



Penerapan Strategic Family Therapy (Problem Solving Therapy) Untuk Partner Relational Problem

Eka Indah Nurmawati¹, Fenty Nahdliyyati Choirunnisa²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang. Jl. Terusan Raya Dieng No. 62-64
eka.nurmawati@unmer.ac.id¹, fentynahdliyyati@gmail.com²

ABSTRAK

Kata Kunci:

Keluarga
Partner Relational Problem
Strategic Family Therapy

Keluarga merupakan kelompok sosial dalam masyarakat yang paling kecil serta berpengaruh besar terhadap perkembangan sosial dan kepribadian pada setiap anggota keluarga. Interaksi antar pribadi yang terjadi dalam keluarga ini ternyata berpengaruh terhadap keadaan bahagia atau tidak bahagia pada salah seorang atau beberapa anggota keluarga lainnya. Permasalahan keluarga yang tidak bahagia karena *Partner Relational Problem* juga terlihat pada subyek penelitian. Subyek pada penelitian ini adalah ibu rumah tangga berusia 27 tahun. Studi ini bertujuan untuk membantu subyek mencari solusi penyelesaian *Partner Relational Problem* melalui *Strategic Family Therapy* yang difokuskan kembali melalui *Problem Solving Therapy* terhadap subyek. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian *case study* (studi kasus) yang bersifat deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Intervensi yang dilakukan terdiri dari dua sesi *Strategic Family Therapy*. Setelah dilakukan intervensi, terdapat perubahan yang terjadi pada subyek beserta suaminya dalam menyikapi suatu permasalahan, subyek dan suaminya dapat mendefinisikan permasalahan yang dialami menurut pandangan masing-masing, subyek dan suaminya mengetahui hal-hal yang dapat dilakukan untuk keadaan yang lebih baik.

ABSTRACT

Keyword:

Family
Partner Relational Problem
Strategic Family Therapy

The family is the smallest social group in society and has a major influence on the social and personality development of each family member. The interpersonal interactions that occur in this family have an effect on the happy or unhappy state of one or several other family members. Unhappy family problems due to Partner Relational Problems are also seen in the research subjects. The subjects in this study were housewives aged 27 years. This study aims to help subjects find solutions to solve Partner Relational Problems through Strategic Family Therapy which is refocused through Problem Solving Therapy on subjects. The method used in this research is a qualitative approach with a descriptive case study type. Data collection techniques using observation and interviews. The intervention consisted of two sessions of Strategic Family Therapy. After the intervention, there were changes that occurred to the subject and her husband in responding to a problem, the subject and her husband were able to define the problems experienced according to their respective views, the subject and her husband knew things that could be done for a better situation.



PENDAHULUAN

Keluarga merupakan kelompok sosial dalam masyarakat yang paling kecil serta berpengaruh besar terhadap perkembangan sosial dan kepribadian pada setiap anggota keluarga. Sebagai kelompok yang paling kecil dalam masyarakat, keluarga membutuhkan kelompok tersendiri dan perlu memiliki kepala rumah tangga sebagai pemimpin yang mengarahkan proses perjalanan hidup keluarga selain beberapa anggota keluarga lainnya. Keluarga yang terdiri dari ayah, ibu dan anaknya merupakan suatu kesatuan yang kuat apabila terdapat hubungan baik antara ayah-ibu, ayah-anak dan ibu-anak [1].

Hubungan baik ini nampak ketika terdapat kesesuaian dalam hubungan keluarga serta timbal balik antar semua pribadi dalam keluarga. Keadaan bahagia (harmonis) dapat ditandai dengan adanya interaksi yang cukup baik dan komunikasi yang efektif didalam sebuah keluarga, namun demikian dapat dikatakan kurang bahagia (disharmonis) ketika ditandai kurangnya interaksi dan komunikasi dengan beberapa anggota keluarga yang lainnya [2]. Selain itu sebuah keluarga juga dapat dikatakan harmonis ketika seluruh anggota keluarga merasa bahagia yang ditandai dengan berkurangnya kekakuan, kekecewaan dan puas terhadap seluruh keadaan dan keberadaan dirinya (eksistensi atau aktualisasi diri) yang meliputi beberapa aspek diantaranya fisik, mental, emosi dan sosial seluruh anggota keluarga. Begitupu sebaliknya, keluarga disebut disharmonis ketika terdapat satu orang atau beberapa orang anggota keluarga yang kehidupannya diliputi dengan konflik, kekakuan, kekecewaan serta tidak pernah merasa puas dan bahagia terhadap kondisi dan situasi [3].

Permasalahan keluarga yang tidak bahagia (disharmonis) karena *Partner Relational Problem* juga terlihat pada subyek penelitian. Berdasarkan hasil wawancara dengan subyek, suami subyek bekerja dibengkel dan penghasilannya sering di buat mabuk-mabukkan, tidak tercukupi kebutuhan sehari-hari secara finansial, sehingga membuat subyek dan suami serta anak-anaknya bergantung pada orang tua subyek, suami tidak mau mendengarkan nasehat subyek untuk berubah agar tidak mabuk-mabukan dan lebih bertanggung jawab kepada subyek dan anak-anaknya, namun pada saat subyek menasehati suaminya selalu marah-marah.

Permasalahan yang dihadapi subyek tersebut dapat dijelaskan menurut teori *Cybernetics* dikemukakan oleh Norbert Weiner yang dikembangkan oleh Scrivener. Merupakan teori yang memiliki konsep utama untuk mendapatkan *feedback* menggunakan *loops* (berbagai putaran) atau susunan sistem putaran yang rumit dalam jaringan yang menjelaskan arus informasi. Sistem pengontrol secara otomatis akan bermanfaat, sehingga satu putaran informasi minimal akan menghasilkan *feedback* [4]. Melalui teori *Cybernetics* yang dikembangkan menjadi terapi keluarga oleh Gregory Bateson dengan menggunakan konsep *circularity causality*, bahwa permasalahan dipandang sebagai bagian dari serangkaian tingkah laku sirkular yang kaku, berulang dan



berlangsung terus-menerus dalam interaksi keluarga, juga menerapkan ilmu pengetahuan *Cybernetics* pada pola komunikasi keluarga [5].

Pendekatan tersebut dikembangkan oleh Jay Haley melalui *Strategic Family Therapy* yang difokuskan kembali melalui *Problem Solving Therapy* dimana serangkaian tingkah laku yang kaku, berulang dan berlangsung terus-menerus yang menjadi penyebab atau memperburuk masalah dalam keluarga subyek dapat dirubah dengan memformulasikan masalah kemudian mencari alternatif pemecahannya [6]. Berdasarkan permasalahan yang terjadi, maka tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk membantu subyek mencari solusi penyelesaian *Partner Relational Problem* dengan melalui *Strategic Family Therapy* yang difokuskan kembali melalui *Problem Solving Therapy* terhadap subyek.

METODE

Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian *case study* (studi kasus) yang bersifat deskriptif. Penelitian kualitatif adalah salah satu metode penelitian yang bersifat deskriptif dan cenderung mencari sebuah makna dari data yang didapatkan dari hasil sebuah penelitian. Metode ini digunakan seseorang ketika akan meneliti terkait dengan masalah sosial dan budaya. mengatakan bahwa metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang masih alamiah [7]. Pada pendekatan kualitatif prosedur penelitiannya menghasilkan data deskriptif, berupa kata-kata yang secara tertulis maupun lisan dari perilaku orang-orang yang diamati.

Jenis penelitian *case study* (studi kasus) merupakan jenis pendekatan yang digunakan untuk menyelidiki dan memahami sebuah kejadian atau masalah yang telah terjadi dengan mengumpulkan berbagai macam informasi yang kemudian diolah untuk mendapatkan sebuah solusi agar masalah yang diungkap dapat terselesaikan. Studi kasus merupakan suatu metode untuk memahami individu yang dilakukan secara integratif dan komprehensif agar diperoleh pemahaman yang mendalam tentang individu tersebut beserta masalah yang dihadapinya dengan tujuan masalahnya dapat terselesaikan dan memperoleh perkembangan diri yang baik [8].

Metode pengumpulan datanya menggunakan Observasi dan Wawancara. Dimana observasi dilakukan pada saat wawancara dan intervensi. Tujuan dari penggunaan metode observasi ini adalah untuk mengetahui pola perilaku dan juga ekspresi wajah subyek dalam segala situasi. Metode wawancara dilakukan dengan subyek dan anggota keluarga yang lain. Wawancara ini dilakukan dengan tujuan untuk mengumpulkan data-data yang terkait dengan subyek guna menunjang serta melengkapi dalam melakukan penegakan diagnosis dari permasalahannya serta untuk mengetahui hasil dari proses intervensi yang dilakukan.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan, maka dapat dibuat diagnosis multiaksial sebagai berikut:

- Axis I : -
V61.1 Partner Relational Problem
- Axis II : V71.09 No diagnosis
- Axis III : No diagnosis
- Axis IV : Economics problem (tidak tercukupi kebutuhan sehari-hari secara finansial)
- Axis V : GAF 61-70 (beberapa gejala ringan atau beberapa kesulitan dalam sosial dan fungsi pekerjaan, namun demikian secara umum berfungsi cukup baik, memiliki beberapa hubungan interpersonal yang bermakna)

Peneliti melihat dari hasil diagnosis tersebut dapat diperkirakan subyek dan suaminya memiliki prognosis kepulihan yang baik, mengingat terdapat beberapa hal yang positif nampak dimiliki subyek dan suaminya, diantaranya: subyek dan suaminya mengungkapkan permasalahan menurut pandangannya; Subyek dan suaminya juga memiliki kemampuan untuk merubah kondisi keluarga menjadi lebih baik kembali; subyek dan suaminya bersedia melakukan perubahan kearah yang lebih baik.

Dari hasil asesmen yang telah dilakukan maka intervensi yang akan digunakan ada 1 terapi yaitu *Strategic Family Therapy*. Prosedur dalam *Strategic Family Therapy* terdiri dari beberapa tahap. Tahap pertama yakni *social stage*, yaitu menghadirkan seluruh anggota keluarga dimana setiap keluarga diminta untuk memberikan pendapat terkait apa yang sedang dihadapi. Tahap kedua yaitu *the problem stage*, tahap ini merupakan penjelasan kepada keluarga alasan mereka harus hadir, memberikan kesempatan kepada anggota keluarga untuk berbicara dimulai pada anggota keluarga yang netral yaitu suami. Tahap ketiga *the interaction stage*, yaitu tahap meminta respon dari setiap anggota keluarga yang hadir kemudian keluarga diminta untuk membicarakan masalah bersama-sama. Tahap keempat *defining desired changes*, yaitu terapis/peneliti menyampaikan permasalahan setelah semua anggota keluarga mengetahui permasalahan yang terjadi. Kemudian peneliti menanyakan perubahan yang diharapkan keluarga. Tahap kelima *ending the interview*, yaitu pengambilan langkah setelah dicapai kesepakatan bersama mengenai definisi masalah kemudian dilanjutkan pada sesi pemberian tugas. Tahap terakhir yaitu *directive*, merupakan tahap dimana menciptakan perilaku berbeda yang selama ini tidak pernah dilakukan sehingga memperoleh pengalaman subjektif yang berbeda [9].



Dalam pelaksanaan intervensi dilakukan 2 sesi *Strategic Family Therapy*. Pada sesi pertama akan dilakukan dengan cara meminta subyek dan suami untuk hadir, menjelaskan tujuan terapi, mengidentifikasi mengenai permasalahan yang dihadapi subyek, meminta pendapat masing-masing mengenai permasalahan yang dihadapi, mengarahkan subyek dan suami untuk membicarakan masalah bersama, mendefinisikan masalah yang dihadapi subyek, mengidentifikasi harapan akan perubahan yang diinginkan subyek sebagai suatu kesepakatan, memberikan tugas kepada masing-masing (subyek dan suami) untuk melakukan perubahan sesuai kesepakatan yang dibuat (*directives*), memberi kesimpulan pada akhir sesi terapi dan membuat janji untuk sesi terapi selanjutnya. Sedangkan pada sesi kedua meminta subyek dan suaminya untuk hadir, mengidentifikasi perubahan yang telah dilakukan oleh masing-masing, mengevaluasi hasil terapi serta memberi kesimpulan pada akhir sesi terapi dan membuat janji untuk sesi terapi selanjutnya.

Berdasarkan dari hasil asesmen serta intervensi yang telah dilakukan, subyek dan suaminya bersedia untuk bersama-sama membicarakan permasalahan, subyek dan suaminya dapat mendefinisikan permasalahan yang dialami menurut pandangan masing-masing, subyek dan suaminya mengetahui hal-hal yang dapat dilakukan untuk keadaan yang lebih baik, serta terdapat perubahan yang terjadi pada subyek beserta suaminya dalam menyikapi suatu permasalahan.

Berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan secara menyeluruh, diketahui bahwa subyek mengalami *Partner Relational Problem* [10] atau permasalahan dengan pasangan, yang timbul akibat permasalahan ekonomi karena tidak tercukupi kebutuhan sehari-hari secara finansial (*economics problem*). Intervensi yang diberikan kepada subyek ialah *Strategic Family Therapy* berupa *Problem Solving Therapy*.

Akar dari *Problem Solving Therapy* berasal dari *Teori Cybernetics* yang dikembangkan menjadi terapi keluarga dengan menggunakan konsep *circularity causality*, bahwa permasalahan dipandang sebagai bagian dari serangkaian tingkah laku sirkular yang kaku, berulang dan berlangsung terus-menerus dalam interaksi keluarga, juga menerapkan ilmu pengetahuan *Cybernetics* pada pola komunikasi keluarga [11].

Pendekatan tersebut dikembangkan oleh Jay Haley melalui *Strategic Family Therapy* yang difokuskan kembali melalui *Problem Solving Therapy* dimana serangkaian tingkah laku yang kaku, berulang dan berlangsung terus-menerus yang menjadi penyebab atau memperburuk masalah dalam keluarga subyek tersebut dapat diubah dengan memformulasikan masalah kemudian mencari alternatif pemecahannya [12]. Hasil dari *Problem Solving Therapy* yang telah diberikan menunjukkan bahwa subyek dan suaminya bersedia untuk bersama-sama membicarakan permasalahan, dapat mendefinisikan permasalahan yang dialami menurut pandangan masing-masing, mengetahui hal-hal yang dapat dilakukan untuk keadaan yang lebih baik serta terdapat perubahan yang terjadi pada subyek beserta suaminya dalam menyikapi suatu permasalahan.

Evaluasi terhadap hasil intervensi dapat diketahui bahwa subyek maupun suaminya mempunyai kesadaran untuk bersama-sama mengikuti proses terapi, walaupun pada saat proses



terapi terkadang terdapat perbedaan pendapat antara pihak subyek dengan suami sehingga terkadang berbicara dalam waktu yang sama. Selain itu subyek juga bersedia melakukan tugas yang diberikan, sedangkan suami subyek membutuhkan dukungan untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih baik.

Berdasarkan hasil dari terapi yang ditunjukkan subyek dan suaminya serta motivasi mereka untuk memiliki kondisi keluarga yang lebih baik, maka kemungkinan subyek dan keluarga untuk menyelesaikan permasalahan ke arah positif. Hal ini ditunjukkan dengan suami subyek yang memutuskan untuk keluar dari pekerjaannya di bengkel dan ingin bertanggung jawab dan lebih memperhatikan subyek dan anak-anaknya daripada kesenangannya sendiri. Selain itu juga bahwa subyek dan suaminya sepakat dan saling mendukung untuk membuka toko dan mengelolanya bersama dari modal yang diberikan oleh ayah subyek. Karena ayah subyek janji jika modal yang diberikan habis lagi, maka dirinya tidak akan membantunya lagi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan secara menyeluruh, diketahui bahwa subyek mengalami *Partner Relational Problem* atau permasalahan permasalahan dengan pasangan, yang timbul akibat permasalahan ekonomi karena tidak tercukupi kebutuhan sehari-hari secara finansial (*economics problem*). Intervensi yang diberikan kepada subyek ialah *Strategic Family Therapy* berupa *Problem Solving Therapy*. Hasil dari terapi tersebut menunjukkan perubahan subyek ke arah positif, dan memerlukan dukungan dari masing-masing (subyek dan suaminya) agar terapi yang telah diberikan dapat terus dilanjutkan oleh subyek dan suaminya.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] American Psychiatric Association. (2004). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder IV-text revision*. Washington DC: APA.
- [2] Cohen, S., Schulz, M. & Waldinger, R. (2012). Eye of The Beholder: The Individual and Dyadic Contributions of Empathic Accuracy and Perceived Empathic Effort to Relationship Satisfaction. *Journal of Family Psychology*, Vol. 26, No. 2, 236- 245.
- [3] Cramer, D. & Jowett, S. (2010). Perceived Empathy, Accurate Empathy and Relationship Satisfaction in Heterosexual Couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27, 327-349.
- [4] Devi, D. F. (2016). Mengatasi Masalah Komunikasi dalam Keluarga Melalui Strategic Family Therapy. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 8(2), 234-249.
- [5] Ennis, E., & Bunting, B. P. (2013). *Family Burden, Family Health and Personal Mental Health*. BMC



- [6] Gelso, C. & Fretz, B. (2001). *Counseling Psychology-Second Edition*. USA: Wodworth Publishing
- [7] Nezu, Arthur, M., Nezu, Christine, M., & Zurilla, Thomas, J., (2013). *Problem Solving Therapy: A Treatment Manual*. New York: Springer Publising Company.
- [8] Rahardjo, Susilo & Gudnanto. (2011). *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Kudus: Nora Media Enterprise.
- [9] Saepudin, S. (2018). Teori Linguistik Dan Psikologi Dalam Pembelajaran Bahasa. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan Islam*, 16(1), 100-118.
- [10] Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung: Alfabeta.
- [11] Szapocznik, J., Seth, J., Schwartz, Joan, A., Muir & Brown, H. 2012. Brief Strategic Family Therapy: An Intervention to Reduce Adolescent Risk Behavior. *Couple and Family Psychology. Research and Practice*, Vol. 1, No. 2, 134-145.
- [12] Yanti, N. (2020). Mewujudkan Keharmonisan Rumah Tangga Dengan Menggunakan Konseling Keluarga. *Al-ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(1), 8-12.