

KONSEP KONSELING INDIVIDUAL DALAM PROSES PENYELESAIAN PERSELISIHAN KELUARGA

Juli Andriyani
Juliarsan74@gmail.com

Prodi Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry

Konsep konseling individual merupakan hal yang sangat efektif untuk dapat menyelesaikan perselisihan dalam keluarga. Konsep konseling individual dalam menyelesaikan perselisihan dalam keluarga melalui tujuh langkah yaitu 1. Memberi kepedulian dan keprihatinan pada klien 2. Membangun hubungan saling percaya, keterbukaan dan kejujuran antara konselor dan individu yang bermasalah, 3. Menentukan tujuan dan eksplorasi masalah, 4. Membahas masalah yang prioritas dari banyaknya masalah, 5. menumbuhkan kesadaran pada individu yang bermasalah, 6. Individu yang bermasalah harus melakukan suatu tindakan untuk menyelesaikan masalahnya dan 7. Mengevaluasi atau menilai hasil konseling. Konseling individual merupakan upaya untuk menggali emosi, pengalaman dan pemikiran klien, melalui pemberian informasi-informasi tentang keharmonisan rumah tangga, mengidentifikasi penyebab masalah dan pada akhirnya melakukan mediasi.

Keywords : *Konseling Individual, perselisihan keluarga*

PENDAHULUAN

Konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah dengan tujuan masalah akan teratasi.¹

¹ Prayitno dan Erman Amti, Dasar-dasar Bimbingan Konseling (Jakarta: Rineka Cipta, 2004) hlm. 47

Manusia sebagai makhluk individu memiliki unsur jasmani dan rohani, unsur fisik dan psikis atau disebut juga unsur jiwa dan raga. Seseorang dikatakan sebagai manusia individu manakala unsure-unsur tersebut menyatu dalam dirinya. Setiap manusia selaku individu memiliki keunikan dan ciri khas tersendiri . Karakteristik yang khas disebut juga kepribadian. Setiap individu memiliki kepribadian yang berbeda-beda yang dipengaruhi oleh factor genotip (genetic) dan fenotip (lingkungan). Kepribadian merupakan keseluruhan perilaku individu yang merupakan hasil interaksi antara potensi-potensi bio-psiko-fiskal yang terbawa sejak lahir dengan rangkaian situasi lingkungan yang terungkap pada tindakan dan perbuatan serta reaksi mental psikologisnya jika mendapat rangsangan dari lingkungan.²

Konseling individual dapat diartikan juga sebagai hubungan timbal balik antara dua individu dimana yang seorang (konselor)berusaha membantu yang lain (klien)untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah-masalah yang dihadapinya pada masa yang akan datang.³ Konseling individual merupakan kunci utama semua kegiatan bimbingan dan konseling. Proses konseling individual merupakan relasi antara konselor dengan klien untuk mencapai suatu tujuan klien yaitu untuk membantu memulihkan kesehatan mental individu melalui pengembangan pribadi dan social serta berusaha untuk menghilangkan efek-efek ketidakharmonisan emosi individu.

Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan tinggal disuatu tempat di bawah suatu atap dalam keadaan saling ketergantungan. Keluarga memiliki peranan penting dalam upaya pengembangan pribadi anak. Perawatan orang tua yang penuh kasih sayang dan pendidikan tentang nilai-nilai kehidupan baik agama maupun sosial budaya yang diberikannya merupakan factor yang kondusif untuk mempersiapkan anak menjadi pribadi dan anggota masyarakat yang sehat.

Peranan konseling sangat penting dalam kehidupan masyarakat, khususnya dalam keluarga yang sedang mengalami perselisihan, dengan tujuan untuk membantu agar keluarga

² Nursyid Sumaatmadja, *Interaksi Manusia dalam Sosial dan Masyarakat* (Jakarta : Insani Press, 2001), hlm 45

³ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta:Rineka Cipta, 2002) hlm. 21

dapat menjalani kehidupan rumah tangga secara benar, bahagia dan mampu mengatasi problem-problem yang timbul dalam kehidupan perkawinan. Perselisihan dalam rumah tangga terjadi karena beberapa hal di antaranya kurangnya komunikasi dalam keluarga yang disebabkan kesibukan kerja sehingga sering terjadi dialog yang hambar yang mengakibatkan hubungan kemesraan menjadi berkurang dan tidak jarang menjadi hilang, timbul ketegangan dan terjadilah perselisihan yang berujung kepada perceraian. Penyebab yang lainnya adalah factor ekonomi dimana lebih besar pengeluaran daripada pemasukan dan gaya hidup.

Banyak upaya yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan masalah perselisihan keluarga tersebut , ada cara tradisional dan cara ilmiah. Cara tradisional dengan kearifan keluarga dan cara ilmiah dengan konseling keluarga baik secara individual maupun kelompok. Keluarga atau anggota keluarga hendaklah berusaha untuk mencegahnya dengan memperbaiki hubungan dalam keluarga dan kadang-kadang memerlukan campur tangan orang luar dalam usaha membantu keluarga itu untuk mengatasi masalah tersebut.

KONSEP KONSELING INDIVIDUAL TERHADAP PENYELESAIAN PERSELISIHAN DALAM KELUARGA

Konseling individual merupakan pertemuan konselor dan klien secara individual yang bernuansa hubungan konseling yang akrab dan hangat sehingga konselor bisa memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien serta dapat mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya. Proses bimbingan dan konseling berorientasi pada aspek positif dan manusiawi serta berusaha menggembirakan klien dengan menciptakan situasi proses konseling yang kondusif untuk pertumbuhan klien sehingga klien mampu mengatasi masalahnya setelah dia mengenal, menyadari dan memhami potensi serta kelemahan dan mengarahkan potensinya untuk mengatasi masalah dan kelemahan.

Proses konseling individual merupakan relasi antara konselor dengan klien dengan tujuan agar dapat mencapai tujuan klien. Tanggung jawab konselor dalam proses konseling ini adalah mendorong untuk mengembangkan potensi klien agar mampu bekerja efektif, produktif dan menjadi individu mandiri yang beriman dan bertaqwa sehingga klien menjadi manusia yang seimbang antara pengembangan intelektual yang menunjang tumbuhnya

kreativitas dan produktivitas, social emosional yang mengembangkan hubungan harmonis dengan emosi yang stabil dan sikap mental yang positif terhadap dirinya sendiri dan dunia luar serta moral religius⁴

Pelayanan konseling individual bertujuan menjadikan klien dapat berdiri sendiri dan tidak tergantung pada konselor. Individu yang dibimbing setelah dibantu diharapkan dapat mandiri dengan ciri ciri pokok mampu mengenal diri sendiri dan lingkungan sebagaimana adanya, menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, mengambil keputusan untuk dan oleh diri sendiri, serta mewujudkan diri secara optimal sesuai potensi, minat dan kompetensi yang dimiliki .

Prinsip dan tujuan pelaksanaan pelayanan bimbingan konseling individual adalah :

1. Bimbingan dan konseling harus diarahkan untuk pengembangan individu yang akhirnya mampu membimbing diri sendiri dalam menghadapi permasalahan.
2. Dalam proses bimbingan dan konseling keputusan diambil dan akan dilakukan oleh individu hendaknya atas kemauan individu itu sendiri bukan karena kemauan dan desakan dari konselor atau pihak lain.
3. Permasalahn individu harus ditangani oleh tenaga ahli dalam bidang yang relevan dengan permasalahn yang dihadapi.
4. Pengembangan program layanan bimbingan dan konseling ditempuh melalui pemanfaatan yang maksimal dari hasil pengukuran dan penilaian terhadap individu yang terlibat dalam proses pelayanan dan program bimbingan dan konseling itu sendiri.⁵

Fungsi konseling individual adalah membantu individu mencari alternative pemecahan masalah dan membantu mengembangkan potensi diri dalam menghadapi permasalahan. Konseling tidak akan berfungsi dengan baik dan berguna manusia harus dilengkapi dengan perangkat-perangkat kemanusiaannya. Untuk menyelesaikan segala permasalahan yang dihadapi dan mengembangkan potensi dirinya menuju akhsani taqwiim,

⁴ Sofyan S. Wilis, *Konseling individual teori dan praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2013) hlm 159

⁵ Gerald corey, *teori dan praktek konseling dan psikoterapi* (terj. E.Koswara, (Bandung:Eresco, 1995), hlm 25

maka manusia memiliki seperangkat atribut kemanusiaan yang tidak dimiliki oleh makhluk lain yaitu indra, akal dan nafsu, sebagaimana firman Allah dalam surat As-Sajadah ayat 7-9 yang artinya : *Yang membuat segala sesuatu yang Dia ciptakan sebaik-baiknya dan yang memulai penciptaan. Kemudian Dia menyempurnakan dan meniupkan ke dalamnya roh (ciptaan)-Nya dan Dia menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan dan hati; (tetapi) kamu sedikit sekali bersyukur.*⁶

Berdasarkan ayat diatas maka akal manusia inilah yang mengembangkan fungsi prefentif dan pengembangan dalam konseling, dengan akal yang dimilikinya manusia berusaha untuk menghindari timbul atau meningkatnya kondisi bermasalah pada dirinya. Mengingat akal adalah daya untuk mengambil pelajaran dan hikmah maka dengan akal manusia akan mengambil pelajaran dari gangguan mental dan kondisi kejiwaan yang bermasalah untuk kemudian mencari jalan keluarnya dengan cara melakukan pencegahan timbulnya gangguan mental dan kondisi kejiwaan yang bermasalah pada dirinya.

Bimbingan dan konseling mempunyai tujuan umum untuk membantu individu mencapai perkembangan secara optimal sesuai dengan bakat, kemampuan, minat dan nilai-nilai serta memecahkan masalah-masalah yang dihadapi oleh klien. Juga membantu individu agar dapat mandiri dengan cirri mampu memahami dan menerima diri sendiri dan lingkungannya, membuat keputusan dan rencana yang realistis, mengarahkan diri sendiri dengan keputusan dan rencananya itu serta pada akhirnya mewujudkan diri sendiri.

Keluarga adalah anggota rumah tangan yang berkumpul dalam sebuah rumah yang dipimpin oleh kepala keluarga baik seorang ayah, ibu maupun abang. Keluarga dapat juga dikatana sekelompok orang yang terdiri dari seorang kepala keluarga dan anggota-anggotanya seperti ibu dan anak-anak.⁷ Effendy berpendapat bahwa keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang

⁶ Ahmad Hatta, Tafsir Qur'an Perkata dilengkapi dengan Asbabun Nuzul & Terjemah, (Jakarta, 2009), hlm 415

⁷ Pusat Pembinaan dan pengembangan Bahasa, Departemen P dan K, Kamus Umum Bahasa Indonesia (Jakarta : Balai Pustaka, 1985), hlm 223

berkumpul dan tinggal disuatu tempat di bawah suatu atap dalam keadaan saling ketergantungan.⁸

Lingkungan keluarga merupakan lingkungan yang mewariskan nilai-nilai pendidikan ajaran Islam dan tempat pertama untuk membina keimanan dan ketaqwaan kepada Allah. Dalam hal ini keluarga perlu menciptakan suasana aman dan damai bagi setiap anggota keluarganya karena keretakan keluarga akan berakibat keretakan jiwa anggota keluarga lainnya. Jika dalam pertumbuhan anak kurang mendapat perhatian dan kasih sayang dari orangtuanya maka ia akan merasa tidak aman dan kehilangan tempat berpijak sehingga kepribadiannya pun tumbuh kearah yang kurang mengenal kasih sayang.

Berdasarkan kondisi tersebut maka dalam kehidupan rumah tangga seringkali terjadi persoalan dan prahara baik antara orangtua dan anak maupun antara ayah dan ibu. Kesabaran dari kedua belah pihak akan memberikan jalan keluar yang baik. Sabar atinya tabah hati tanpa mengeluh dalam menghadapi cobaan dan rintangan dalam jangka waktu tertentu serta dalam rangka mencapai tujuan tertentu. Masing-masing pihak seharusnya mengingat tujuan untuk membangun rumah tangga. Namun demikian kesabaran memiliki keterbatasan, artinya jika kesabaran yang dilakuakn dalam jangka waktu tertentu tidak membawa perubahan dan perbaikan sebaliknya makin terpuruk dalam kesulitan maka agama memberi peluang untuk mencari jalan keluar yang terbaik meski dalam bentuk perceraian.⁹

Salah satu penyebab gagalnya pasangan dalam mempertahankan pernikahan dan mewujudkan kebahagiaan adalah terbatasnya upaya persiapan pernikahan yang mereka lakukan. Dalam perspektif sosiologis kegagalan dan keberhasilan kehidupan keluarga dalam melaksanakan fungsinya berawal dari beberapa factor yang erat kaitannya dengan persiapan pernikahan yang mereka lakukan. Adapun factor-faktor yang dimaksud adalah :

1. Siapa dan bagaimana keadaan kedua pasangan sebelum memasuki kehidupan keluarga
2. Kesehatan jasmani dan rohani kedua pasangan ketika memasuki kehidupan pernikahan

⁸ Effendy, Keharmonisan Keluarga(Jakarta : Eresco Press, 1998)hlm 90

⁹ Ahmad Mubarak, Konseling Perkawinan, (Jakarta: Bina Rena Pariwisata, 2003) hlm 28

3. Pemahaman kedua pasangan tentang kehidupan pernikahan dan berkeluarga
4. Suasana keluarga tempat pasangan dibesarkan
5. Kondisi social budaya dan ekonomi keluarga.
6. Keyakinan kehidupan beragama.¹⁰

Perceraian yang terjadi setelah melampaui tahap kesabaran pada umumnya membawa kebaikan kedua belah pihak. Kesabaran dituntut terutama ketika awal mula mendapat gempuran prahara. Jika pada tahap pertama bisa bersabar maka biasanya dalam melampaui tahap-tahap berikutnya prahara itu akan menjadi ringan dan solusinya terkendali. Dengan memperhatikan kasus yang sedang dialami oleh masing-masing pasangan dan dengan berpedoman kepada ajaran Islam tentang kehidupan perkawinan maka konseling individual mempunyai prinsip-prinsip :

1. Prinsip kebahagiaan yang terkandung dalam ungkapan *my house is my castle* atau *baitii jannatii*, haruslah mengacu pada konsep kebahagiaan dunia akhirat yang merupakan kebahagiaan yang diridhai Allah.
2. Prinsip keluarga sakinah yaitu rumah tangga yang bahagia yang berdiri atas sendi kasih sayang atau *mawaddah wa rahmah*.
3. Prinsip komunikasi atau musyawarah antara suami istri yang menyangkut urusan rumah tangga.
4. Prinsip kehati-hatian dan sabar yaitu rumah tangga yang diibaratkan seperti kapal yang dinahkodai.
5. Prinsip kemaslahatan yaitu kedua belah pihak harus mengutamakan kemaslahatan daripada kemenangan dalam menyelesaikan perselisihan yang terjadi dalam keluarga.¹¹

Klien dari konseling perselisihan keluarga adalah orang yang memilih atau akan mengambil keputusan yang perlu diarahkan dalam menentukan calon suami atau istri dan pasangan rumah tangga yang sedang mengalami permasalahan komunikasi dan kejiwaan lainnya. Konselor perkawinan harus orang yang mengerti ajaran Islam tentang perkawinan, memahami psikologi keluarga dan perkawinan serta menguasai teknik-teknik konseling.

¹⁰ Tim BP4, Munas BP4 XII dan penguatan nasional keluarga sakinah (Jakarta: BP4 2001) hlm 25

¹¹ibid, hlm 42

Dalam sistem ajaran Islam keluarga memiliki kedudukan yang sangat penting dan merupakan cikal bakal, sumber inspirasi dan pondasi peradaban. Artinya melalui keluarga kaum muslimin dapat mengawali langkah pengabdian yang sesungguhnya, mulai dari menata dirinya agar siap memasuki jenjang perkawinan, mengelola keluarga serta menyiapkan generasi masa depan yang mampu berkompetisi dan berakhlak mulia. Dengan mengetahui seputar masalah keluarga maka diharapkan suami istri mampu menghadapi dan mengatasinya dalam koridor tuntunan ajaran agama islam.

Pendekatan islami dapat dikaitkan dengan aspek-aspek psikologis dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling yang meliputi pribadi, sikap, kecerdasan, perasaan dan yang berkaitan dengan klien dan konselor. Bagi pribadi muslim yang berpijak pada pondasi tauhid maka harus menjadi seorang pekerja keras. Namun nilai bekerja baginya adalah untuk melaksanakan tugas suci yang telah Allah berikan dan percayakan kepadanya. Hal ini merupakan ibadah sehingga pada pelaksanaan bimbingan konseling, pribadi muslim harus memiliki ketangguhan pribadi yang memiliki prinsip dasar yaitu beriman kepada Allah, prinsip kepercayaan yaitu percaya kepada malaikat, prinsip kepemimpinan yaitu beriman kepada nabi dan rasul, prinsip pembelajaran yaitu percaya kepada AlQuran Hadist, prinsip masa depan yaitu beriman kepada hari akhir dan prinsip keteraturan yaitu beriman kepada ketentuan Allah.

Jika konselor memiliki prinsip rukun iman ini maka pelaksanaan bimbingan dan konseling tentu akan mengarahkan klien kerah kebenaran. Dalam pelaksanaannya konselor perlu memiliki tiga langkah yaitu pertama, memiliki misi yang jelas, kedua memiliki sebuah metode pembangunan karakter sekaligus symbol kehidupan dan ketiga, memiliki kemampuan pengendalian diri yang dilatih.

LANGKAH-LANGKAH KONSELING INDIVIDUAL

Konseling adalah proses seorang konselor menolong individu dengan memberikan bimbingan dan nasehat dalam membuat pilihan atau keputusan sendiri untuk memecahkan suatu masalah. Proses konseling merupakan suatu kegiatan pencarian data dari seseorang yang sedang mengalami masalah dengan menggunakan langkah-langkah atau tahapan-tahapan konseling yang menekankan pada penalaran pendek sebagai suatu penanganan pertama untuk meningkatkan hubungan dan kepercayaan klien kepada konselor karena proses

konseling pada dasarnya merupakan suatu proses pemecahan masalah yang menyangkut berbagai keputusan dan tindakan.

Urutan atau tahapan dan langkah-langkah dalam proses konseling yang menjadi dasar konseling tidak perlu kaku, tetapi dapat digunakan secara sederhana bahkan dapat tumpang tindih antara satu tahap dengan tahap yang lainnya. Konselor juga dapat kembali ke tahapan awal setelah berjalan di tengah-tengah tahapan, misalnya pada saat konselorsedang memproses pada tahapan diagnose bisa juga konselor kembali kepada analisis karena ada data yang perlu diungkapkan untuk menemukan sebab-sebab masalah klien dengan tepat.

Intinya apabila dalam proses pelaksanaannya belum mencapai hasil yang maksimal maka konselor bisa mengulang kembali ketahap pertama atau tahap pertengahan. Hal ini dilakukan jika ada data yang masih belum memadai atau diungkapkan dalam proses pemberian konseling. Oleh karena itu dalam proses konseling terdapat langkah-langkah dan tahapan-tahapan yang perlu diperhatikan. Tahapan-tahapan atau langkah-langkah ini digunakan sebagai suatu urutan kegiatan yang secara logis dan dapat menggambarkan jalannya konseling atau masalah yang sedang dibicarakan.

Konselor yang berperan untuk menyelesaikan perselisihan dalam keluarga biasanya menerapkan konsep konseling dengan menggunakan urutan dan tahapan-tahapan konseling baik yang dilaksanakan sebelum konseling berlangsung dan ada yang dilaksanakan pada saat konseling berlangsung.

Tahapan sebelum konseling berlangsung dapat dilaksanakan dengan mempelajari data klien melalui catatan kumulatif dan hasil teknik pengumpulan data lainnya. Setelah data terkumpul kemudian dirangkum dan selanjutnya mengadakan diagnose untuk dapat menentukan masalah yang dihadapi kliendan penyebabnya. Data tersebut dapat dibawa dalam pertemuan konseling secara tatap muka dengan tujuan membantu klien untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapinya. Adapun tahapan atau langkah-langkah yang diterapkan konselor dalam menyelesaikan perselisihan dalam keluarga adalah :

1. Menyatakan kepedulian atau keprihatinan dan membentuk kebutuhan akan bantuan.

Klien datang dengan berbagai alasan dan tujuan, ada yang datang dengan tujuan yang jelas dan ada juga yang datang dengan ketidakjelasan tujuan. Pada dasarnya klien

datang ingin menyelesaikan masalahnya. Dengan adanya kepedulian dan perhatian konselor terhadap klien akan membentuk rasa keinginan dan semangat untuk menyelesaikan masalahnya sehingga akan menunjukkan keseriusan dan kejujuran terhadap apa yang sedang dihadapinya. Selanjutnya memberikan penjelasan dan pengertian agar klien menyadari atas perlunya bantuan untuk menyelesaikan masalahnya dan klien bersedia masuk dalam keterikatan dirinya pada proses konseling

2. Membentuk hubungan antara konselor dengan klien.

Hubungan yang dibentuk bercirikan kepercayaan, keyakinan dengan didasari atas keterbukaan dan kejujuran. Dalam proses konseling pada langkah kedua ini diharapkan akan terjalin hubungan ketergantungan dimana klien akan lebih banyak memberikan kepercayaan kepada konselor sehingga konselor dapat dengan mudah memberikan bantuan dan jalan pada klien. Seorang konselor untuk mencapai hubungan yang baik dan harmonis tersebut harus memiliki keterampilan dalam melakukan teknik konseling mendengarkan dan teknik memantulkan perasaan sehingga terjalin hubungan yang baik.

3. Menentukan tujuan dan mengeksplorasi pilihan.

Penentuan tujuan dilakukan bersama-sama antara konselor dengan klien. Jika tujuan yang disampaikan klien masih belum ada kejelasan dan tidak tercapainya maksud dan tujuan konseling itu sendiri maka konselor mengambil suatu tindakan untuk mengeksplorasi masalah ini dengan memberikan atau menyediakan beberapa pilihan dan tujuan konseling kepada klien dan klien diminta untuk memilih agar proses konseling dapat berjalan dengan benar. Adapun tujuan tersebut adalah : adanya perubahan pada diri klien secara fisik dan psikis tindakan atau perbuatan, terbentuknya perasaan diterima dan dipercaya adanya masalah pada dirinya, terciptanya pemahaman dan pengertian klien terhadap masalahnya serta mampu menyelesaikan dan mengatasi masalahnya.

4. Menangani Masalah.

Konselor berusaha untuk menentukan masalah mana yang harus ditangani terlebih dahulu dan mana masalah-masalah yang harus ditinggalkan karena seringkali klien

datang berkonsultasi tidak memberikan atau menceritakan masalah yang sebenarnya atau datang dengan berbagai masalah.

5. Menumbuhkan kesadaran dengan mengarahkan klien agar benar-benar mengetahui dan jelas masalah yang dihadapinya melalui pencapaian *insight atau understanding* (pemahaman) yaitu klien benar-benar memahami apa yang sedang dialami dan apa yang harus dikerjakan dalam menyelesaikan masalahnya. Semua ini terjadi atas kesadaran yang ada pada dirinya atau pengetahuan mengenai dirinya yang diperoleh dari proses konseling atau melalui apa yang dilihat, didengar dan dirasakan.
6. Merencanakan cara bertindak.

Setelah klien menemukan keterbukaan wawasan melalui insight maka ia harus melakukan tindakan untuk menyelesaikan masalahnya. Klien sering bingung dan ragu untuk menentukan tindakan yang harus dilakukan. Oleh karena itu konselor membantu klien merencanakan dan melaksanakan tindakan dari hasil insight tadi yang dapat terlaksana dengan baik bila adanya kehidupan yang nyata.

7. Menilai hasil dan mengakhiri konseling.

Keputusan untuk mengakhiri atau menghentikan konseling merupakan usaha bersama konselor dan klien. Penghentian jangan menjadi sesuatu yang sangat serius karena banyak konseling yang distruktur dengan membuka dan mengakhirinya.¹²

Setiap tahapan proses konseling membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Dinamika hubungan konseling ditentukan oleh penggunaan keterampilan konseling yang bervariasi sehingga tidak membosankan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir sangat bermakna dan berguna.

Secara umum proses konseling dibagi 3 tahap yaitu :

1. Tahap awal yang bertujuan untuk membangun hubungan konseling yang melibatkan klien, memperjelas dan mendefinisikan masalah, membuat penaksiran dan penjajakan, serta menegosiasikan kontrak.
2. Tahap pertengahan (tahap kerja) yang bertujuan menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu dan kepedulian klien lebih jauh, menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara serta proses konseling agar berjalan sesuai kontrak.

¹² Abu Bakar Baraja, Psikologi Konseling dan teknik konseling, (Jakarta : Studio Press, 2004) hlm 34-37

3. Tahap Akhir (tahap tindakan) yang bertujuan memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadai, terjadinya transfer of learning, melaksanakan perubahan perilaku serta mengakhiri hubungan konseling. Tahap akhir ini menjadi berhasil dan sukses ditandai dengan menurunnya kecemasan klien, adanya perubahan perilaku klien kearah yang positif, sehat dan dinamik, adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas serta terjadinya perubahan sikap positif yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar. Klien sudah berpikir realistic dan percaya diri.¹³

Kesemua langkah-langkah dan tahapan konseling sangat diperlukan oleh konselor untuk mengetahui kemajuan konseling yang dilakukannya karena setiap tahapan konseling ada teknik tertentu dan tujuan yang harus dicapai. Seorang konselor harus menangkap permasalahan klien dengan pernyataan dan bahasa tubuhnya. Definisi masalah harus ada persetujuan klien dan bukan hanya atas keinginan konselor.

Dari permasalahan tersebut konselor menjelajah dan mendalami permasalahan klien hingga tuntas yaitu klien menurunkan kecemasannya, klien mampu memecahkan masalahnya, klien mampu membuat rencana hidup baru setelah melewati masa-masa sulit dibelit masalah. Seorang konselor harus mampu membaca perilaku non verbal klien berupa bahasa tubuh, isyarat, cara duduk dan cara berbicara. Perilaku non verbal akan membantu terhadap pemahaman bahasa lisan klien.

UPAYA - UPAYA KONSELOR DALAM MENGATASI PERSELISIHAN KELUARGA

Perselisihan dalam keluarga yang berlangsung selama ini dalam rumah tangga harus mulai dikurangi secara bertahap dan terus menerus, walaupun sudah ada instrument hukum yang mengaturnya, namun tanpa ada penerapan yang sebagaimana mestinya maka akan menjadi hal yang kurang bermanfaat. Di samping itu konsep penghapusan kekerasan dalam rumah tangga bukan hanya menjadi pengetahuan wajib bagi perempuan dan istri tetapi juga harus ada penanaman kesadaran dari pihak laki-laki dan suami untuk peduli dan berkewajiban untuk mendukung gerakan anti perselisihan dan kekerasan dalam rumah tangga karena jika hanya satu pihak yang peduli maka tujuannya tidak akan tercapai.

¹³ Sofyan, *Konseling individual teori dan praktek.....*hlm 50-53

Keluarga terbentuk dari dua pribadi yang berasal dari keluarga berbeda, memiliki latar belakang dan pengalaman hidup yang berbeda pula. Perbedaan-perbedaan tersebut seringkali memicu terjadinya kesalahpahaman dan keributan antar pasangan. Bila tidak teratasi maka kesalahpahaman dapat berlanjut menjadi konflik berkepanjangan yang bisa berakhir pada perceraian pasangan.

Banyak upaya yang bisa dilakukan untuk mencegah dan memperbaiki perselisihan dan perbedaan-perbedaan tersebut, di antaranya :

1. Mengelola kemarahan dan perbedaan-perbedaan tersebut secara konstruktif sehingga bisa ditemukan pemecahan masalah yang dapat diterima bersama.
2. Melakukan proses penyesuaian yang sehat dan baik dengan anggota keluarga lainnya. Proses penyesuaian ini merupakan modal bagi ketahanan keluarga dalam menghadapi berbagai tantangan baik dari dalam maupun dari luar.
3. Bersinergi dengan semua pihak yang terkait dalam penyelesaian perselisihan keluarga. Seperti pihak KUA yang merupakan perpanjangan tangan dari konselor, tuha peut gampong dan pihak terkait lainnya.
4. KUA sebagai salah satu mitra konselor juga melakukan upaya-upaya menangani perselisihan dalam keluarga, di antaranya mengidentifikasi penyebab terjadinya perselisihan dan menjadikannya sebagai landasan untuk menentukan langkah kebijakan dalam memberikan pengarahan, merancang bentuk pengelolaan program baik untuk upaya preventif maupun advokatif dalam menyelesaikan perselisihan yang terjadi, menyusun langkah koordinasi, monitoring dan evaluasi terhadap efektivitasnya serta langkah represifnya, membuat solusi bagi akar permasalahan yang terjadi dan menempatkannya sebagai prioritas, memberikan nasehat kepada suami istri yang berselisih, serta mengupayakan perdamaian jika ingin bercerai.

PENUTUP

Konseling individual mengandung makna bagaimana seseorang berbicara dengan orang lain yang bertujuan untuk membantu agar terjadinya perubahan perilaku ke arah positif dari orang yang dibantu. Dalam konseling individual kedua pihak harus bekerjasama agar klien dapat memahami diri dan permasalahannya serta mampu mengembangkan potensi positif dalam dirinya. Klien harus mampu memecahkan masalahnya sendiri.

Keterlibatan klien dalam proses konseling ditentukan oleh factor keterbukaan dirinya dihadapan konselor. Keterbukaan klien juga ditentukan oleh body language konselor. Untuk menciptakan situasi kondusif bagi keterbukaan dan kelancaran proses konseling maka sifat-sifat empati, jujur, asli, mempercayai, toleransi, respek, menerima serta komitmen terhadap hubungan konseling amat diperlukan dikembangkan oleh konselor. Sifat-sifat tadi akan terpancar pada perilaku konselor sehingga klien terpengaruh dan kemudian klien akan mengikutinya dengan terbuka dan terlibat dalam pembicaraan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Bakar Baraja, *Psikologi Konseling dan Teknik Konseling*, (Jakarta : Studio Press, 2004)
- Ahmad Hatta, *Tafsir Qur'an Perkata dilengkapi dengan Asbabun Nuzul & Terjemah*, (Jakarta, 2009)
- Ahmad Mubarak, *Konseling Perkawinan*, (Jakarta: Bina Rena Pariwisata, 2003)
- Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002)
- Effendy, *Keharmonisan Keluarga* (Jakarta : Eresco Press, 1998)
-

Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*: terj. E.Koswara,
(Bandung:Eresco, 1995)

Nursyid Sumaatmadja, *Interaksi Manusia dalam Sosial dan Masyarakat* (Jakarta : Insani
Press, 2001)

Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004)

Pusat Pembinaan dan pengembangan Bahasa, Departemen P dan K, *Kamus Umum Bahasa
Indonesia* (Jakarta : Balai Pustaka, 1985)

Sofyan S. Wilis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2013)

Tim BP4, *Munas BP4 XII dan Pengukuhan Nasional Keluarga Sakinah* (Jakarta: BP4 2001)