



YAYASAN KEPERAWATAN YOGYAKARTA AKADEMI KEPERAWATAN "YKY"

KAMPUS : JL. PATANGPULUHAN, SONOSEWU, NGESTIHARJO
KASIHAN, BANTUL, YOGYAKARTA TELP./FAX.(0274) 450691

SK BAN-PT : NOMOR.896/SK/BAN-PT/Akred/PT/XI/2020

SK LAM-PTKes : NOMOR.0390/LAM-PTKes/Akr/Dip/XI/2020

SURAT TUGAS

NO : 492.A/KP.04.06/AKPER YKY/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tri Arini, S.Kep.Ns.,M.Kep
Jabatan : Direktur
NIK : 1141 03 052

Dengan ini menugaskan :

1. Nama : Eddy Murtoyo, S.Kep.Ns.,M.Kep
NIK : 1141 99 032
Jabatan : Dosen
2. Nama : Tenang Aristina, S.Kep.Ns.,M.Kep
NIK : 1141 10 151
Jabatan : Dosen
3. Nama : Dwi Juwartini, SKM.,M.PH
NIK : 1141 98 027
Jabatan : Dosen

Untuk melaksanakan tugas publikasi Efek Terapi Keluarga dalam Menurunkan Kecemasan pada Anak pada Jurnal Keperawatan Akper YKY Yogyakarta Volume 15 Nomor 1 Juni 2023 Tahun Akademik 2022/2023 yang diselenggarakan pada:

Periode : Semester Genap T.A. 2022/2023
Tempat : Akper YKY Yogyakarta

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 5 Juni 2023

Direktur

Tri Arini, S.Kep.Ns., M.Kep

NIK : 1141 03 052



ISSN 2356-265X

JURNAL KEPERAWATAN

Volume 15. No. 1. Juni 2023

Studi Kasus: Tindakan Perawatan Stoma Pada Pasien Ca Rectum Post Kolostomi dengan Gangguan Integritas Jaringan di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta

Dita Suharman, Dwi Wulan Minarsih, Retno Koeswandari

Meningkatkan Nilai Ankle Brachial Index (ABI) dengan Latihan Senam Khaki Diabetik

Agus Sarwo Prayogi, Aisyah Kusumaningrum, Rokhib Aryadi, Tri Arini

Efek Terapi Keluarga dalam Menurunkan Kecemasan pada Anak

Eddy Murtoyo, Tenang Aristina, Dwi Juwartini

Kepatuhan Pemeriksaan Berhubungan dengan Kestabilan Kadar Glukosa Darah Penyandang Diabetes Mellitus Tipe 2

Aisah Khusnul Isma'iyah, Abdul Majid, Agus Sarwo Prayogi, Tri Arini

Studi Kasus: Edukasi Kesehatan Pengelolaan Tuberculosis pada Keluarga dengan Manajemen Kesehatan Tidak Efektif di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon I Bantul Yogyakarta

Rizki Nur Rahmawati, Rahmita Nuril Amalia, Christiana Endang Daruwati, Eddy Murtoyo

Pengaruh Penyuluhan Pola Makan Gizi Seimbang dengan Media Leaflet terhadap Pengetahuan dan Tindakan Ibu Balita Stunting di Posyandu Desa Sembung Kecamatan Wedi Kabupaten Klaten

Dwi Juwartini

Jurnal
Keperawatan

Volume 15

Nomer 01

Juni 2023

ISSN : 2356-265X

Diterbitkan oleh Pusat PPM
Akademi Keperawatan "YKY" Yogyakarta

SUSUNAN PENGELOLA JURNAL KEPERAWATAN AKPER “YKY” YOGYAKARTA

Penasihat:

Direktur Akper YKY Yogyakarta

Penanggung jawab:

Kepala Pusat Penelitian & Pengabdian Masyarakat

Pimpinan Redaksi:

Dewi Kusumaningtyas, S.Kep, Ns., M.Kep

Administrasi & IT:

Rahmadika Saputra, S.Kom

Bendahara:

Sri Sutanti Lestari

Editor :

Tri Arini, S.Kep., Ns., M.Kep
(Akper “YKY” Yogyakarta)
Dewi Murdiyanti PP, M.Kep., Ns., Sp. KMB
(Akper “YKY” Yogyakarta)
Dwi Wulan M, S.Kep., Ns., M.Kep
(Akper “YKY” Yogyakarta)
Rahmita Nuril A, S.Kep., Ns., M.Kep
(Akper “YKY” Yogyakarta)
Yayang Harigustian, S.Kep., Ns., M.Kep
(Akper “YKY” Yogyakarta)
Venny Diana, S.Kep., Ns., M.Kep
(Akper “YKY” Yogyakarta)
Tenang Aristina, S.Kep., Ns., M.Kep
(Akper “YKY” Yogyakarta)
Dr. Sri Handayani, S.Pd., M.Kes
(STIKes YO Yogyakarta)
Widuri, S.Kep, Ns., M.Med., Ed
(STIKes Guna Bangsa Yogyakarta)

Alamat Redaksi

Jl. Patangpuluhan Sonosewu Ngestiharjo
Kasihani Bantul Yogyakarta
Telp (0274) 450691 Fax (0274) 450691
Email: akper_yky@yahoo.com
Website :
www.ejournal.akperkyjogja.ac.id/index.php/yky

Jurnal Keperawatan mempublikasikan artikel hasil karya ilmiah dalam bidang keperawatan yang meliputi sub bidang keperawatan dasar, keperawatan dewasa, keperawatan anak, keperawatan maternitas, keperawatan gerontik, keperawatan jiwa, keperawatan komunitas, manajemen keperawatan dan pendidikan keperawatan. Jenis artikel yang diterima redaksi adalah hasil penelitian dan ulasan tentang iptek keperawatan (tinjauan kepustakaan dan lembar metodologi).

Naskah atau manuskrip yang dikirim ke Jurnal Keperawatan adalah karya asli dan belum pernah dipublikasi sebelumnya. Naskah yang telah diterbitkan menjadi hak milik redaksi dan naskah tidak boleh diterbitkan lagi dalam bentuk apapun tanpa persetujuan dari redaksi. Naskah yang pernah diterbitkan sebelumnya tidak akan dipertimbangkan oleh redaksi.

Naskah harus ditulis dalam bahasa Indonesia, dengan judul dan abstrak dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris dengan format seperti yang tertuang dalam panduan ini. Penulis harus mengikuti panduan di bawah ini untuk mempersiapkan naskah yang akan dikirim ke redaksi. Semua naskah yang masuk akan disunting oleh dua mitra bestari.

Format Manuskrips:

1. Manuskrip ditulis tidak melebihi 2500-3000 kata, jenis huruf Times New Roman dalam ukuran 11 pt dengan 1,25 spasi, ukuran kertas A4, batas tulisan pada margin kiri 4 cm, kanan 3 cm, atas 3 cm, bawah 3 cm
2. Nomor halaman ditulis pada pojok kanan bawah
3. Panjang artikel minimal 8 halaman dan maksimal 15 halaman
4. Setiap halaman diberi nomor secara berurutan dimulai dari halaman judul sampai halaman terakhir.
5. Naskah diketik dan disimpan dalam format RTF (RichText Format) atau Doc

PEDOMAN PENULISAN ARTIKEL BAGI PENULIS JURNAL KEPERAWATAN

- **Judul.**
 - ✓ Berisi judul artikel dan tidak menggunakan singkatan,
 - ✓ Judul tidak boleh lebih dari 14 kata
 - ✓ Judul ditulis dengan huruf besar pada awal kalimat
 - ✓ Nama latin dan istilah yang bukan bahasa Indonesia ditulis dengan huruf miring.
- **Data Penulis.**
 - ✓ Nama lengkap penulis (tanpa singkatan dan tanpa gelar), lembaga dan alamat lembaga penulis (termasuk kode pos).
 - ✓ Untuk korespondensi penulis lengkapi dengan nomor telepon dan alamat *e-mail*.
- **Abstrak.**
 - ✓ Abstrak ditulis dalam bahasa Indonesia
 - ✓ Jumlah kata tidak melebihi 200 kata, tidak ada rujukan
 - ✓ Dengan kalimat pendahuluan yang jelas terdiri atas dua atau tiga kalimat yang menjelaskan latar belakang penelitian.
 - ✓ Selanjutnya diikuti dengan uraian mengenai masalah atau tujuan riset dan metode.
 - ✓ Hasil yang ditulis adalah hasil penelitian yang diperoleh untuk menjawab masalah penelitian secara langsung.
 - ✓ Tuliskan satu atau dua kalimat untuk mendiskusikan hasil dan kesimpulan.
 - ✓ Penyunting mempunyai hak untuk menyunting abstrak dengan alasan untuk kejelasan naskah.
- **Kata Kunci.**
 - ✓ Kata kunci berisi maksimal 5 kata yang penting atau mewakili isi artikel.
 - ✓ Dapat digunakan sebagai kata penelusuran (*searching words*)
- **Pendahuluan.**
 - ✓ Tulislah latar belakang penelitian dan jelaskan penelitian terkait yang pernah dilakukan.
 - ✓ Nyatakan satu kalimat pertanyaan (masalah penelitian) yang perlu untuk menjawab seluruh kegiatan penelitian yang dilakukan penulis.
- **Metode.**
 - ✓ Pada bagian ini penulis perlu menjelaskan secara rinci agar penyunting dapat menjawab beberapa pertanyaan berikut : (i) apakah penelitian ini eksperimental atau eksplorasi, (ii) apakah metode diuraikan dengan cukup rinci sehingga penelitian dapat direplikasi, (iii) jika penelitian anda menggunakan metode penelitian sebelumnya, uraikanlah metode tersebut secara ringkas. Jika anda membuat modifikasi, uraikanlah bagian yang anda modifikasi, (iv) tuliskan jumlah sampel dan berikan penghargaan dari mana anda memperoleh sampel tersebut, (v) uraikan mengenai etika pengambilan data dan *informed consent* bila menggunakan data atau sumber dari manusia
- **Hasil**
 - ✓ Nyatakan hasil yang diperoleh berdasarkan metode yang digunakan
 - ✓ Jangan menuliskan rujukan pada bagian hasil
 - ✓ Semua data yang diberikan pada bagian hasil harus ditampilkan dalam bentuk tabel atau grafik
 - ✓ Judul tabel diletakkan di atas tabel, sedangkan judul gambar diletakkan di bagian bawah gambar
 - ✓ Tabel diberi nomor urut sesuai urutan penampilan, begitu pula gambar.
- **Pembahasan**
 - ✓ Buatlah uraian pembahasan dari hasil riset dengan cara membandingkan data yang diperoleh saat ini dengan data yang diperoleh pada penelitian sebelumnya
 - ✓ Berikan penekanan pada kesamaan, perbedaan ataupun keunikan dari hasil yang anda peroleh. Jelaskan mengapa hasil riset anda seperti itu
 - ✓ Akhiri pembahasan dengan menggunakan riset yang akan datang yang perlu dilakukan berkaitan dengan topik tersebut.
- **Simpulan dan Saran**
 - ✓ Simpulan dan saran ditarik dari hasil dan bahasan dengan mengacu pada tujuan penelitian
- **Ucapan Terima Kasih (bila perlu).**
 - ✓ Dapat dituliskan nama instansi atau perorangan yang berperan dalam pelaksanaan penelitian
- **Rujukan.**
 - ✓ Rujukan hanya memuat artikel yang telah dipublikasi dan dipilih yang paling relevan dengan masalah naskah.
 - ✓ Cara penulisan rujukan mengikuti gaya pengutipan “nama-nama” (*APA Style*).
 - ✓ Semua rujukan yang tertulis dalam daftar rujukan harus dirujuk di dalam naskah.
 - ✓ Penulis harus dirujuk di dalam kurung menggunakan format : (Potter & Perry, 2006) atau Potter & Perry (2006).
 - ✓ Gunakan nama penulis pertama “*et al*”, bila terdapat lebih dari enam penulis

JURNAL KEPERAWATAN

Volume 15, No. 1, Juni 2023

Daftar Isi

Studi Kasus: Tindakan Perawatan Stoma Pada Pasien <i>Ca Rectum</i> Post Kolostomi Dengan Gangguan Integritas Jaringan Di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta	1
<i>Dita Suharman, Dwi Wulan Minarsih, Retno Koeswandari</i>	
Meningkatkan Nilai <i>Ankle Brachial Index</i> (ABI) Dengan Latihan Senam Kaki Diabetik	6
<i>Agus Sarwo Prayogi, Aisyah Kusumaningrum, Rokhib Aryadi, Tri Arini</i>	
Efek Terapi Keluarga Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Anak	16
<i>Eddy Murtoyo, Tenang Aristina, Dwi Juwartini</i>	
Kepatuhan Pemeriksaan Berhubungan Dengan Kestabilan Kadar Glukosa Darah Penyandang Diabetes Mellitus Tipe 2	22
<i>Aisah Khusnul Isma'iyah, Abdul Majid, Agus Sarwo Prayogi, Tri Arini</i>	
Studi Kasus: Edukasi Kesehatan Pengelolaan Tuberculosis Pada Keluarga Dengan Manajemen Kesehatan Tidak Efektif di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon I Bantul Yogyakarta	31
<i>Rizki Nur Rahmawati, Rahmita Nuril Amalia, Christiana Endang Daruwati, Eddy Murtoyo</i>	
Pengaruh Penyuluhan Pola Makan Gizi Seimbang Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Tindakan Ibu Balita Stunting Di Posyandu Desa Sembung Kecamatan Wedi Kabupaten Klaten	37
<i>Dwi Juwartini</i>	

Efek Terapi Keluarga Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Anak

Eddy Murtoyo¹, Tenang Aristina², Dwi Juwartini³

Akademi Keperawatan YKY Yogyakarta
email: murtoyeddy@gmail.com

Abstrak

Komunikasi merupakan hal yang penting dalam sebuah keluarga. Masalah yang seringkali terjadi adalah komunikasi yang tidak efektif antara anak dan orang tua, karena ketidakmampuan anak menyampaikan pesan kepada orang tua dengan tepat. Ketidakmampuan komunikasi dengan baik akhirnya menciptakan pola komunikasi tidak efektif. Anak memiliki pikirannya sendiri. Orang tua secara terbuka mencoba memahami pesan dari anaknya. Masalah tersebut dapat diatasi melalui intervensi terapi keluarga, dimana terapi ini berfokus pada keadaan saat ini dan perubahan perilaku. Hasil penerapan prosedur terapi keluarga dapat memperbaiki pola komunikasi antara orang tua dan anak. Anggota keluarga berusaha berkomunikasi dengan baik dan ingin memahami masalah.

Kata kunci: terapi keluarga, kecemasan, anak.

Abstract

Communication is important in a family. The problem that often occurs is ineffective communication between children and parents, due to the inability of children to convey messages to parents appropriately. The inability to communicate properly eventually creates ineffective communication patterns. Children have a mind of their own. Parents openly try to understand messages from their children. These problems can be overcome through family therapy interventions, where this therapy focuses on current conditions and behavior changes. The results of implementing family therapy procedures can improve communication patterns between parents and children. Family members try to communicate well and want to understand problems.

Keywords: family therapy, anxiety, children.

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit dasar dimana setiap anggotanya dapat berkembang secara fisik, emosional, mental dan sosial (Lestari, 2012). Keluarga merupakan lingkungan social pertama, tempat dimana anak menajalani kehidupan, belajar tentang nilai, norma, budaya dan agama. Anak harmonis lahir dari keluarga harmonis dan anak tidak harmonis lahir dari keluarga sumbang (Kardinah, 2018). Komunikasi yang baik akan membangun hubungan yang baik antar anggota keluarga, sebaliknya komunikasi tidak terjalin dengan baik maka dapat menimbulkan kesalahpahaman dan perbedaan persepsi (Lestari, 2012). Kesalahpahaman dalam berkomunikasi dapat pula menimbulkan konflik yang terjadi karena menggunakan gaya komunikasi yang salah. Setiap keluarga, terdapat konflik antara

orang tua dan anak yang tidak dapat dihindari, konflik tersebut diidentifikasi sebagai suatu perselisihan dan argumen yang menentang satu sama lain (Nelson et al, 2014). Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa apabila dalam sebuah keluarga tidak terjalin komunikasi yang efektif maka akan terjadi masalah dalam keluarga tersebut.

Dalam komunikasi keluarga, tujuan komunikasi adalah untuk menginformasikan, menasihati, mendidik dan menyenangkan anak berdasarkan kepentingan orang tua. Anak berinteraksi dengan orang tua untuk mendapatkan masukan dan saran. Komunikasi antar anggota keluarga terjadi sedemikian rupa sehingga keharmonisan berkuasa dalam keluarga. Setiap interaksi dalam keluarga dapat mengubah perilaku anggota keluarga, sehingga apapun masalahnya harus didiskusikan dengan hati-hati untuk mencari solusi yang baik (Wahyu, 2017).

Saat ini permasalahan yang sedang ditemukan adalah ketidakmampuan orang tua dan pengasuh memahami pesan yang disampaikan anak dengan kemampuan komunikasi anak yang tidak efektif kepada orang tuanya. Anak mengatakan bahwa ibunya sering marah-marah di rumah setelah pulang dari bekerja, anak selalu bilang kalo ibunya masih mengerjakan tugas-tugas kantor selama ada di rumah. Hal tersebut membuat anak membenci ibunya. Anak mengatakan bahwa ibu tidak mengerti perasaan anak dan dianggap tidak mau mendengarkan anak. Ibu sering mengajak bicara anak tetapi anak tetap saja mudah marah sedangkan ayah jarang berkomunikasi secara langsung karena berada di luar kota. Berdasarkan dari permasalahan tersebut, intervensi yang dapat diberikan untuk permasalahan komunikasi yang dialami oleh subjek saat ini adalah terapi keluarga.

Hasil penelitian sebelumnya mengatakan bahwa terapi keluarga dapat meningkatkan dan menciptakan pola komunikasi yang baik dalam keluarga. Terapi keluarga yang diberikan kepada keluarga subjek selama empat sesi membuat hubungan komunikasi antara anggota keluarga satu sama lainnya menjadi lebih baik, di antaranya yaitu menjadi terbuka dengan keluh kesah masing-masing anggota keluarga yang dipendam, selain itu masing-masing anggota keluarga mampu membentuk perilaku baru yang telah disepakati walaupun dari beberapa tugas rumah belum dilakukan (Wahyu, 2017).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Kriteria partisipan dalam penelitian ini adalah keluarga dengan anak remaja yang memiliki masalah kecemasan dan keluarga pernah mengikuti terapi keluarga. Jumlah partisipan

penelitian ini berjumlah satu orang. Teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi.

HASIL

Keluarga terdiri dari ayah, ibu dan satu anak perempuan. Ayah berusia 43 tahun bekerja sebagai pegawai BUMN yang tidak bisa tinggal bersama keluarganya karena harus bekerja di luar kota. Ayah pulang sekitar 2 bulan sekali. Ibu berusia 35 tahun dan merupakan seorang ASN. Orang tua sangat memperhatikan segala kebutuhan anak, baik kebutuhan sehari-hari maupun pendidikan. Orang tua cenderung menuruti setiap keinginan anaknya. Orang tua selalu ingin mengarahkan segala aktivitas anak. Keluarga mengikuti aturan yang cukup ketat yang ditujukan untuk memberi manfaat bagi anak tunggal mereka. Sejak kecil, anak diasuh oleh pengasuh dan kakek nenek mereka yang tinggal di kota lain. Anak usia 11 tahun adalah anak tunggal dan cucu pertama. Karena orang tuanya sibuk bekerja, anak sangat dekat dengan pengasuh, kakek nenek, serta bibi dan paman yang kebetulan belum punya anak.

Ibu sering pulang sore setiap hari, sedangkan ayah sering berkomunikasi melalui telepon saat berada di luar kota. Anak mulai terlihat mudah tersinggung, sedikit-sedikit protes, dan keluarga tidak mengerti penyebab kemarahan anak tersebut. Anak sering protes kepada pengasuhnya saat bermain, anak marah karena pengasuh selalu mengikuti anak kemanapun anak pergi, anak merasa sudah besar dan bisa menjaga diri sendiri. Saat belajar, anak sering kesal karena pengasuh menemani sambil bermain *handphone*. Anak menuntut perhatian penuh pengasuh. Anak juga sering kesal ketika ibu pulang, tetapi masih berurusan dengan urusan kantor seperti komunikasi telepon dll.

Sifat lekas marah anak juga dikeluhkan oleh pengasuhnya. Selama ini anak berganti pengasuh

minimal 5 kali. Sebelumnya, anak minta pindah sekolah karena menurutnya di sekolah yang lama itu terlalu sulit. Berangkat pagi dan pulang sore dengan tugas yang terlalu banyak. Kemudian anak pindah ke sekolah negeri. Di sekolah baru, anak mengaku senang karena pulang lebih awal dari sekolah dan tidak terlalu banyak tugas. Setelah pindah sekolah, ternyata perilaku marahnya masih sama dan justru meningkat. Konflik antara orang tuapun terjadi. Ayah menginginkan istrinya berhenti bekerja karena menurutnya kesibukannya membuat dia kurang memperhatikan anak. Sementara itu, sang ibu berpikir bahwa sang anak membutuhkan peran seorang ayah tetapi tidak dapat memenuhinya, karena ayah bekerja di luar kota dan jarang pulang.

Kerumitan itu semakin terasa ketika sang anak mulai berani berkata kasar kepada pengasuh bahkan kepada sang ibu. Anak menganggap tidak ada yang mau mendengarkannya. Setiap orang sibuk dengan urusannya masing-masing. Anak mulai mengungkapkan ekspresi kebencian kepada semua orang di sekitarnya. Anak mulai membenci sikap ibunya dan menjadi marah kepada ayahnya karena tidak menjalankan tugasnya dengan baik sebagai kepala keluarga karena jarang berada di rumah. Situasi ini membuat sedih dan bingung orang tua. Sampai saat ini ayah dan ibu sering berkomunikasi dengan anak dan meminta maaf karena tidak selalu berada di dekatnya, namun hal tersebut tidak mengubah sikap anak terhadap orang tuanya.

Komunikasi dalam keluarga tidak efektif karena tidak ada yang mampu memahami keinginan anak. Anak merasa semua orang tidak mengerti maksudnya padahal anak merasa sudah menyampaikan pikiran dan pendapatnya. Tidak ada anggota keluarga yang mengerti apa yang telah terjadi. Ibu menjadi sangat bingung dan sedih, ayah dan anggota keluarga lainnya seperti kakek nenek dan pengasuh juga bingung dan tidak

mengerti masalah yang membuat anak sangat marah.

Intervensi yang dapat dilakukan adalah terapi keluarga yang bertujuan untuk memperbaiki pola komunikasi ayah, ibu dan anak. Beberapa penelitian menjelaskan bahwa terapi keluarga dapat meningkatkan dan menciptakan pola komunikasi yang baik dalam keluarga (Wahyu, 2017). Terapi keluarga dapat membantu keluarga memperbaiki pola komunikasi yang sebelumnya terhambat.

Berdasarkan hasil pengkajian, pola komunikasi bermasalah antara anak dan orang tua terjadi karena orang tua tidak mampu memahami masalah yang terjadi pada anak. Anak tiba-tiba marah saat ibu pulang kerja, sedangkan ayah tidak bisa selalu bertemu dengan anak karena sering di luar kota yang membuat anak semakin marah. Hal itu membuat anak semakin membenci ibu dan pengasuhnya. Mengetahui keadaan tersebut, ayah mencoba berbicara dengan anaknya namun tetap tidak dapat memahami masalah yang membuat sang anak marah. Hal ini membuat semua keluarga sedih dengan sikap anaknya.

Prognosis untuk masalah keluarga ini baik, hal ini terlihat pada keluarga yang kooperatif saat menyampaikan informasi, mampu bekerja sama dengan baik dan memiliki keinginan untuk berubah menjadi lebih baik.

Cara kerja terapi keluarga semua anggota keluarga diperkenalkan dan pendapat masing-masing keluarga diminta. Langkahnya adalah menjelaskan kepada keluarga alasan mengapa mereka harus berpartisipasi, memberi setiap keluarga kesempatan untuk berbicara dimulai dengan anggota keluarga yang netral. Fase interaksi yaitu meminta komentar dari setiap anggota keluarga yang hadir kemudian meminta keluarga untuk mendiskusikan masalah tersebut bersama-sama, setelah itu ditentukan perubahan yang diinginkan yaitu terapis menengahi masalah

ketika semua anggota keluarga menyadari masalah yang muncul dan terapis menanyakan perubahan apa yang bisa diharapkan.

Sesi terapi keluarga adalah sebagai berikut:

Sessi 1: Fase Sosial Pada sesi pertama, Terapis memperkenalkan dirinya dan perannya sebagai terapis. Terapis membangun suasana yang kondusif dan nyaman untuk anggota keluarga agar mereka merasa nyaman mengikuti terapi dan untuk memberikan gambaran proses selanjutnya. Terapis bertanya kepada setiap anggota keluarga dan terapis tidak memihak. Tujuan dari sesi fase sosial adalah untuk mengetahui pendapat tentang masalah dalam keluarga.

Sessi 2: Fase Masalah Pada sesi kedua, fase masalah, terapis menggali masalah secara detail untuk setiap anggota dan tidak memberikan saran. Tujuan dari sesi fase masalah adalah untuk membiasakan semua anggota keluarga dengan masalah tersebut.

Sessi 3: Fase Komunikasi Pada fase ketiga, terapis dan semua anggota keluarga bersama-sama mendiskusikan masalah dalam keluarga dan kemudian mencoba memahami dan menemukan masalah pada anak.

Sessi 4: Mendefinisikan permasalahan Dalam mendefinisikan sesi perubahan yang diinginkan, terapis mendefinisikan masalah secara khusus berdasarkan informasi yang diperoleh pada sesi sebelumnya. Terapis kemudian mengajak keluarga untuk menemukan permasalahan yang sebenarnya. Tujuan dari sesi ini adalah agar anggota keluarga dapat mendefinisikan masalah bersama dan menemukan titik temu permasalahan.

Sessi 5: Menutup Wawancara Di akhir sesi wawancara, terapis memberikan tugas kepada semua anggota keluarga untuk diselesaikan di luar sesi terapi. Perubahan perilaku yang diharapkan menjadi tanggung jawab setiap anggota untuk membawa perubahan dalam keluarga.

Sessi 6 : Evaluasi Perubahan Pada sesi ini, terapis mengevaluasi perubahan dari sesi sebelumnya, apakah dapat diterapkan dalam keluarga untuk meningkatkan hubungan keluarga, serta melihat kelebihan dan kekurangan masing-masing anggota dalam menjalankan tugasnya. Terapis memberikan nasehat agar setiap anggota dapat menciptakan komunikasi yang baik antar anggota. Sesi ini bertujuan untuk melihat perubahan yang terjadi pada setiap anggota keluarga.

Sessi 7: Penutupan Pada sesi ini, terapis menutup sesi terapi keluarga dan memberikan dukungan. Terapis memberikan penilaian terhadap seluruh sesi yang telah selesai. Usai terapi, terapis menanyakan tentang perasaan antar anggota dan mendiskusikan manfaat yang dicapai selama proses terapi, setelah itu terapis menyelesaikan kegiatan terapi dari awal hingga akhir.

PEMBAHASAN

Pola komunikasi bermasalah antara anak dan orang tua terdiri dari komunikasi yang kurang efektif karena anak tidak mampu mengenali dan mengkomunikasikan masalah. Anak tersebut tidak dapat secara langsung menjelaskan kepada orang tuanya alasan kemarahannya kepada ibunya, sehingga ia menjadi semakin marah kepada ibunya. Orang tua juga melakukan hal yang serupa, ibu tidak mengerti alasan mengapa anaknya membenci mereka dan hanya berusaha untuk bersama anaknya sambil mengerjakan tugas lain. Ayah tahu bahwa anak marah kepada orang tuanya, tetapi juga tidak dapat memahami penyebab masalahnya.

Hasil setelah terapi keluarga, pola komunikasi antara anak dan orang tua semakin terbuka. Anak dan orang tua berkomunikasi langsung satu sama lain tentang apa yang diharapkan masing-masing anggota keluarga selama ini. Anak tahu bahwa orang tuanya sangat menyayanginya, dan ibu

menyesal karena sikapnya dianggap tidak mampu memahami anaknya. Ibu meminta maaf kepada anaknya, ibu menjelaskan bahwa dia lelah ketika pulang kerja dan masih bekerja setelah jam kerja di kantor, yang sering membuat anak marah.

Terapi keluarga yang diberikan kepada keluarga mampu meningkatkan komunikasi antar anggota keluarga, termasuk keterbukaan, pengakuan keluhan dan pemenuhan harapan dari setiap anggota keluarga. Keluarga mengalami kemajuan komunikasi efektif antara orang tua dan anak setelah beberapa intervensi terapi keluarga. Perubahan tersebut terlihat dari kemampuan orang tua memahami maksud kemarahan anak. Anak mengatakan bahwa selama di sekolah baru (SD Negeri) anak sering diejek teman-temannya karena sering ketahuan diantar oleh sopir ketika berangkat ke sekolah, ia malu ketika bermain di lingkungan rumahnya karena selalu diawasi dan ditemani oleh pengasuhnya. Anak merasa berbeda dengan teman lainnya dan sering ditertawakan.

Berdasarkan hasil tersebut orang tua dan anak mampu menciptakan komunikasi terbuka sebagai solusi untuk memecahkan masalah yang muncul dan disepakati bersama. Perubahan terjadi antara orang tua dan anak, perubahan tersebut adalah komunikasi yang efektif antara orang tua dan anak. Mereka mampu menyampaikan pendapat dan keinginan masing-masing untuk menemukan masalah dan mencari solusi dengan meningkatkan komunikasi dan memahami kebutuhan masing-masing anggota keluarga. Hal ini membuktikan bahwa terapi keluarga dapat memperbaiki pola komunikasi antara orang tua dan anak menjadi efektif.

Hasil intervensi menunjukkan bahwa terapi keluarga dapat memperbaiki pola komunikasi antara orang tua dan anak. Model komunikasi yang tidak efektif seringkali membuat anak marah dan membenci ibu dan pengasuhnya. Hal ini dikarenakan orang tua yang tidak mampu

memahami keluhan anak. Komunikasi yang berulang tapi tidak menemukan masalah utamanya.

Terapis dan semua subjek dapat lebih mendalami masalah anak yang marah kepada ibunya karena teman-temannya di sekolah sering mengolok-oloknya. Ibu yang awalnya mengira anaknya marah karena kurangnya perhatian orang tua menyadari alasan sebenarnya, mereka mengetahui bahwa anaknya marah kepada teman sekolahnya. Orang tua dan anak menyadari bahwa sampai saat ini komunikasi dalam keluarga tidak efektif. Anggota keluarga akhirnya mendefinisikan masalah bersama dan mencoba menyepakati perubahan.

Terapi keluarga dapat memperbaiki pola komunikasi antara orang tua dan anak. Keluarga yang bermasalah harus segera menemukan solusi dengan baik dengan cara komunikasi efektif pada semua anggota keluarga sehingga setiap anggota keluarga dapat mengembangkan pola perilaku baru yang telah disepakati. Setiap anggota keluarga didorong untuk memahami situasi satu sama lain.

KESIMPULAN

Terapi keluarga dapat memperbaiki pola komunikasi orang tua dan anak. Permasalahan dalam keluarga dikarenakan orang tua yang tidak mampu memahami keinginan anak dan anak juga tidak mampu memberikan penjelasan dengan baik terhadap permasalahan yang dihadapinya, sehingga komunikasi antar anggota keluarga tidak terjalin dengan baik. Intervensi yang diberikan adalah terapi keluarga dengan tujuan untuk menghasilkan komunikasi yang efektif di dalam keluarga. Keluarga sebaiknya memperhatikan karakter dan sifat anak sehingga dapat membantu memahami perilaku anak yang muncul.

SARAN

Saran yang diberikan kepada masing-masing anggota keluarga adalah anggota keluarga dapat

saling memahami kondisi masing-masing anggota keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Lestari, S. (2012). *Psikologi keluarga penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Kencana
- Kardinah, N. (2018). Keluarga dan problematikanya menuju keluarga sakinah (tinjauan dalam perspektif marital psikologi). *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 109–120. <https://doi.org/10.15575/psy.v1i1.2171>.
- Nelson, J. A., O'Brien, M., Grimm, K. J., & Leerkes, E. M. (2014). Identifying mother-child interaction styles using a person-centered approach. *Social Development*, 23(2), 306–324. <https://doi.org/10.1111/sode.12040>
- Wahyu, U. (2017). Strategic family therapy untuk memperbaiki komunikasi dalam keluarga di Nganjuk. *Journal An-Nafs*, 2(2), 140–153
- Pertiwi, C. (n.d.). *Peran Keluarga dalam Terapi Perilaku Kognitif Terhadap Gangguan Kecemasan dan Ketakutan Pada Anak*.

