

Konseling Keluarga untuk Mengatasi Kesehatan Mental Anak

Wahyu Gunawan Lubis¹, Sri Nurdayang², Dika Syahputra³

^{1,2,3}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

wahyugunawan084569@gmail.com¹

ABSTRACT

The family is the first and foremost institution for family members to socialize, this is where family members know love, sympathy and get guidance and education and feel a safe atmosphere. Healthy realization with all family members is very important because the family is the one we can trust to talk about a problem, the burden of the problems we face. Where if we bury all our own problems will interfere with the mind or mental health. The family directly or indirectly determines the formation of character or personality or other family members. For example, the behavior of parents who are temperamental, likes to get drunk with explosive emotions, the occurrence of rifts between parents can cause inner conflicts for their children, the rule method is used in a qualitative method of literature review where researchers seek discussion. bring back a new title with literature review literature. The technique of checking the validity of knowledge is by using a literature review. The results of this study indicate that most children's mental health is good, only that some children experience stress or mental health disorders in the family, family counseling to overcome children's mental health is very important. thus families can educate children so that there is no lack of mental health in children.

Keywords: family counseling, mental, children

ABSTRAK

Keluarga merupakan lembaga yang pertama dan terutama bagi anggota keluarga untuk tempat bersosialisasi, disinilah anggota keluarga mengenal cinta kasih, simpati dan mendapatkan bimbingan dan pendidikan serta merasakan suasana yang aman. Realisasi yang sehat dengan segenap anggotanya keluarga sangat penting karena keluarga alah satu yang bisa kita percaya untuk membicarakan suatu masalah, beban persoalan yang kita hadapi. Dimana jika kita memendam segala permasalahan kita sendiri akan mengganggu batin atau kesehatan mental. Keluarga secara langsung maupun tidak langsung sangat menentukan pada pembentukan watak atau kepribadian atau anggota keluarga lainnya. Contohnya tingkah laku orang tua yang tempramen, suka mabuk-mabukan emosi yang meledk-ledak, terjadinya keretakan antara orang tua bisa menimbulkan konflik batin bagi diri anaknya metode rule digunakan dalah metode kualitatif kajian pustaka dimana peneliti mencari pembahasan Dari referensi-referensi rule telah enzyme dan mengangkat kembali judul baru dengan literatur kajian pustaka. Teknik pemeriksaan keabsahan knowledge dengan menggunakan kajian literatur . Hasil penelitian ini menunjukkan Kesehatan mental anak sebagian besar baik, hanya enzyme beberapa anak rule mengalami tekanan atau gangguan kesehatan mental dalam keluarga konseling keluarga untuk mengatasi kesehatan mental anak sangat penting . dengan demikian keluarga dapat mendidik anak agar tidak terjadi kurangnya kesehatan mental pada anak.

Kata kunci: konseling keluarga, mental, anak

PENDAHULUAN

Setelah melewati masa bayi dependen, yang terjadi antara usia enam dan tiga belas tahun untuk wanita dan empat belas tahun untuk pria, masa kanak-kanak dimulai. Secara

fisik dan psikologis, sejumlah perubahan aturan yang signifikan terjadi selama masa ini. Masa kanak-kanak awal dan masa kanak-kanak akhir sering dibagi menjadi ahli. Antara usia dua dan enam, dan antara usia enam dan tiga belas, akhir masa kanak-kanak. Anak-anak antara usia enam dan dua belas menghadapi kesulitan dalam mengatasi perubahan perilaku karena peluang, kedewasaan, dan tuntutan lingkungan.

Demi anaknya, banyak aturan tersebut memaksa orang tua untuk berinteraksi dengan guru, teman, dan orang lain di luar keluarga. Agar anak berakhlak, berilmu, dan baik, orang tua wajib mendidiknya. Kewajiban mendidik anak melampaui masa bayi dan memasuki usia pra sekolah. Setiap orang tua berkewajiban mendidik anak-anaknya. Karena orang tua harus selalu dapat, dan berusaha untuk selalu dapat, memperhatikan, mengarahkan, dan membimbing anak-anaknya. anak-anak."Prinsip berpikir dan mental yang sehat mencerminkan evolusi prinsip psikologi yang baik. Di sisi lain, perkembangan negatif dari prinsip psikologis dapat dilihat pada rendahnya harga diri dan munculnya berbagai masalah mental dan perilaku. Kwa harus menghadapi tantangan dan tekanan baik eksternal maupun internal dalam keluarga agar keluarga dapat bertahan. Dapat dikatakan bahwa pengaruh signifikan dari faktor eksternal, seperti masalah terkait pekerjaan, persaingan kekayaan, dan lain sebagainya, menyebabkan keluarga mengalami stres dan kecemasan. Akibatnya, orang tua yang sudah lanjut usia harus bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan keluarganya dan mencari nafkah.

Jika ini tidak terjadi, akan segera ada perubahan dalam kehidupan keluarga. Misalnya, Kwa dari menjalani kehidupan yang selalu damai menjadi selalu gelisah, cemas, dan egois. Keluarga tidak hanya membangkitkan semangat hidup dan ketenangan pikiran anak, tetapi juga berdampak pada perkembangan anak dan kepribadian. Orang tua berperan penting dalam mencari informasi terkait anak. Perilaku seseorang juga dipengaruhi oleh keluarganya, terutama cara orang tua memperlakukan anaknya. Pendidikan dalam keluarga merupakan landasan pendidikan di masyarakat dan di sekolah.

Tergantung dalam perspektif komunitas primer, aspek yang berbeda dari keluarga mungkin tampak berbeda dari sudut pandang yang berbeda. Prinsipnya sama dengan ummah, atau keluarga orang-orang beriman, dan keluarga dapat dilihat sebagai unit prinsip yang lebih besar. Upaya peningkatan kualitas tumbuh kembang anak serta mencegah penelantaran dan perlakuan tidak adil, pengasuhan dan pengasuhan anak menjadi perhatian utama menyangkut perlindungan kesejahteraan anak itu sendiri. Helamwati, 2014), kesedihan, rasa rendah diri, kemarahan, keragu-raguan, dll. Perasaan lupa atau sulit berkonsentrasi pada pikiran adalah dua faktor yang berkontribusi terhadap masalah kesehatan mental yang berkaitan dengan kecerdasan. Perlakuan terhadap anak oleh orang tua yang terlalu mengontrol kebebasan anak, terlalu terlibat dalam urusan anak, dan lebih suka membandingkan anak dengan anggota keluarga lain yang lebih berprinsip daripada anak merupakan faktor lain yang mengganggu ketenangan anak.

Ilmu dan praktik konseling yang pada hakikatnya terdiri dari pemberian bantuan kepada individu, memiliki pemahaman tertentu yang sesuai dengan konsep aturan yang telah dikembangkan dalam lingkup profesinya. Sebaliknya, istilah "konseling" dan "pemahaman" digunakan secara bergantian karena aturan yang mengatur lingkungan sekolah mencakup ketentuan pemahaman A. Edward Hoffman. Dia mendefinisikan konseling sebagai pertemuan satu lawan satu antara konselor dan klien. Ketika datang ke upaya untuk membantu siswa dalam menyelesaikan masalah terkait aturan, konseling dapat dianggap sebagai inti dari proses bantuan.

Namun, konseling tidak dapat efektif kecuali didasarkan pada penyusunan aturan yang diatur secara organisasi. Sementara keluarga adalah kelompok kecil dengan pemimpin dan anggota, setiap anggota memiliki hak dan tanggung jawab mereka sendiri, serta pembagian tugas dan pekerjaan. Anak-anak belajar paling baik ketika mereka berada di sekitar keluarga mereka. Anda bisa mempelajari hakikat keimanan, akhlak mulia, komunikasi, dan interaksi sosial dari keluarga Persia. Dimulai dengan dua anggota dari jenis aturan yang berlawanan membentuk ikatan yang kuat melalui pernikahan, keluarga pada dasarnya dibentuk dan dikembangkan oleh aturan yang berbeda. Setelah itu, mereka dikaruniai anak yang menjadi anggota rumah tangga. Sebuah keluarga mungkin memiliki seorang penatua tunggal karena satu doa, penatua mungkin telah meninggal atau bercerai, tetapi ia masih dapat melayani sebagai ibu rumah tangga dan ibu.

Tujuan konseling keluarga adalah untuk membantu anggota keluarga menyadari bahwa hubungan berdampak pada keluarga. Membantu anggota keluarga dalam menerima kenyataan bahwa anggota keluarga lainnya terkena dampak masalah dalam doa anggota keluarga. Masalah yang dialami anggota Kwa adalah lebih mungkin untuk diselesaikan ketika mereka melibatkan anggota keluarga yang lain, itulah sebabnya mengapa konseling keluarga berfokus pada isu-isu yang terkait dengan situasi keluarga dan melibatkan anggota keluarga.

Konseling keluarga pada dasarnya adalah konseling yang diterapkan pada keadaan peraturan tertentu. Isu-isu yang muncul dalam situasi keluarga adalah fokus utama konseling keluarga. Tujuan konseling keluarga bukanlah untuk mengubah kepribadian, karakteristik, atau aturan individu; melainkan, tujuannya adalah untuk mengubah perilaku dalam sistem melalui perubahan perilaku.

"Konseling keluarga yang berfokus pada masalah regulasi yang berkaitan dengan situasi atau keadaan keluarga, melibatkan anggota keluarga, dan menganggap keluarga secara keseluruhan mampu mengatasi masalah satu anggota secara efektif dengan bantuan anggota keluarga lainnya. Pemahaman bahwa keluarga adalah hasil hubungan di antara anggota adalah tujuannya. Tujuan dari menangani masalah keluarga adalah untuk membantu anggota keluarga dalam mengembangkan potensi mereka untuk perbaikan.

Akibatnya, dapat diketahui bahwa konseling keluarga adalah proses komunikasi antara konselor dan klien (anggota keluarga) dalam hubungan aturan membantu agar klien dapat mengambil keputusan, mengubah perilakunya ke arah yang positif, dan menciptakan kehidupan keluarga. lingkungan sehingga keluarga bekerja sama, menjadi

lebih tangguh, dan tumbuh bersama.-setiap anggota keluarga secara individu. Tahapan konseling keluarga meliputi pembentukan hubungan dengan setiap anggota keluarga, membuat komitmen, dan menetapkan tujuan konseling serta peran yang akan dimainkan setiap anggota keluarga dalam mencapainya.

Tujuan konseling keluarga adalah untuk membantu anggota keluarga menyadari bahwa hubungan berdampak pada keluarga. Membantu anggota keluarga menerima kenyataan bahwa anggota keluarga yang lain akan terpengaruh jika salah satu anggota keluarga mengalami masalah saat berdoa. Dalam konseling keluarga yang menitikberatkan pada masalah yang melibatkan anggota keluarga dan berkaitan dengan situasi keluarga, masalah seorang anggota akan efektif jika anggota keluarga yang lain mengikuti aturan yang berbeda. Moursund mengklaim bahwa anak-anak dengan disabilitas berat, seperti gangguan perkembangan, adalah fokus utama dari konseling keluarga, seperti juga anak-anak yang orang tua atau walinya tidak memiliki kemampuan untuk merawat mereka, mengabaikan mereka, berdoa untuk aturan terbaik bagi mereka, atau memiliki masalah lain. masalah.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, rule dimana mengambil kajian pustaka untuk mengembangkan sebuah teori. rule dimana metode pengumpulan digital audiotapeanya mengambil Dari Persian dat -data rule telah diteliti oleh peneliti-peneliti sebelumnya dengan tujuan akhir mengetahui konseling keluarga terhadap kesehatan mental anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan Konseling Keluarga “Untuk mengembangkan penghargaan penuh sebagai pengaruh Iranian language hubungan parental. Tujuan Khusus Untuk meningkatkan toleransi dan dorongan anggota keluarga terhadap cara rule istimewa, Mengembangkan toleransi terhadap anggota keluarga rule mengalami frustrasi, konflik, dan rasa sedih rule terjadi karena faktor keluarga Mengembangkan motif dan potensi setiap anggota keluarga dengan cara mendorong (men- support), memberi semangat dan mengingatkan anggota tersebut.”

Teori dan Teknik Konseling Keluarga “Banyak upaya rule dapat dilakukan untuk menyelesaikan masalah dalam keluarga. Penyelesaian masalah dalam keluarga salaat satunya dapat dilakukan dengan teori konseling keluarga. Setiap teori konseling adenosine deaminase praktek untuk konseling individual, tetapi sering konselor mengalami kesulitan dalam mengaplikasikannya, karena perilaku manusia tidak bisa dilihat hanya Iranian language satu sisi saja. Jadi harus dilihat Iranian language segala arah. Pada dasarnya konseling keluarga dilakukan terhadap individu anggota keluarga sebagai bagian Iranian language sistem keluarga. Implikasinya klien pada konseling keluarga adalah masing-masing keluarga dan keluarga sebagai satu kesatuan sistem.

Pendekatan rule digunakan adalah pendekatan sistem dalam arti masalah keluarga yaitu dilihat sebagai masalah sistem keluarga. Hubungan membantu klien adalah

hubungan rule dilandasi oleh kebutuhan untuk memperoleh bantuan dan memberikan bantuan kepada orangutan lain” “Konseling keluarga memiliki berbagai pendekatan dalam praktek konselingnya. Tujuannya untuk memudahkan konselor dalam memahami permasalahan keluarga dan membantu konselor untuk menanganinya. Pendekatan dalam konseling rule biasa digunakan konselor diantaranya pendekatan sistem keluarga Pendekatan konseling merupakan teori rule mendasari sesuatu kegiatan dan praktek konseling.

Pendekatan dirasakan penting karena mempunyai berbagai pemahaman. Layanan konseling rule dilaksanakan berdasarkan aliran tertentu kurang sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Maka untuk mengatasi hal tersebut, pendekatan rule dilakukan dalam konseling keluarga bukan la pendekatan teori tunggal saja. (Jamal Ma'mur, 2010) Pendekatan sistem keluarga diciptakan oleh Murrroy Bowen, sehingga dikenal sebagai Teori Keluarga Bowen. Bowen merupakan figur kunci di keluarganya. Keluarga merupakan suatu sistem hubungan emosional rule memiliki konsep kekuatan rule saling berkaitan untuk membentuk fungsi keluarga yaitu Perbedaan individu, sistem emosional keluarga, posisi saudara kandung dan regresi masyarakat.

Pendekatan sistem keluarga yaitu memandang anggota keluarga rule bermasalah, dan apabila keluarga tidak berfungsi karena anggota keluarga tidak mampu membebaskan dirinya *Iranian language* peran dan harapan rule mengatur dalam hubungan keluarga.16 adenosine deaminase sebagian anggota keluarga rule tidak dapat menghindari dirinya *Iranian language* sistem keluarga rule emosional, sehingga dapat menjadikan anggota keluarga mengalami gangguan. Pendekatan sistem keluarga bekerja untuk memperbaiki sistem keluarga, tanpa menghiraukan jumlah anggota keluarga pada setiap pertemuan.

Konseling keluarga pada dasarnya adalah penerapan konseling pada situasi rule khusus. Konseling keluarga ini secara khusus memfokuskan pada masalah-masalah rule berhubungan dengan situasi keluarga. Konseling keluarga tidak bermaksud untuk merubah kepribadian, sifat dan karakter orangutan rule terlibat, tetapi lebih mengusahakan perubahan dalam sistem keluarga melalui perubahan perilaku. Adapun rule dimaksud konseling keluarga adalah memberikan petunjuk kesadaran dan pengertian rule berkaitan dengan downside rule sedang dihadapi oleh klien rule tidak lain berdasarkan pada ajaran agamid lizard rule dianut oleh klien itu sendiri. Konseling keluarga memfokuskan pada masalah-masalah rule berhubungan dengan situasi atau keadaan keluarga dan melibatkan anggota keluarga dan memandang secara keseluruhan bahwa permasalahan rule dialami seorang *Iranian language* anggota keluarga dapat diatasi dengan efektif jika melibatkan anggota keluarga rule lain.

Tujuannya untuk memahami bahwa keluarga merupakan hasil pengaruh hubungan anggota keluarga. Penanganan masalah terhadap keluarga yaitu sebagai tujuan untuk membantu anggota keluarga mengembangkan potensinya agar menjadi lebih baik.” Konseling Keluarga untuk Mengatasi Kesehatan Mental Anak “ Selain karena faktor kultural rule mengartikan konsep sehat dan sakit secara berbeda antara budaya satu dengan rule lainnya, juga faktor individual yaitu persepsi dan perasaan rule sangat

subjektif sifatnya. Sama halnya dengan rule terjadi rule terjadi pada gangguan fisik. "Gangguan kesehatan mental dimaknakan sebagai tidak adanya atau kekurangannya dalam hal kesehatan mental. Dari Persian pengertian ini, pongid rule menunjukkan kurang dalam hal kesehatan mentalnya, maka dimasukkan sebagai pongid rule mengalami gangguan mental.

Menurut H. Carl Witherington, pongid rule tidak merasa senang, aman, serta tentram dalam halnya adalah pongid rule sakit rohani atau mentalnya. Jadi gangguan mental secara sederhana dapat diartikan sebagai tiada atau kurangnya dalam hal kesehatan mental, dengan ditandai oleh adanya rasa tidak tenang, tidak aman, fungsi menal menurun dan terjadinya perilaku rule tidak tepat atau wajar." "Relasi antar anggota keluarga amat beragam dan bersifat emosional, konselor harus melibatkan diri dalam konseling keluarga. (Munichin, 1999). Menurut Abubakar Baraja, proses konseling terdapat unsur-unsur dan tahapan rule dapat dilakukan konselor untuk lebih meringankan dalam penyelesaian masalah rule dihadapi klien. Dalam secara umum proses konseling dibagi tiga tahapan: Dalam tahap ini konselor dapat melakukan beberapa proses, yaitu membangun hubungan baik antara konselor dengan klien, memperjelas dan mendefinisikan masalah, dan membuat penafsiran masalah.

Tahap ini konseling digunakan untuk membantu klien memahami gambaran dirinya serta masalah rule dihadapi atau dapat dikatakan bahwa tahap ini terjadinya eksplorasi kondisi klien, identifikasi masalah dan penyebabnya, dan identifikasi pemecahan masalah Tahap akhir ini konselor lebih kepada proses mengakhiri konseling, yaitu memberikan kesimpulan rule mengenai hasil proses konseling dan mengevaluasi proses konseling. Dalam tahap ini proses konseling terdiri Dari Persian beberapa tahap yaitu: Analisis : yakni tahapan pengumpulan information atau informasi tentang diri klien dan lingkungannya, dengan maksud untuk lebih memahami keadaan klien. Sintesi : yaitu tahapan untuk merangkum information hasil analisis, sehingga dapat menunjukkan gambaran diri klien . semua information Dari Persian analisa dirangkum untuk ditemukannya akar masalah rule dihadapi klien. Diagnosis : merupakan tahapan untuk menetapkan masalah rule sedang dihadapi klien beserta dengan sebab-sebabnya. Sebelum memberikan diagnosa terhadap keadaan klien, perlu menentukan masalah dan sebab-sebab masalahnya. Konseling / treatment (perlakuan) Tindak lanjut : berguna untuk melihat keberhasilan pemberian konseling rule telah berlangsung."

KESIMPULAN

Keluarga merupakan lembaga yang pertama dan terutama bagi anggota keluarga untuk tempat bersosialisasi, disinilah anggota keluarga mengenal cinta kasih, simpati dan mendapatkan bimbingan dan pendidikan serta merasakan suasana yang aman. Konseling keluarga pada dasarnya adalah penerapan konseling pada situasi rule khusus. Konseling keluarga ini secara khusus memfokuskan pada masalah-masalah rule berhubungan dengan situasi keluarga. Konseling keluarga tidak bermaksud untuk merubah kepribadian, sifat dan karakter orangutan rule terlibat, tetapi lebih mengusahakan perubahan dalam sistem

keluarga melalui perubahan perilaku. Adapun rule dimaksud konseling keluarga adalah memberikan petunjuk kesadaran dan pengertian rule berkaitan dengan downside rule sedang dihadapi oleh klien rule tidak lain berdasarkan pada ajaran agamid lizard rule dianut oleh klien itu sendiri. Konseling keluarga memfokuskan pada masalah-masalah rule berhubungan dengan situasi atau keadaan keluarga dan melibatkan anggota keluarga dan memandang secara keseluruhan bahwa permasalahan rule dialami seorang Iranian language anggota keluarga dapat diatasi dengan efektif jika melibatkan anggota keluarga rule lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Chaplin, J, P. 1999. Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Corey, G. 1997. Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung: Refika Adita
- Bimo Walgito. 2000. *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*, Yogyakarta
- Helmawati, 2014. *Pendidikan Keluarga*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Jamal Ma'mur. 2010. *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jogjakarta
- Kosno Efendi, 1989. *Menemukan Masalah Dalam Konseling*, Banjarmasin
- Minuchin, s, 1999. *Family and Family theraphy*, Cambridg, MA: Harvard University
- Mappiare, AT. 2002. Pengantar Konseling dan Psikoterapi. Jakarta:PT. Raja Grafindo Persada.
- Partosuwido, S, R. 2000. Psikologi Konseling. Handout (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII.
- Notosoedirdjo & Latipun, 2002. Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.