

Pendekatan Konseling Realitas Dalam Mengatasi *Sibling Rivalry* Anak Usia Dini

¹ Alivia Zahra , ² Ati Kusmawati , ³ Fitria Anggraheni Subagio , ⁴ Maulana Nadzif
Fanany Putra Hanafi ,

¹⁻⁴ Universitas Muhammadiyah Jakarta

Email: zahraalivia3@gmail.com, ati.kusmawati@umj.ac.id, ipiitttt@gmail.com, maulamahanafi30@gmail.com

Korespondensi penulis: zahraalivia3@gmail.com

Abstract. *This article aims to determine the sibling rivalry in early childhood in the concept of a reality counseling approach and the results of previous relevant research on sibling rivalry. Sibling rivalry is a form of competition between sibling, between brothers and sisters to win the attention and affection of parents. Every child has a unique personality and has different needs. This literature review discusses sibling rivalry behavior that occurs in early childhood in the concept of theory and reality counseling. This research employed descriptive qualitative method using a literature review. The results of this research of literature indicate that the application of reality counseling can reduce sibling rivalry behavior in early childhood*

Keywords: *sibling rivalry, kids, Reality Counseling Approach*

Abstrak. Artikel ini bertujuan untuk mengetahui sibling rivalry pada anak usia dini dalam konsep pendekatan konseling realitas dan hasil penelitian sebelumnya yang relevan mengenai sibling rivalry. Sibling rivalry merupakan bentuk persaingan antar saudara kandung, antara kakak dan adik untuk merebut perhatian dan kasih sayang orang tua. Setiap anak mempunyai kepribadian yang unik dan mempunyai kebutuhan yang berbeda-beda. Tinjauan pustaka ini membahas tentang perilaku sibling rivalry yang terjadi pada anak usia dini dalam konsep konseling teori dan realitas. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif metode menggunakan tinjauan literatur. Hasil penelitian literatur ini menunjukkan bahwa penerapan konseling realitas dapat menurunkan perilaku sibling rivalry pada anak usia dini.

Kata kunci: sibling rivalry, anak, pendekatan konseling realitas

LATAR BELAKANG

Anak merupakan amanah yang diberikan kepada setiap suami istri oleh Allah SWT. Tentunya diperlukan persiapan yang matang untuk menyambut kehadiran sang buah hati. Pastinya setiap anak mempunyai kepribadiannya masing-masing. Sebagai individu yang unik, setiap anak tentunya mempunyai kebutuhan yang berbeda-beda tergantung tugas perkembangannya pada usia tertentu. Salah satu aspek perkembangan masa kanak-kanak adalah aspek perkembangan sosial emosional, dimana anak mulai belajar bagaimana bersosialisasi dengan orang-orang disekitarnya, termasuk saudara kandungnya. Anak usia dini yang dimaksud menurut kelompok umur menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun.

Saudara kandung merupakan orang terdekat seseorang sejak lahir hingga dewasa. Hubungan dengan saudara kandung memberikan pengaruh yang besar terhadap perkembangan sosial setiap individu, karena di sanalah individu belajar bagaimana berintegrasi ke dalam masyarakat. Semakin baik interaksi antar saudara maka akan semakin kuat pula hubungan antar

saudara. Namun jika sebaliknya, interaksi antar saudara kandung kurang baik, maka hubungan antar saudara tidak akan sedekat hubungan anak yang berinteraksi baik dengan saudaranya.

Sibling rivalry sering terjadi antara saudara kandung yang usianya sangat dekat dan jenis kelamin yang sama. Namun, tidak menutup kemungkinan hal itu juga terjadi antara saudara kandung lawan jenis. Perilaku tersebut terjadi ketika anak merasa bahwa perhatian dan kasih sayang orang tuanya hanya tertuju pada kakaknya, sedangkan ia tidak menerima kasih sayang apapun dari orang tuanya sehingga akan menimbulkan perasaan cemburu yang sangat besar terhadap kakaknya. Perasaan cemburu ini akan menimbulkan tekanan psikologis dan emosional.

Menurut para psikolog, istilah masa kanak-kanak diartikan sebagai individu-individu berbeda yang menunjukkan ciri-ciri yang terlihat dalam psikologi anak selama masa kanak-kanak, antara lain kelompok usia, usia peniruan, usia pencarian identitas, dan usia kreatif (Santrock, 2003). Oleh karena itu, tumbuh kembang anak sejak dini menentukan perkembangannya di masa depan. Untuk mengatasi perilaku kompetitif diperlukan strategi pengasuhan khusus yaitu orang tua mengarahkan sibling rivalry yang terjadi pada masa kanak-kanak agar memberikan dampak positif bagi keluarga. Perilaku kompetitif antar saudara merupakan salah satu permasalahan yang sering terjadi dalam keluarga. Dengan pengasuhan yang tepat, orang tua selalu dapat membimbing anaknya tumbuh dan berkembang dengan baik. Orang tua juga harus memperlakukan anak secara adil untuk mengurangi perilaku persaingan antar saudara.

KAJIAN TEORITIS

Bagian ini menguraikan teori-teori relevan yang mendasari topik penelitian dan memberikan ulasan tentang beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dan memberikan acuan serta landasan bagi penelitian ini dilakukan. Jika ada hipotesis, bisa dinyatakan tidak tersurat dan tidak harus dalam kalimat tanya. Teori realitas yang dikembangkan oleh Fritz William Glasser merupakan pendekatan yang cukup lugas dan menitik beratkan pada kepercayaan diri konseli untuk menghadapi kebutuhannya melalui proses realistik atau rasional (Gibson & Mitchell, 2011) Realitas memandang bahwa individu dikatakan bermasalah ketika berperilaku tidak bertanggung jawab yang didefinisikan sebagai usaha individu untuk memenuhi kebutuhan dasarnya dengan cara melanggar hak orang lain untuk memenuhi kebutuhannya dan menjadi kebutuhan.

Tujuan dari konseling realitas yaitu membantu individu untuk mencapai otonomi, yaitu kematangan yang dibutuhkan bagi individu untuk mengganti dukungan lingkungan dengan

dukungan internal (Corey, 2009). Kematangan yang dimaksud yaitu individu mampu bertanggung jawab atas dirinya dan sesuai dengan keinginan individu tersebut serta mengembangkan rencana yang secara tanggung jawab dan menunjukkan ketidak sepakatan jika tidak bertindak secara tanggung jawab (Gibson & Mitchell, 2011). Pada dasarnya tujuan dari konseling realitas sama dengan tujuan dari kehidupan manusia yaitu untuk mencapai success identity. Untuk mencapainya diperlukan adanya rasa tanggung jawab dari individu serta mencapai kepuasan terhadap kebutuhan personal.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan untuk penulisan artikel ini adalah metode penelitian kualitatif. Teknik penelitian kualitatif ini berfokus pada hipotesis berdasarkan fakta. Penelitian kualitatif percaya bahwa kebenaran itu dinamis dan dapat ditemukan dengan memeriksa orang-orang dalam interaksinya dengan situasi. Berdasarkan hasil penelitian. Penelitian kualitatif bersifat alami, dan penelitian ini dimaksudkan untuk dilakukan sebagaimana adanya dalam situasi biasa, terlepas dari keadaan dan kondisi, menekankan pada deskripsi alami.

Metode pengumpulan data yang dilakukan pada penulisan artikel ini adalah studi/kajian literatur. Studi literatur adalah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelolah bahan penelitian. Studi Literatur adalah merupakan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan mengumpulkan sejumlah buku buku, majalah yang berkaitan dengan masalah dan tujuan penelitian. Teknik ini dilakukan dengan tujuan untuk mengungkapkan berbagai teori-teori yang relevan dengan permasalahan yang sedang dihadapi/diteliti sebagai bahan rujukan dalam pembahasan hasil penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perkembangan anak prasekolah mengalami perkembangan fisik, kognitif, sosial emosional, bahasa, kreativitas dan komunikasi yang pesat. Oleh karena itu, pada masa ini anak sangat membutuhkan perhatian orang tuanya, terutama untuk membimbingnya mengenai mana yang benar dan mana yang salah. Kehadiran anggota keluarga baru tentu akan mempengaruhi otomatis anak mana yang akan menjadi saudara kandung. Perkembangan emosi sesuai dengan keterampilan sosial anak dengan lingkungan. Perasaan cemburu seorang anak muncul ketika bayi baru lahir dalam keluarga dan otomatis mengambil peran sebagai saudara kandung. Akibatnya, anak berasumsi bahwa perhatian dan kasih sayang orang tua telah dialihkan kepada bayinya yang baru lahir. Nah, untuk menarik perhatian orang tua, anak menunjukkan rasa

cemburu dengan bertingkah laku seperti saat masih kecil, seperti mengompol, berpura-pura sakit, atau gagap seperti anak kecil. Jika hal ini terjadi, anak akan merasa sedih dan mengungkapkannya dengan menangis dan kehilangan minat terhadap aktivitas biasa. Selain membuat anak merasa sedih, anak juga cenderung sering marah dan mengungkapkannya melalui ledakan-ledakan yang ditandai dengan tangisan, jeritan, intimidasi, menendang, melompat atau memukul dan dapat menyebabkan mereka berperilaku agresif (Hurlock, 1997)

Teori realitas berpendapat bahwa individu bermasalah adalah individu yang berusaha mengendalikan orang lain. Masalah ini memungkinkan anak kecil untuk memahami anggota keluarga barunya karena konsep dasar teori realitas adalah cinta dan kepemilikan. Biarkan anak merasakan perhatian dan kasih sayang orang tuanya. Upaya konselor dalam membantu mengatasi masalah sibling rivalry pada anak usia dini dapat dengan menggunakan konseling secara praktik agar anak dapat memenuhi keinginan-keinginannya yang merupakan kebutuhan dasarnya secara bertanggung jawab, prakteknya disingkat WDEP (Glasser, 2000). Berikut penjelasannya :

1. W, adalah want khususnya, keinginan, kebutuhan, atau persepsi pihak yang dikonsultasikan. Konselor membantu konseli menemukan keinginan dan harapannya. Konsultan mengetahui apa yang diinginkan atau diharapkan oleh pihak yang dikonsultasikan dengan mengajukan pertanyaan seperti: “Apa yang mereka inginkan/harapkan?” tentang orang lain, aktivitas, peristiwa, kepercayaan, dan situasi yang mungkin dapat memuaskan kebutuhannya. Konseli mempunyai kesempatan untuk mengeksplorasi segala arah kehidupannya sesuka hati sehingga konseli dapat menerima kehadiran anggota baru dalam keluarganya.
2. D, adalah direction and doing, Orang yang diberi nasehat berbuat atau berbuat sesuatu sesuai dengan keinginannya untuk mencapai apa yang dikehendakinya. Pada titik ini, konsultan dapat bertanya: “Apa yang kamu lakukan?” atau pertanyaan lain, seperti: “Apa yang akan kamu lakukan besok?” dan “Apa yang kamu lakukan kemarin?”
3. E, yaitu evaluasi diri, Langkah inilah yang menjadi konsep utama konsultasi dalam praktiknya. Melalui penilaian diri, ia dapat membantu klien menganalisis diri dengan menjawab: “Apa yang telah saya lakukan untuk mewujudkan keinginan saya. Konselor membantu klien mengevaluasi perilakunya sendiri dengan bertanya: “Apakah Anda sudah mengambil tindakan?”
4. P, yaitu perencanaan, Langkah terakhir ini membantu konseli merencanakan perubahan bermakna yang akan lebih efektif memenuhi kebutuhannya. Perencanaan yang efektif adalah perencanaan yang sederhana, dapat dicapai, terukur, dan dapat segera ditindaklanjuti. Mungkinkah konseli merasa lebih dekat dengan orang tuanya atau justru merasa semakin jauh? Berkat pertanyaan ini, konsultan dapat membantu klien mengevaluasi tindakan yang telah diambilnya dan membimbingnya untuk memperbaiki atau memodifikasinya. Tugas utama

konselor adalah membantu klien mengevaluasi efektivitas kegiatan atau perilaku yang dipilihnya. Kendalikan hidup mereka secara efektif melalui perencanaan.

Melalui empat langkah praktis konseling ini diharapkan anak dapat memahami dan menerima kehadiran adiknya. Perhatian dan kasih sayang orang tua tidak pernah berubah sedikitpun terhadap adik-adiknya. Konselor juga harus menjelaskan bahwa anak baru masih memerlukan bantuan orang tua untuk memenuhi kebutuhannya, berbeda dengan anak yang sudah mulai belajar mandiri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Setiap anak tentunya memiliki karakteristik yang berbeda-beda dan tentunya keinginan serta tujuan yang berbeda pula. Namun anak selalu membutuhkan perhatian dan kasih sayang orang tua dalam hidupnya agar tugas perkembangannya dapat berkembang secara maksimal. Memiliki anak yang usianya tidak terlalu berdekatan dapat membantu mengurangi perilaku bersaing. Jika seorang anak menunjukkan perilaku kompetitif antar saudara, konselor melalui konseling praktis dapat membantu menjelaskan apa yang anak harapkan dari orang tuanya dan apa yang harus mereka lakukan ketika memiliki saudara baru, membantu anak mengevaluasi perilakunya sendiri, baik terhadap orang tuanya maupun terhadap adik barunya, dan membantu anak merencanakan aktivitas yang sesuai dengan keinginan anak. Diperlukan ketekunan dan komitmen yang kuat dari anak karena jika anak tidak tekun dan komitmen melakukan apa yang direncanakan maka anak tidak akan mendapatkan apa yang diinginkannya.

DAFTAR REFERENSI

- Corey, G. (2009). Teori dan praktek konseling dan psikoterapi. *Bandung: PT Refika Aditama.*
- Gibson, R., & Mitchell, M. (2011). Bimbingan dan Konseling (edisi ke 7). *Jakarta: Pelajar.*
- Glasser, W. (2000). *Reality therapy in action.* HarperCollins Publishers.
- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.*
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: perkembangan remaja.*