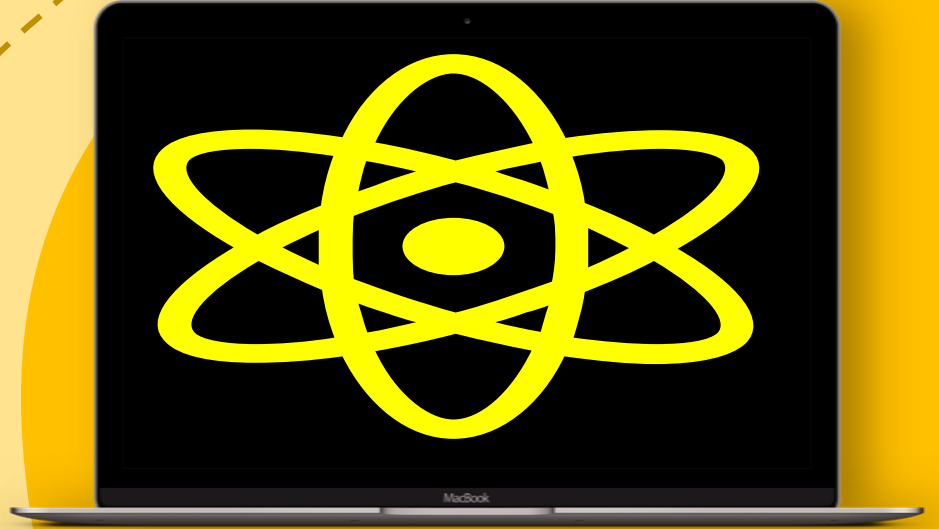


Hallo! ♥





KONSELING DALAM PERNIKAHAN

01 Defenisi Konseling

Menurut Gladding, konseling adalah hubungan pribadi antara konselor dengan klien atau konseli. Dalam hubungan pribadi tersebut, konselor membantu konseli untuk memahami diri sendiri di setiap keadaan, baik sekarang maupun di masa yang akan datang. Konseli dapat menggunakan potensi-potensi yang dimilikinya untuk kesejahteraan pribadi maupun masyarakat (Kertamuda, 2009: 2).

Sementara, konseling pernikahan diartikan sebagai terapi untuk pasangan suami-istri.

02 Tujuan Konseling dalam Pernikahan

Adapun tujuan dari konseling pernikahan adalah

1. Untuk membantu pasangan suami-istri agar saling memahami dan saling menghargai perbedaan,
2. Dapat menyelesaikan permasalahan yang ada secara sehat, dan
3. Dapat meningkatkan hubungan dan komunikasi yang positif bagi suami-istri.

Selain itu, konseling atau terapi dalam pernikahan dapat meningkatkan stabilitas pernikahan, mengurangi konflik dan mencegah perceraian (Kertamuda, 2009: 128).

03 Tahapan Konseling dalam Pernikahan

Ada 3 (tiga) tahapan yang harus dilalui agar konseling berjalan sesuai dengan yang diharapkan, yaitu :

1. **Tahap pertama**, menciptakan hubungan (relating) antara konselor dengan konseli, berupa kerjasama diantara keduanya untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi konseli.
2. **Tahap kedua**, pemahaman (understanding). Dalam tahap ini konselor dan konseli perlu meningkatkan pemahamannya terhadap permasalahan pernikahan/keluarga yang sedang ditanganinya.
3. **Tahap ketiga**, perubahan (changing). Maksudnya adalah adanya perubahan pada diri konseli dalam mengatasi masalah-masalah yang sedang dihadapinya secara lebih efektif dibanding sebelumnya (Kertamuda, 2009: 125).

04 Latar Belakang diperlukannya Konseling dalam Pernikahan

Ada beberapa hal yang melatarbelakangi diperlukannya konseling pernikahan, sebagai berikut : (Walgito, 2004: 7-9) :

1. Masalah perbedaan individu.
2. Masalah kebutuhan individu.
3. Masalah perkembangan individu.
4. Masalah latar belakang sosio-kultural.

05 Prosedur konseling Pernikahan/keluarga

Prosedur untuk memberikan konseling pernikahan/keluarga perlu memperhatikan beberapa faktor, yakni : (Keramuda, 2009: 123)

1. Pengumpulan informasi atau data tentang pasangan dan keluarga.
2. Mempergunakan informasi yang telah dimiliki. Setelah data-data yang dibutuhkan diperoleh, langkah selanjutnya adalah beberapa pertanyaan yang terkait dengan data/informasi tersebut.
3. Memastikan bahwa keluarga atau pasangan suami-istri yang sedang menghadapi masalah dan juga konselor siap untuk lebih terbuka pada perubahan yang akan terjadi.

06 Pendekatan dan teknik konseling pernikahan/keluarga

Menurut Gladding (1992) terdapat 5 pendekatan yang dapat digunakan dalam konseling pernikahan sebagai berikut : (Kertamuda, 2009: 128-137)

1. Pendekatan Sistem Keluarga menurut Bowen (Bowen Family System). Teori ini memfokuskan pada dua kekuatan, yakni kebersamaan (togetherness) dan keunikan (individuality).
2. Teori Psikoanalisis (psychoanalysis theory). Teori ini berpusat pada hubungan yang terjadi dalam pernikahan (object relation), yakni cara orang-orang membentuk ikatan, baik antarsatu dengan yang lain maupun antarsesuatu yang berasal dari luar.

3. Teori Pembelajaran Sosial (social learning theory). Teori ini merupakan salah satu bentuk teori yang berdasarkan pada behaviorisme, yang menekankan pada belajar dan modeling. Dalam konseling pernikahan, fokus teori ini ada pada meningkatkan kemampuan dan hubungan pada saat ini. Peristiwa yang terjadi pada masa lalu yang mengganggu hubungan suami istri bukan merupakan faktor utama dalam teori ini.

4. Teori Struktural dan Strategi (structural strategic theory). Teori ini mendasarkan pada keyakinan bahwa membantu pasangan beradaptasi terhadap gejala-gejala ketidakberfungsian peran dalam pernikahan.

5. Teori Emotif Rasional (rational emotive theory). Konsep dasar dari teori ini adalah bahwa manusia secara alamiah dilahirkan dengan potensi berpikir rasional. Teori ini menekankan pada pasangan sebagai individu yang seringkali dilanda pada perilaku spesifik yang terjadi dalam hubungannya dengan pasangan, yakni perilaku yang didasarkan pada pikiran rasional dan pikiran irasional.

07 Teknik Dasar Konseling Pernikahan

Penguasaan teknik dasar konseling pernikahan merupakan keterampilan penting yang harus dimiliki oleh konselor. Berikut beberapa teknik dasar konseling pernikahan, antara lain : (Kertamuda, 2009: 152-161).

1. Mendengarkan secara aktif (*active listening*).
2. Fokus dan mengikuti (*focusing and following*).
3. Menggali lebih dalam (*probing*).
4. Kejelasan (*clarification*), merupakan kata-kata atau kalimat-kalimat yang isinya sama dengan apa yang disampaikan konseli.
5. Konfrontasi (*confronting*). Artinya ada kesenjangan atau kontradiksi yang terjadi dalam diri konseli yang harus ditunjukkan oleh konselor.
6. Mengarahkan (*teaching*). Maksudnya ketrampilan konselor untuk mengarahkan pembicaraan dari satu topik ke topik yang lain secara langsung.
7. Keterbukaan diri (*self disclosure*), merupakan sifat pribadi yang penting, dan merupakan teknik yang penting dalam konseling.

08 Peran Konselor dalam Pernikahan

Konselor pernikahan perlu memiliki kriteria tertentu, sehingga penanganan keluarga bermasalah berjalan sesuai dengan yang diharapkan, yakni profesional.

Peran konselor dalam pernikahan

Berikut beberapa peran yang biasanya dijalankan oleh konselor pernikahan, sebagai berikut : (Kertamuda, 2009: 177-181)

1. Mediator
2. Pembimbing dan Penasehat.
3. Penyelamat Hubungan Pernikahan

09 Fungsi Konseling dalam Pernikahan

1. Fungsi preventif dalam interaksi kehidupan perkawinan diarahkan pada upaya antisipasi terjadinya masalah, dengan berbagai varian model dan penyebabnya.
2. Fungsi kuratif dalam interaksi kehidupan perkawinan diarahkan pada bagaimana sikap individu memandang masalah yang sedang dihadapi. Pada kondisi ini, individu diarahkan untuk menemukan reframing terhadap problem yang dialaminya.
3. Fungsi preservatif diarahkan sebagai upaya meningkatkan kualitas kehidupan perkawinan, sehingga keteraturan dan kesesuaian tanggung jawab dan peran masing-masing anggota dapat dijalankan secara efektif.
4. Fungsi advokatif diarahkan pada perlindungan masing-masing anggota keluarga dalam kehidupan perkawinan.
5. Fungsi developmental diarahkan pada penguatan kapasitas kehidupan perkawinan, dan pemberdayaan potensi keluarga.

Kesimpulan

Problem ketidakharmonisan keluarga banyak dialami para keluarga. Perlu upaya penanganan ketidakharmonisan keluarga, salah satunya konseling pernikahan. Tujuan dari konseling pernikahan adalah untuk membantu pasangan suami-istri agar saling memahami dan saling menghargai perbedaan, dapat menyelesaikan permasalahan yang ada secara sehat, dan dapat meningkatkan hubungan dan komunikasi yang positif bagi suami-istri. Berdasarkan pada fungsi konseling pernikahan, orientasi kegiatannya tidak hanya sebagai penanganan masalah melainkan terdiri dari fungsi pereventif, kuratif, preservatif, advokatif, dan developmental (Febrini, 2011:14-16).



Thank you! 

Any Question?