

PENGGUNAAN TEKNIK

COUPLE MARRIAGE COUNSELING

Anisha Putri Setiawan

Universitas Sriwijaya, Indralaya, Palembang

Email : dwisiamsih@gmail.com

ABSTRAK

Masalah dalam hubungan perkawinan seringkali menyebabkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif terhadap anggota keluarga, khususnya anak-anak. Oleh karena itu, layanan konseling perkawinan oleh seorang profesional seperti konselor menjadi penting. Teknik Couple Marriage Counseling atau konseling perkawinan bertujuan untuk mencegah dan mengatasi masalah dalam hubungan perkawinan. Metode kualitatif menjadi pendekatan yang tepat untuk mendalami pengalaman subjek dan konteksnya secara mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk mendalami sejarah, pengertian, tujuan, manfaat, teknik, dan efektivitas konseling perkawinan. Sejarah penggunaan teknik ini menunjukkan evolusi dan adaptasi praktik konseling, sementara definisi yang tepat diperlukan untuk pemahaman yang mendalam. Perubahan tujuan konseling perkawinan seiring perubahan sosial dan budaya juga perlu dieksplorasi, bersama dengan manfaat yang diperoleh dan teknik khusus yang digunakan dalam pelaksanaannya. Evaluasi terhadap efektivitas Bimbingan Konseling Perkawinan penting untuk menilai keberhasilan intervensi ini dalam menyelesaikan masalah perkawinan dan memperkuat ikatan antara pasangan suami-istri. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang praktik konseling perkawinan serta relevansinya dalam konteks masyarakat saat ini.

Kata Kunci : *Couple Marriage Counseling* ; Bimbingan Konseling

PENDAHULUAN

Banyak pasangan yang mencari bantuan karena menyadari adanya masalah dalam hubungan mereka. Masalah tersebut akan berdampak pada kehidupan perkawinan/pernikahan yang membuat ketidakharmonisan dalam rumah tangga. Dampak dari kehidupan perkawinan/pernikahan juga memiliki dampak yang signifikan terhadap anggota keluarga khususnya anak-anak.

Kondisi seperti ini membutuhkan layanan bantuan konseling perkawinan dari seorang yang profesional dibidangnya seperti konselor. Layanan konseling yang diberikan konselor kepada pasangan yang hendak menikah ataupun pasangan yang telah menikah diberikan untuk membantu mereka dalam menyelesaikan permasalahan perkawinan/pernikahan. Layanan konseling ini disebut dengan Teknik Couple Marriage Counseling atau dikenal juga dengan konseling pernikahan/pernikahan.

Teknik ini bertujuan untuk mencegah adanya permasalahan dalam Perkawinan/pernikahan dan pasangan diharapkan mampu dalam mengatasi masalah- masalah yang timbul dikehidupan perkawinan/pernikahan. Dengan demikian, penulis ingin membahas

mengenai Penggunaan Teknik Couple Marriage Counseling untuk mengetahui Sejarah, pengertian, tujuan, manfaat, teknik dan efektifitas konseling perkawinan/pernikahan ini dalam menyelesaikan permasalahan pasangan.

Sejarah penggunaan teknik couple marriage counseling telah menjadi topik yang menarik untuk dipelajari, karena mengungkapkan evolusi dan adaptasi praktik konseling dalam membantu pasangan mengatasi masalah perkawinan. Teknik ini telah menjadi bagian dari berbagai budaya dan zaman, namun belum jelas bagaimana perkembangan teknik tersebut dari masa ke masa. Definisi yang tepat tentang teknik couple marriage counseling menjadi esensial untuk pemahaman yang mendalam terhadap praktik ini. Sementara itu, tujuan dari konseling perkawinan juga mungkin telah berubah seiring dengan perubahan sosial dan nilai-nilai budaya yang dominan. Dalam konteks ini, penting untuk mengeksplorasi perubahan-perubahan tersebut dan dampaknya terhadap efektivitas konseling perkawinan. Selain itu, memahami manfaat yang diperoleh dari konseling perkawinan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas tentang nilai dari partisipasi dalam sesi konseling tersebut. Bagaimana teknik khusus dalam pelaksanaan couple marriage counseling digunakan juga menjadi pertanyaan penting, karena hal ini berkaitan langsung dengan cara-cara yang digunakan dalam membantu pasangan memperbaiki hubungan mereka. Terakhir, evaluasi terhadap efektivitas Bimbingan Konseling Perkawinan perlu dilakukan untuk menilai seberapa baik intervensi ini dalam mengatasi masalah perkawinan dan memperkuat ikatan antara suami dan istri.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendalami sejarah penggunaan teknik couple marriage counseling dari masa ke masa. Hal ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang evolusi praktik konseling perkawinan. Selain itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengklarifikasi definisi teknik couple marriage counseling agar dapat digunakan sebagai dasar dalam penelitian lebih lanjut dan implementasi praktik konseling. Selanjutnya, penelitian ini juga bertujuan untuk menelusuri perubahan-perubahan dalam tujuan konseling perkawinan seiring dengan perubahan sosial dan budaya yang terjadi. Hal ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang relevansi konseling perkawinan dalam konteks masyarakat saat ini. Selanjutnya, tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi manfaat yang diperoleh dari konseling perkawinan, baik bagi individu maupun bagi hubungan perkawinan itu sendiri. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis teknik-teknik khusus yang digunakan dalam pelaksanaan couple marriage counseling, serta efektivitasnya dalam membantu pasangan menyelesaikan konflik dan memperkuat hubungan mereka. Terakhir, penelitian ini juga bertujuan untuk mengevaluasi tingkat efektivitas Bimbingan Konseling Perkawinan dalam menangani masalah perkawinan

dan meningkatkan keharmonisan rumah tangga

METODE

Dalam penelitian tentang penggunaan teknik Couple Marriage Counseling, metode kualitatif menjadi pendekatan yang tepat untuk mendalami pengalaman subjek dan konteksnya secara mendalam. Peneliti akan merancang studi dengan cermat, mempertimbangkan tujuan penelitian serta pertanyaan-pertanyaan yang ingin dijawab. Langkah pertama adalah pengumpulan data, yang sering dilakukan melalui wawancara mendalam dengan pasangan yang telah mengikuti sesi konseling perkawinan. Dalam wawancara ini, peneliti akan mengeksplorasi pengalaman pasangan dalam menggunakan teknik-teknik konseling, perubahan yang mereka alami dalam hubungan mereka, dan pandangan mereka tentang efektivitas konseling. Selain itu, pengamatan partisipatif juga dapat dilakukan dengan mengamati secara langsung sesi konseling perkawinan. Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara mendalam, mencari pola-pola, tema-tema, dan makna yang muncul dari wawancara atau pengamatan.

Hasil analisis tersebut kemudian diinterpretasikan dengan memperhatikan konteks penelitian, teori-teori yang relevan, dan kontribusi penelitian terhadap pemahaman tentang konseling perkawinan. Hasil penelitian yang signifikan kemudian disajikan secara jelas dan sistematis dalam laporan penelitian, artikel ilmiah, atau presentasi, dengan menggunakan kutipan langsung dari data, contoh kasus, dan interpretasi yang mendalam untuk memperkuat argumen dan temuan penelitian. Dengan metode kualitatif ini, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang mendalam tentang penggunaan teknik Couple Marriage Counseling dan kontribusinya terhadap hubungan perkawinan pasangan yang mengalami masalah.

PEMBAHASAN

Sejarah Penggunaan Teknik Couple Marriage Counseling

Sejarah penggunaan teknik Couple Marriage Counseling dimulai pada tahun 1930-an, ketika psikolog Paul Popenoe dan istrinya, Esther Popenoe, mengembangkan pendekatan terapeutik ini. Awalnya teknik ini dikenal sebagai "marriage counseling", namun kemudian berganti nama menjadi "couple counseling" pada tahun 1960-an.

Dr. Paul Popenoe adalah tokoh terkenal dalam pengembangan teknik konseling pernikahan pasangan. Teknik ini berkembang pesat pada tahun 1950-an dan 1960-an dan semakin populer karena dianggap efektif dalam membantu pasangan mengatasi masalah dalam pernikahan. Pada tahun 1980-an, teknik ini terus berkembang dan mengalami inovasi dan penyesuaian dengan perkembangan zaman.

Saat ini, Teknik Couple Marriage Counseling telah menjadi salah satu bentuk terapi umum dalam membantu pasangan memperbaiki hubungan mereka, dengan berbagai macam pendekatan yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan masalah yang dihadapi oleh pasangan.

Pengertian Teknik Couple Marriage Counseling

Konseling perkawinan mempunyai beberapa istilah, yaitu couples counseling, marriage counseling, dan marital counseling. Istilah-istilah tersebut dapat digunakan secara bergantian dan memiliki makna yang sama. Menurut Klemer, konseling perkawinan adalah proses konseling yang diselenggarakan sebagai metode pendidikan, metode penurunan ketegangan emosional, metode membantu pasangan suami istri yang menikah untuk memecahkan masalah dan cara menentukan pola pemecahan masalah yang lebih baik.

Zaini menyebutkan bahwa bimbingan perkawinan dipahami sebagai proses pemberian bimbingan dan bantuan untuk mengubah dan membangun hubungan keluarga guna mencapai keharmonisan (Zaini, 2004:34-35). Konseling perkawinan akan membantu pasangan suami istri dalam memahami diri, membuat keputusan dan memecahkan masalah dalam hubungan pasangan suami istri tersebut.

Konseling perkawinan berbeda dengan konseling keluarga. Konseling keluarga lebih membahas masalah-masalah yang berkaitan dengan keluarga, misalnya hubungan peran keluarga, komunikasi dalam keluarga, peraturan keluarga, dan ketegangan orang tua dengan anak. Sedangkan konseling perkawinan fokus pada masalah-masalah hubungan suami dengan istri. Namun apabila dalam konseling perkawinan masalah suami istri tidak bisa diselesaikan maka bisa diselesaikan dengan konseling keluarga. Masalah suami isteri yang tadinya hanya diselesaikan berdua, dengan konseling keluarga melibatkan anggota keluarga dalam menyelesaikan masalah.

Tujuan Teknik Couple Marriage Counseling

Tujuan konseling perkawinan adalah agar klien dapat menjalani kehidupan berumah tangga secara benar, bahagia dan mampu mengatasi problem-problem yang timbul dalam kehidupan perkawinan. Oleh karena itu, maka konseling perkawinan pada prinsipnya berisi dorongan untuk menghayati atau menghayati kembali prinsip - prinsip dasar, hikmah, tujuan dan tuntunan hidup berumah tangga menurut ajaran Islam. Konseling diberikan agar suami/istri menyadari kembali posisi masing- masing dalam keluarga dan mendorong mereka untuk melakukan sesuatu yang terbaik bukan hanya untuk dirinya sendiri, tetapi juga untuk keluarganya. Jika memperhatikan kasus perkasus maka konseling perkawinan diberikan dengan tujuan:

1. Membantu pasangan perkawinan itu mencegah terjadinya/meletus problema yang mengganggu kehidupan perkawinan mereka
2. Pada pasangan yang sedang dilanda kemelut rumah tangga, konseling diberikan dengan maksud agar mereka bisa mengatasi sendiri problema yang sedang dihadapi.
3. Pada pasangan yang berada dalam tahap rehabilitasi, konseling diberikan agar mereka dapat memelihara kondisi yang sudah baik menjadi lebih baik.

Manfaat Teknik Couple Marriage Counseling

Menurut Corey (1990), konseling pernikahan/keluarga memiliki manfaat agar setiap pasangan suami-istri atau anggota keluarga mampu melakukan hal-hal sebagai berikut:

- i. Dapat belajar mempercayai satu sama lain
- ii. Mencapai pengetahuan diri (self knowledge) dan mengembangkan keunikan yang ada dalam diri masing-masing.
- iii. Meyakini bahwa setiap orang memiliki kebutuhan dan masalah yang biasa dan mengembangkan rasa kebersamaan.
- iv. Meningkatkan penerimaan diri (self acceptance), kepercayaan diri (self confidence), rasa hormat pada diri (self respect), sehingga dapat mencapai pandangan dan pemahaman baru tentang diri.
- v. Menemukan alternative dalam mengatasi masalah-masalah perkembangan dan pemecahan terhadap konflik-konflik.
- vi. Meningkatkan pengarahan diri (self direction), kemandirian, tanggungjawab terhadap anggota satu dengan yang lainnya.
- vii. Menjadi peduli dengan pilihan-pilihan dari setiap anggota dalam keluarga dan dapat membuat pilihan yang bijaksana.
- viii. Membuat rencana khusus untuk perubahan perilaku dan berkomitmen kepada anggota keluarga atau pasangan agar rencana dapat terlaksana sesuai dengan yang diharapkan.
- ix. Belajar lebih efektif tentang kemampuan sosial.
- x. Menjadi lebih sensitive terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain.
- xi. Belajar menghadapi masalah dengan baik, perhatian, jujur dan langsung.

- xii. Menjauhi harapan yang berasal dari orang lain dan belajar untuk dapat hidup dengan harapan yang ada dalam diri sendiri.
- xiii. Menjelaskan nilai-nilai yang dimiliki dan bagaimana nilai tersebut dapat dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan.

Teknik – Teknik dalam Couple Marriage Counseling

Menurut Sofyan S Wilis ada beberapa teknik konseling pernikahan yaitu :

- i. School thing atau mematung yaitu suatu yang mengizinkan salah satu pasangan yang menyatakan kepada pasangan lain. Klien diberi izin menyatakan isi hati dan persepsinya tanpa rasa cemas. Pasangan yang mematung tidak memberikan respon apa-apa selama pasangan lain menyatakan perasaannya secara verbal.
- ii. Role playing atau bermain peran adalah suatu teknik yang memberikan peran kepada salah satu pasangan. Misalnya pasangan perempuan memainkan peran sebagai istri dan pasangan pria memainkan peran sebagai suami, kemudian Arahkan untuk menjalani suatu kehidupan pasangan yang harmonis.
- iii. Silence atau diam konselor hanya diam dan kemudian memberikan layanan informasi kepada klien apa yang akan mereka hadapi ketika menjadi pasangan suami istri.
- iv. Confrontation atau konfrontasi ialah suatu teknik yang digunakan konselor untuk mempertentangkan pendapat-pendapat anggota keluarga yang terungkap dalam wawancara konseling keluarga.
- v. Teaching Via question Iyalah suatu teknik belajar anggota dengan menggunakan pertanyaan.
- vi. Listening atau mendengarkan Teknik ini digunakan agar pembicaraan klien didengarkan oleh konselor dengan penuh perhatian sehingga ia merasa dihargai.
- vii. Pushing yaitu upaya konselor untuk memfokuskan materi pembicaraan agar tidak menyimpang.
- viii. Summary atau menyimpulkan dalam suatu fase konseling, kemungkinan konselor akan menyimpulkan sementara hasil pembicaraan dengan tujuannya agar konseling bisa berlanjut secara progresif.
- ix. Klarifikasi atau menjernihkan yaitu usaha konselor untuk memperjelas atau menjernihkan suatu pernyataan yang terkesan samar-samar.
- x. Reflection yaitu cara konselor untuk merefleksikan perasaan yang dinyatakan klien, baik yang berbentuk kata-kata atau ekspresi wajahnya.
- xi. Eksplorasi yaitu penjelajahan yang dihadapkan kepada klien untuk mendapatkan informasi lebih mengenai hal-hal yang belum siap dihadapi klien dalam menempuh

jenjang pernikahan.

- xii. Memimpin yaitu konselor menggunakan teknik ini untuk melihat bagaimana kemampuan klien dalam menata dan mengatur keadaan yang akan dilalui dalam mengarungi bahtera rumah tangga serta tanggung jawab dalam berbagai hal.
- xiii. Memfokuskan yaitu konselor dengan menggunakan teknik ini agar si klien dapat fokus dan yakin untuk menjalankan pernikahan.

a. Efektivitas Teknik Couple Marriage Counseling

Dengan adanya layanan BK ini, Ada perubahan yang sangat signifikan antara sebelum dan sesudah datang meminta bantuan dari konselor. Sebelum memperoleh bantuan konseling, kehidupan klien diliputi berbagai masalah konflik, mispersepsi, percekocokan, perbantahan dan sebagainya, sehingga membuat hidup keluarga tidak bahagia, tidak nyaman maupun tidak tenang.

Tetapi setelah memperoleh bantuan konseling secara profesional, kehidupan rumah tangga klien menunjukkan arah perbaikan yang nyata, seperti terjadi komunikasi dialogis antar suami-istri, orangtua-anak, merasa nyaman dan bahagia sebagai keluarga yang hangat, dan memiliki visi-tujuan hidup yang jelas yaitu mempersiapkan anak-anak menjadi orang dewasa yang bertanggungjawab di masa depan. Dengan perubahan tersebut, maka bimbingan dan konseling dapat dikatakan telah berfungsi secara efektif.

KESIMPULAN

Teknik couple marriage counseling merupakan layanan profesional yang diberikan oleh konselor kepada pasangan suami istri yang mengalami masalah dalam perkawinan/pernikahan yang bertujuan untuk mendapatkan hubungan perkawinan/pernikahan yang baik dan harmonis. Konselor profesional konseling perkawinan/pernikahan telah memperoleh pelatihan dan Pendidikan khusus dibidang psikologi dan konseling perkawinan/pernikahan. Mereka telah menguasai konsep- konsep psikologi perkembangan, Teknik konseling dan terapi perkawinan/pernikahan.

Dengan menggunakan teknik couple marriage counseling atau konseling perkawinan/pernikahan ini diharapkan pasangan suami istri dapat mengantisipasi dan jika benar terjadi masalah dalam perkawinan/pernikahan mereka dapat mengatasinya dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Dariyo, A. (2005). Memahami Bimbingan, Konseling dan Terapi Perkawinan untuk Memecah Masalah Perkawinan. Jounal Psikologi Vol. 3 No. 2.
- Khairani, M. (2014). Psikologi Konseling. Aswaja Pressindo, 16.

- Latipun. (2015). Psikologis Konseling. Universitas Muhammadiyah Malang, 160. Ningsih, C., Rambe, R., & S. (n.d.). Peran Teknik-Teknik Konseling Pra Nikah Dalam Membantu Calon Pasangan Suami dan Istri di Kantor KUA Marbau. Jurnal Bimbingan dan Konseling (Vol.19) <https://uia.e-journal.id/guidance>.
- Zahra, I., Diniaty, A., & Khairi, Z. (2020). Isu-Isu Dalam Praktik Konseling Perkawinandan Perspektif Islam. Educational Guidance and Counseling Development Journal, 3(2), 8-16