh Teknologi Informasi Dan Komunikasi Terhadap Efektivitas Komunikasi Antarpribadi Mahasiswa. *Kareba: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 9(2), 308–315.
- Warsah, I. (2020). *Pendidikan Islam Dalam Keluarga*. Tunas Gemilang Press.