



## Dampak Pola Asuh Orang Tua Tunggal (Ibu) Terhadap Perkembangan Anak

**Nurul Atikah**

Universitas Islam Negeri Sjech M Djamil Djambek Bukittinggi

**Siti Aisyah**

Universitas Islam Negeri Sjech M Djamil Djambek Bukittinggi

**Dwi Putri Lestari**

Universitas Islam Negeri Sjech M Djamil Djambek Bukittinggi

**Hidayani Syam**

Universitas Islam Negeri Sjech M Djamil Djambek Bukittinggi

Alamat: Kampus

Korespondensi penulis: [20nurulatikah22@gmail.com](mailto:20nurulatikah22@gmail.com)

**Abstrak.** *Family Psychodynamics is a counseling approach that focuses on understanding the psychological dynamics in family relationships, especially conflicts and tensions arising from past experiences, with the aim of understanding relationship patterns, resolving conflicts, and improving relationships. This research uses a literature study approach. Literature study is a required activity in research, which aims to develop theoretical and practical aspects. The results of the study show that the three family counseling approaches can be applied in the Indonesian context to help families overcome problems and improve harmony. For example, family psychodynamics can help Indonesian families overcome conflicts arising from past experiences, such as rapid social and cultural changes. Behavioral counseling can help Indonesian families overcome behavioral problems in children and adolescents, such as juvenile delinquency. Structural family approach can help Indonesian families understand and overcome problems related to the roles and functions of family members in the context of Indonesian culture and tradition.*

**Keywords:** *Parenting Patterns; Single Parents; Mother*

**Abstrak.** Psikodinamika keluarga adalah pendekatan konseling yang berfokus pada pemahaman dinamika psikologis dalam hubungan keluarga, terutama konflik dan ketegangan yang berasal dari pengalaman masa lalu, dengan tujuan memahami pola relasi, mengatasi konflik, dan memperbaiki hubungan. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kepustakaan. Studi kepustakaan 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. Hasil penelitian menunjukkan bahwa. Ketiga pendekatan konseling keluarga tersebut dapat diaplikasikan dalam konteks Indonesia untuk membantu keluarga mengatasi masalah dan meningkatkan keharmonisan. Misalnya, psikodinamika keluarga dapat membantu keluarga Indonesia mengatasi konflik yang berasal dari pengalaman masa lalu, seperti perubahan sosial dan budaya yang cepat. Konseling behavioral dapat membantu keluarga Indonesia mengatasi masalah perilaku anak dan remaja, seperti kenakalan remaja. Pendekatan struktural keluarga dapat membantu keluarga Indonesia memahami dan mengatasi masalah yang terkait dengan peran dan fungsi anggota keluarga dalam konteks budaya dan tradisi Indonesia.

Kata Kunci: Pola Asuh; Orang Tua Tunggal; Ibu

### PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang memiliki peran penting dalam pembentukan karakter, kepribadian, serta kesejahteraan anggotanya. Namun, dalam perjalanan

hidupnya, keluarga tidak terlepas dari berbagai masalah dan konflik yang dapat memengaruhi keharmonisan serta fungsi keluarga secara keseluruhan. Permasalahan tersebut bisa muncul akibat komunikasi yang kurang efektif, perubahan peran anggota keluarga, tekanan ekonomi, hingga masalah psikologis yang dialami oleh salah satu atau beberapa anggota keluarga.

Dalam menghadapi berbagai tantangan tersebut, konseling keluarga menjadi salah satu upaya penting yang dapat membantu anggota keluarga untuk memahami, mengatasi, dan menyelesaikan masalah secara bersama-sama. Konseling keluarga bukan hanya berfokus pada individu, melainkan juga memperhatikan dinamika dan interaksi antar anggota keluarga sehingga solusi yang dihasilkan dapat lebih menyeluruh dan efektif (Ulfiah, 2021).

Namun demikian, penerapan konseling keluarga tidak dapat dilakukan secara sembarangan. Terdapat berbagai pendekatan konseling keluarga yang dikembangkan berdasarkan teori dan metode yang berbeda, seperti pendekatan sistemik, pendekatan psikodinamik, pendekatan naratif, dan lain-lain. Setiap pendekatan memiliki keunggulan dan keterbatasan tersendiri, sehingga pemilihan pendekatan yang tepat sangat penting untuk mencapai hasil yang maksimal dalam proses konseling.

Oleh karena itu, penting untuk memahami berbagai pendekatan konseling keluarga, bagaimana prinsip-prinsipnya diterapkan, serta kelebihan dan kekurangannya dalam konteks penanganan masalah keluarga. Dengan pemahaman yang mendalam, para konselor dapat memberikan layanan yang lebih tepat sasaran dan efektif, sehingga mampu membantu keluarga dalam memperbaiki komunikasi, meningkatkan hubungan antar anggota, serta mengatasi konflik yang terjadi.

## **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 PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Psikodinamika keluarga (psycodynamic family counseling)

#### 1. Pengertian

Psikodinamika keluarga adalah pendekatan konseling yang berfokus pada pemahaman dinamika psikologis yang mendasar dalam hubungan keluarga, terutama konflik dan ketegangan yang berasal dari pengalaman masa lalu, ketidaksadaran, dan pola hubungan yang terbentuk sejak awal. Pendekatan ini mengacu pada teori psikodinamik, yang menekankan pentingnya proses internal, motivasi bawah sadar, dan pengaruh masa lalu (terutama masa kanak-kanak) dalam membentuk perilaku dan interaksi antar anggota keluarga.

Konseling psikodinamika memberikan perhatian besar terhadap kemampuan konselor untuk menggunakan apa yang terjadi dalam hubungan antara klien dan konselor yang bersifat segera serta terbuka, untuk mengeksplorasi tipe perasaan dan dilema hubungan yang mengakibatkan kesulitan bagi klien dalam kehidupannya sehari-hari.

Konsep konseling psikodinamika mengajarkan konselor untuk memahami tentang ketakberfungsian pola-pola keluarga yang telah menyebabkan isu-isu pribadi yang tak terpecahkan di antara ayah, ibu dan anak gadisnya. Di dalam konseling keluarga, situasi yang tak menentu itu merupakan pola masa lalu yang terungkap di masa sekarang di dalam keluarga (Aulia et al., 2022).

Dalam konseling psikodinamika keluarga, konselor berusaha mengungkap konflik tersembunyi, perasaan yang tidak terselesaikan, dan pola komunikasi yang tidak sehat yang memengaruhi dinamika keluarga saat ini. Tujuannya adalah membantu anggota keluarga memahami akar permasalahan psikologis yang mendasari konflik mereka, sehingga mereka dapat mengubah pola perilaku dan hubungan yang merugikan, memperbaiki komunikasi, serta mencapai keseimbangan emosional dan hubungan yang lebih sehat.

Pendekatan ini biasanya melibatkan eksplorasi mendalam terhadap emosi, pengalaman masa lalu, dan hubungan interpersonal, serta bagaimana faktor-faktor tersebut memengaruhi interaksi keluarga secara keseluruhan.

Teori Psikodinamika menyarankan, bahwa untuk memahami klien, konselor perlu mengerti mindsets dan dinamika klinis dari klien. Konselor dapat melakukan proses identifikasi permasalahan yang dihadapi anggota keluarga lebih awal, sehingga dapat menyatukan keluarga melalui pengalaman. Konselor juga dapat lebih sensitif dan bekerja secara efektif agar anggota keluarga yang terlibat dapat memiliki kesiapan dan menyesuaikan dengan situasi yang akan dihadapinya.

#### 2. Tujuan Psikodinamika Keluarga

Pertama memahami pola relasi, membantu anggota keluarga memahami pola hubungan mereka yang sering kali dipengaruhi oleh konflik yang tidak terselesaikan di masa lalu. Kedua mengatasi konflik, pendekatan ini bertujuan untuk menyelesaikan konflik yang muncul akibat emosi atau pengalaman yang tidak disadari. Ketiga memperbaiki hubungan, menciptakan pola interaksi yang lebih sehat di antara anggota keluarga untuk meningkatkan kualitas hubungan (Syam et al., 2025).

#### 3. Faktor psikodinamik yang berperan dalam terapi keluarga

Perubahan-perubahan yang diharapkan dalam terapi psikodinamik bukan hanya perubahan pada factor-faktor umum (pengurangan demoralisasi dan simtom-simtom), tetapi juga melibatkan perubahan kepribadian atau perbaikan psikodinamik. Lima faktor psikodinamik yang diduga berperan dalam terapi keluarga adalah:

- a. Klien didorong untuk bebas tanpa takut mengeluarkan perasaan-perasaan dan fantasi-fantasinya.
  - b. Klien membawa harapan-harapan dan keinginan-keinginan yang tidak disadari ke dalam terapi, untuk mendapatkan bantuan.
  - c. Klien mencapai pembelajaran kognitif (insight) berdasarkan interpretasi interpretasi tertentu yang dibuat oleh konselor.
  - d. Konselor menangani klien melalui isyarat/tanda -tanda langsung maupun tak langsung (overt and covert) tentang persetujuan atau ketidaksetujuan konselor terhadap tingkah laku klien agar tingkah laku klien lebih berfungsi secara lebih sehat.
  - e. Begitu insight telah diraih atau dicapai baik pada konflik-konflik masa kanak kanak maupun pada manifestasi-manifestasi tranference, konselor mendorong klien untuk melakukan/mempraktekkan dan mengulangi tingkah laku-tingkah laku adaptif guna menggantikan tingkah laku patologis.
4. Penerapan Pendekatan Psikodinamika Keluarga
- a. Eksplorasi Masa Lalu Keluarga, Konselor mengajak anggota keluarga untuk menggali pengalaman masa lalu yang berpengaruh pada pola hubungan saat ini, seperti konflik yang tidak terselesaikan, trauma masa kecil, atau pola pengasuhan yang membentuk dinamika keluarga.
  - b. Mengungkap Konflik Tidak Sadar, Konselor membantu anggota keluarga mengenali perasaan dan konflik yang mungkin selama ini tidak disadari atau ditekan, yang memengaruhi perilaku dan komunikasi mereka sehari-hari.
  - c. Menganalisis Pola Interaksi, Konselor mengamati bagaimana anggota keluarga berinteraksi, mencari pola komunikasi yang berulang dan mungkin merusak, serta mencoba memahami fungsi psikologis dari pola-pola tersebut.
  - d. Menghadapi Emosi yang Terpendam, Konselor memfasilitasi anggota keluarga untuk mengekspresikan perasaan yang sulit, seperti kemarahan, kesedihan, atau rasa bersalah, dengan tujuan melepaskan ketegangan emosional dan membangun pengertian antar anggota.
  - e. Membangun Kesadaran dan Perubahan, Dengan pemahaman baru tentang akar masalah psikologis, anggota keluarga didorong untuk mengubah pola pikir dan perilaku yang merugikan demi terciptanya hubungan yang lebih sehat dan harmonis (Purwoko, 2020).

### **Psikodinamika keluarga perilaku sosial keluarga (Behavior social family counseling)**

#### **1. Pengertian**

Konseling behavioral merupakan bentuk adaptasi dari aliran psikologi behavioristik, yang menekankan perhatiannya pada perilaku yang tampak. Pada hakikatnya konseling merupakan sebuah upaya pemberian bantuan dari seorang konselor kepada klien, bantuan disini dalam pengertian sebagai upaya membantua orang lain agar ia mampu tumbuh kearah yang dipilihnya sendiri, mampu memecahkan masalah yang dihadapinya dan mampu menghadapi krisis-krisis yang dialami dalam kehidupannya.

Behavioral Theory menjadikan Perilaku sebagai sesuatu yang dipelajari, menekankan pentingnya konsekuensi perilaku dalam pemeliharaan dan kemunculan ulang. Tujuan

konseling behavioral yaitu menciptakan perilaku baru, menghapus perilaku yang tidak sesuai, dan memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.<sup>1</sup>

Ciri-ciri konseling behavioral yaitu kebanyakan perilaku manusia dipelajari, karena itu dapat dirubah, perubahan-perubahan khusus terhadap lingkungan individual dapat membantu dalam mengubah perilaku-perilaku yang relevan, Prosedur prosedur konseling berusaha membawa perubahan-perubahan yang relevan dalam perilaku klien dengan mengubah lingkungannya, keefektifan konseling dan hasil konseling dinilai dari perubahan dalam perilaku-perilaku khusus diluar wawancara prosedur-prosedur konseling, prosedur-prosedur konseling tidak statis, tetapatan ditentukan sebelumnya, tetapi dapat secara khusus didisain untuk membantu memecahkan masalah khusus.

Konseling Keluarga Dalam Pendekatan Behavioral. Di dalam terapi keluarga behavioral, ditekankan tentang bagaimana mengubah perilaku anggota keluarga / keluarga dengan memodifikasi gejala atau akibat dari suatu tindakan. Penekanan pada penghilangan perilaku yang tidak sesuai menjadi perilaku positif. Konseling keluarga dengan pendekatan behavioural adalah suatu pendekatan yang efektif dalam meningkatkan keharmonisan antara anggota keluarga. Pendekatan ini berlandaskan pada teori behavioristik yang menekan kanpentingqnya perilaku yang tampak dan dapat diamati. Dengan menggunakan beberap ateknik, seperti pengisian postess kalakomunikasi interpersonal, konseling keluarga denganpen dekatan behavioural dapat meningkatkan efektivitas komunikasi interpersonal, sehingga dapat meningkatkan keharmonisan dalam keluarga (Marliani, 2021).

Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa yang dimaksud dengan konseling behavioral adalah sebuah proses konseling (bantuan) yang diberikan oleh konselor kepada klien dengan menggunakan pendekatan-pendekatan tingkah laku (behavioral), dalam hal pemecahan masalah-masalah yang dihadapi serta penentuan arah kehidupan yang ingin dicapai oleh diri klien.

## 2. Tipe-tipe dalam terapi keluarga behavioral

### a. Latihan perilaku orang tua (behavioral parent training).

Menunjukan pada pelatihan keterampilan orangtua. Terapis membantu sebagai pendidik belajar sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk merubah respon orang tua terhadap anak-anaknya. Berubahnya respon orang tua, akan membuat perilaku anak pun berubah. Tipe ini menggunakan metode verbal dan perbuatan. Di dalam metode verbal mengandung intuksi verbal maupun tertulis. Tujuannya untuk mempengaruhi pikiran. Sedangkan metode perbuatan menggunakan teknik bermain peran ( role playing ), modelling dan latihan tingkah laku yang baik. Fokus utama pada perbaikan interaksi antara orang tua dan anak yang mengalami masalah.

#### 1) Terapi pernikahan / suami istri (marriage/ couples therapies and education).

Menurut Robert Liberman dan Richard Stuart terdapat empat komponen utama dalam terapi pernikahan/ suami istri di antaranya:

- a) Analisis perilaku dalam masalah suami istri, Analisis ini berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh terapis terhadap pasangan, jawaban-jawaban dari angket yang diberikan, dan pengamatan terhadap perilaku keluarga.
- b) Pembalasan yang positif. Membangun teknik pemikiran yang positif dengan ‘caring day’ dan “contingency contracts”, “caring day” hari dimana anggota keluarga saling memperhatikan. “contingency contracts”.

---

<sup>1</sup> Wardah Nuronyah, *Psikologi Keluarga*, (Depok: Cv. Zenius Publisher, 2023), Hal 182

- c) Pelatihan keterampilan berkomunikasi. Pasangan belajar menggunakan kata 'saya' dalam kalimat untuk mengekspresikan perasaan-perasaan mereka. Mereka belajar tentang masalah-masalah "here and now" yang mereka miliki, dan kemudian merenungkan hal-hal pada masa lalu. Selanjutnya mereka mulai menggambarkan perilaku suami/istri dengan spesifik. Di akhir latihan, pasangan dapat memberikan feedback positif terhadap perilaku pasangan.
- d) Latihan memecahkan masalah, Komponen ini melengkapi pasangan dengan keterampilan memecahkan masalah, seperti menyebutkan (secara jelas) apa yang mereka inginkan, kemudian merundingkannya dengan pasangan, serta membuat kesepakatan (Siregar, 2024).

### **Pendekatan structural keluarga ( Structural family counseling)**

#### **1. Pengertian**

Pendekatan structural keluarga adalah metode untuk memahami dan menangani masalah perilaku dalam konteks keluarga. Minuchin menjelaskan bahwasanya konseling keluarga struktural didasarkan pada konsep bahwasanya keluarga lebih dari biopsikodinamik anggotanya, setiap anggota keluarga saling berinteraksi sesuai dengan pengaturan yang telah ditentukan, yang mengatur transaksi di dalam keluarga.

Pendekatan struktural dalam keluarga memandang bahwasanya tiap-tiap anggota keluarga pada dasarnya memiliki peran dan fungsi sesuai dengan kedudukannya di dalam keluarga yang menunjang keutuhan dari keluarga tersebut. Dalam Glading dijelaskan bahwa konseling keluarga struktural menurut Minuchin memandang bahwasanya manusia memiliki sifat struktural dalam dirinya. Artinya, dengan adanya struktur dalam keluarga maka anggota keluarga tersebut dapat mengatur dirinya sendiri dan berhubungan dengan anggota lainnya.

Adanya struktur akan memengaruhi orang-orang dalam keluarga, membuatnya makin buruk atau baik. Jika strukturnya hierarki, orang saling berhubungan baik dengan orang lain. Namun, jika tidak ada struktural dalam keluarga atau strukturnya kecil, perkembangan dalam keluarga atau peristiwa yang terjadi dapat menimbulkan ketegangan, ketakutan, kekacauan, dan disfungsi keluarga, yang mengarahkan keluarga tersebut ke dalam krisis.

#### **2. Tujuan dalam konseling keluarga structural**

Secara umum, tujuan dari konseling keluarga struktural adalah mengembalikan fungsi dan peran anggota keluarga sebagaimana mestinya. Minuchin menjelaskan bahwa tujuan konseling keluarga struktural adalah untuk menyusun kembali struktur dan kepaduan dalam keluarga serta memperbaiki perpecahan yang terjadi dalam keluarga. Keluarga akan diarahkan untuk melihat realitas, mempertimbangkan alternatif pemecahan masalah dalam keluarga. Anggota keluarga juga diharapkan dapat mengembangkan pola hubungan baru dan struktur akan penguatan dalam keluarga menjadi lebih baik.

Menurut Dallos & Draper memaparkan bahwasanya tujuan konseling keluarga struktural pada dasarnya adalah adanya perubahan yang dilakukan pada struktur organisasi keluarga akan mengubah perilaku simptomatik. Begitu aturan sistem keluarga berubah, demikian juga perilaku. Implikasinya adalah bahwa ketika struktur keluarga berubah, setiap anggota keluarga juga berubah dalam hal peran, pengalaman, dan identitas mereka.

Berdasarkan tujuan di atas dapat disimpulkan tujuan konseling keluarga struktural adalah untuk mengubah sistem interaksi yang menjadi sebab sumber masalah dalam sebuah keluarga.

3. Prinsip-prinsip dasar terapi keluarga structural

Ada tiga prinsip utama dalam teori sistem, yaitu penyebab sirkular, ekuipotensialitas dan komplementer. Penyebab sirkular mengatakan bahwa satu pemicu masalah akan menimbulkan masalah pertama dan masalah pertama akan menimbulkan masalah kedua, dst. Ekuipotensialitas mengatakan bahwa setiap bagian dari suatu sistem akan mempengaruhi bagian yang lainnya. Komplementer adalah setiap tingkah laku akan melengkapi tingkah laku lainnya.

4. Tahapan dalam konseling keluarga structural

Sebelum melakukan konseling keluarga struktural, ada beberapa hal yang diperhatikan sehingga proses konseling dapat dilakukan secara efektif. Willis menjelaskan berdasarkan pendekatan struktural, sebelum melakukan praktik khususnya intervensi terhadap anggota keluarga, maka perlu terlebih dahulu melakukan assessment (taksiran, penilaian) terhadap pola interaksi keluarga saat itu (the current interactional patterns of family). Konselor keluarga harus memahami dan mengembangkan konsep masalah dengan baik. Selain itu, juga diusahakan untuk memahami pandangan umum keluarga mengenai masalah itu, terutama dari perspektif individu-individu memandang masalah tersebut.

Goldenberg & Goldenberg (2008) mengemukakan terdapat empat tahapan dalam konseling keluarga struktural sebagai berikut:

a. *Joining and Accommodating*

Konselor berpartisipasi bersama keluarga dan mengikuti gaya, jarak emosional serta pola komunikasi keluarga dalam membangun hubungan konseling.

b. *Assesing family interaction*

Konselor mengobservasi tingkat fleksibilitas daya adaptasi keluarga terhadap perubahan dan melihat bagaimana anggota keluarga berperan dalam menyelesaikan konflik dalam keluarganya. Konselor menyusun road map keluarga dalam membantu keluarga untuk menghilangkan pola-pola interaksi yang gagal dan membangun pola baru yang sesuai dengan konteks perkembangan keluarga pada saat itu. Konselor juga mempelajari koalisi, afiliasi, dan sifat konflik keluarga, serta bagaimana keluarga menyelesaikan konflik. Di sini turut bermain struktur organisasi keluarga, batasan, dan alur perilaku. Konselor bisa membuat family mapping untuk membantunya menggambarkan pola interaksi yang kompleks.

c. *Monitoring family dysfunctional sets*

Bersamaan dengan terbangunnya pengertian, konselor terus memonitor pola interaksi yang baru muncul dan sedang berkembang, yang masih rawan kembali pada pola lama. Berikut merupakan hal yang perlu dilakukan konselor.

d. *Restructuring transactional patterns*

Konselor membantu keluarga melakukan reframing, yaitu mengubah makna asal dari suatu peristiwa atau situasi, meletakkannya dalam konteks yang baru sehingga tercapai makna yang lebih menguatkan resiliensi keluarga (Hafizha, 2022).

Structural family therapy yang dapat memperbaiki sistem keluarga terutama pola komunikasi dan peran anggota keluarga. Terapi ini membantu subjek dalam memperbaiki disfungsi yang terjadi dalam struktur keluarga. Keluarga menjadi lebih terbuka, hangat, jujur, menjaga perasaan masing-masing, berkomunikasi dengan lebih baik, memperjelas peran dan batasan anggota keluarga. Peraturan-peraturan tertutup dan terbuka dan hierarkinya harus dimengerti dan dirubah untuk membantu penyesuaian keluarga pada situasi yang baru (Saputri, 2021).

## **Pembahasan**

Integrasi pendekatan psikodinamika, behaviorial, dan struktural dalam konseling keluarga dapat meningkatkan efektivitas intervensi keluarga di Indonesia. Pendekatan psikodinamika memungkinkan pemahaman mendalam tentang dinamika psikologis keluarga, sementara pendekatan behaviorial membantu mengubah perilaku maladaptif melalui teknik penguatan positif dan penghapusan perilaku tidak sesuai. Pendekatan struktural memfasilitasi pemahaman tentang struktur keluarga dan peran masing-masing anggota, sehingga meningkatkan komunikasi dan kerja sama.

Dalam konteks Indonesia, integrasi ketiga pendekatan ini dapat membantu keluarga mengatasi masalah kompleks yang terkait dengan perubahan sosial dan budaya yang cepat. Dengan demikian, konselor dan praktisi keluarga dapat meningkatkan kemampuan adaptasi keluarga dan mengatasi masalah yang dihadapi, sehingga meningkatkan kualitas hubungan antar anggota keluarga dan keharmonisan keluarga.

Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengembangkan model konseling keluarga yang efektif dan berbasis bukti, sehingga dapat meningkatkan kualitas layanan konseling keluarga di Indonesia. Oleh karena itu, penting bagi konselor dan praktisi keluarga untuk terus mengembangkan dan mengaplikasikan ketiga pendekatan ini dalam praktik konseling keluarga di Indonesia.

Konseling behaviorial keluarga dapat menjadi sangat relevan dan efektif dalam konteks Indonesia, mengingat pentingnya keluarga dan hubungan interpersonal dalam budaya Indonesia. Dalam masyarakat Indonesia, keluarga sering dianggap sebagai unit sosial yang sangat penting, dan keharmonisan keluarga dianggap sebagai kunci untuk mencapai kebahagiaan dan kesuksesan.

Namun, dalam kenyataan di Indonesia, banyak keluarga yang menghadapi masalah seperti konflik interpersonal, kekerasan dalam rumah tangga, dan masalah perilaku anak. Oleh karena itu, konseling behaviorial keluarga dapat menjadi salah satu solusi untuk membantu keluarga mengatasi masalah-masalah tersebut.

Dalam prakteknya, konseling behaviorial keluarga di Indonesia dapat menghadapi beberapa tantangan, seperti kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya konseling keluarga, kurangnya sumber daya dan fasilitas konseling yang memadai, serta perbedaan budaya dan nilai-nilai yang dapat mempengaruhi efektivitas konseling.

Namun, dengan meningkatnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental dan keharmonisan keluarga, konseling behaviorial keluarga dapat menjadi semakin populer dan efektif dalam membantu keluarga Indonesia mengatasi masalah-masalah yang dihadapi. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya konseling keluarga, serta meningkatkan sumber daya dan fasilitas konseling yang memadai.

Pendekatan struktural keluarga dapat sangat relevan dalam konteks Indonesia, mengingat pentingnya keluarga dan hubungan interpersonal dalam budaya Indonesia. Dalam masyarakat Indonesia, keluarga sering dianggap sebagai unit sosial yang sangat penting, dan keharmonisan keluarga dianggap sebagai kunci untuk mencapai kebahagiaan dan kesuksesan.

Namun, dalam kenyataan di Indonesia, banyak keluarga yang menghadapi masalah seperti konflik interpersonal, kekerasan dalam rumah tangga, dan masalah perilaku anak. Oleh karena itu, konseling keluarga struktural dapat menjadi salah satu solusi untuk membantu keluarga mengatasi masalah-masalah tersebut.

Dalam prakteknya, konseling keluarga struktural di Indonesia dapat menghadapi beberapa tantangan, seperti kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya konseling keluarga,



kurangnya sumber daya dan fasilitas konseling yang memadai, serta perbedaan budaya dan nilai-nilai yang dapat mempengaruhi efektivitas konseling.

Namun, dengan meningkatnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental dan keharmonisan keluarga, konseling keluarga struktural dapat menjadi semakin populer dan efektif dalam membantu keluarga Indonesia mengatasi masalah-masalah yang dihadapi. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya konseling keluarga, serta meningkatkan sumber daya dan fasilitas konseling yang memadai.

Konseling keluarga struktural dapat membantu keluarga di Indonesia mengatasi masalah yang timbul dari perubahan sosial dan budaya, seperti urbanisasi dan modernisasi, dengan memperbaiki struktur dan pola interaksi keluarga. Dengan demikian, keluarga dapat meningkatkan kualitas hubungan antar anggota keluarga, meningkatkan kemampuan adaptasi, dan mengatasi masalah yang terkait dengan perubahan sosial dan budaya. Konseling ini dapat membantu keluarga menjadi lebih harmonis, komunikatif, dan efektif dalam mencapai tujuan yang diinginkan, sehingga meningkatkan kualitas hidup keluarga dan masyarakat secara keseluruhan. Melalui konseling keluarga struktural, keluarga dapat memperoleh dukungan dan bimbingan untuk menghadapi tantangan perubahan sosial dan budaya, serta meningkatkan kemampuan untuk mengatasi masalah dan mencapai tujuan yang diinginkan.

## KESIMPULAN

Tiga pendekatan konseling keluarga yang efektif dalam membantu keluarga meningkatkan keharmonisan dan mengatasi masalah adalah psikodinamika, behavioral, dan struktural. Pendekatan psikodinamika memahami dinamika psikologis keluarga dan membantu mengidentifikasi pola hubungan yang tidak sehat. Pendekatan behavioral membantu mengubah perilaku yang tidak diinginkan dan mempromosikan perilaku yang positif. Pendekatan struktural memperbaiki struktur dan pola interaksi keluarga, sehingga keluarga dapat berfungsi dengan lebih baik. Dengan menggunakan ketiga pendekatan ini, keluarga dapat memperoleh manfaat yang signifikan, seperti meningkatkan komunikasi, mengurangi konflik, dan meningkatkan keharmonisan. Oleh karena itu, konselor dan praktisi keluarga dapat menggunakan ketiga pendekatan ini untuk membantu keluarga mencapai tujuan yang diinginkan dan meningkatkan kualitas hubungan antar anggota keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, F., Sutajaya, I. M., & Suja, I. W. (2022). Konseling Psikodinamik Dengan Menerapkan Nilai Tri Hita Karana Untuk Meningkatkan Attachment (Kelekatan) Anak Perempuan Pada Ayahnya. *JKP (Jurnal Konseling Pendidikan)*, 6(2), 112–130. <https://doi.org/10.29408/jkp.v6i2.7669>
- Hafizha, R. (2022). Konseling Keluarga Struktural sebagai Salah Satu Pendekatan Konseling dalam Mengembalikan Peran dan Fungsi Anggota Keluarga. *Journal of Education and Counseling (JECO)*, 2(2), 217–227. <https://doi.org/10.32627/jeco.v2i2.530>
- Magdalena, Endayana, B., Pulungan, A. I., Maimunah, & Dalimunthe, N. D. (2021). *Metode Penelitian Untuk Penulisan Laporan Penelitian Dalam Ilmu Pendidikan Agama Islam*. Literasiologi.
- Marliani. (2021). Penerapan Metode Konseling Behavioral Dalam Mengelola Dan Meningkatkan Kedisiplinan BelajarSiswa Pada SMKN 5 Palangka Raya,. *Prosiding Webinar Nasional*

*IAHN-TP Palangka Raya.*

- Purwoko, B. (2020). *Pendekatan Konseling*. (: CV.Pena Persada. CV Pena Persada.
- Saputri, H. R. (2021). Structural family therapy untuk memperbaiki interaksi dalam keluarga. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 9(3), 113–118. <https://doi.org/10.22219/procedia.v9i3.16454>
- Siregar, R. (2024). Konseling Keluarga dalam Pendekatan Behavioral dalam Mengatasi Masalah Keluarga. *Al-Murabbi Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 216–234.
- Syam, H., Fasmawati, R., & Sonia, S. (2025). Pendekatan-Pendekatan Konseling Keluarga. *RISOMA : Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*.
- Ulfiah, U. (2021). Konseling Keluarga untuk Meningkatkan Ketahanan Keluarga. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 69–86. <https://doi.org/10.15575/psy.v8i1.12839>